

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Чорноморський національний університет імені Петра Могили
Факультет фізичного виховання і спорту
Кафедра олімпійського та професійного спорту



РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
ОК 1 АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ

Спеціальність А7 Фізична культура і спорт

Розробник		Харченко-Баранецька Л.Л.
Завідувач кафедри розробника		Довгань Н.Ю.
Завідувач кафедри спеціальності		Гетманцев С.В.
Гарант освітньої програми		Гетманцев С.В.
Декан факультету ФВіС		Вербицький В.А.
Начальник НМВ		Постикіна Є.Г.

м. Миколаїв – 2025 рік

1. Опис освітньої компоненти

Найменування показника	Характеристика дисципліни	
Найменування дисципліни	Актуальні проблеми фізичної культури і спорту	
Галузь знань	01 Освіта	
Спеціальність	А7 Фізична культура і спорт	
Освітня програма	Фізкультурно-спортивне відновлення	
Рівень вищої освіти	Другий (магістерський)	
Статус дисципліни	Обов'язкова	
Курс навчання	5	
Навчальний рік	2025 – 2026 н.р.	
Номер(и) семестрів (триместрів):	Денна форма	Заочна форма
	9	-
Загальна кількість кредитів ЄКТС/годин	3,5 кредити / 105 годин	
Структура курсу: – лекції – семінарські заняття (практичні, лабораторні, півгрупові) – годин самостійної роботи студентів	Денна форма	Заочна форма
	15	-
	30	-
	60	-
Мова викладання	Українська	
Форма проміжного контролю (якщо є)	-	
Форма підсумкового контролю	Залік	

2. Мета, завдання, компетентності та програмні результати вивчення освітньої компоненти

Розвиток науки, стрімкі зміни в системі освіти в нашій державі вимагають формування у сучасного фахівця в галузі освіти здатності до постійного самовдосконалення, саморозвитку та вміння бачити, усвідомлювати та розв'язувати актуальні питання в межах своєї професійної діяльності. Засвоєння “теорії фізичної культури” та “теорії спорту”, методики фізичного виховання і спортивного тренування та сучасних тенденцій розвитку системи освіти сприяє розвитку у магістрів наукового світогляду, вихованню педагогічного мислення та формуванню професійних знань. Вивчення проблемних моментів у сучасній системі фізичної культури та спорту дозволить майбутньому педагогу пов'язувати фізичну культуру і спорт з передовою практикою формування особистості, узагальнювати досвід провідних спеціалістів фізичної культури і спорту, самостійно розробляти нові шляхи фізичного удосконалення різних верств населення та впроваджувати фізичну культуру і спорт, здоровий спосіб життя, управлінський підхід до вирішення задач по організації фізичної культури та спорту, самостійно розробляти сучасні освітні технології для вирішення окремих завдань у фізичній культурі та спорті. Знання, які здобувачі вищої освіти отримують із навчальної дисципліни є базовими, що забезпечують педагогічно-наукову і професійно-практичну підготовку.

Мета освітньої компоненти «Актуальні проблеми фізичної культури і спорту» є формування цілісної сучасної системи знань, практичних умінь та навичок про засоби, методи і принципи вирішення актуальних проблем фізичної культури і спорту забезпечити опанування знаннями здобувачами вищої освіти. Сформуванню мотивацію щодо використання знань у подальшій професійній діяльності.

Основними **завданнями** вивчення освітньої компоненти «Актуальні проблеми фізичної культури і спорту» є:

1) ознайомлення з найбільш поширеними актуальними проблемами фізичної культури і спорту;

2) здатність здобувачів вищої освіти до критичного осмислення проблем у сфері фізичної культури і спорту, оригінального мислення та проведення досліджень;

3) вміння розв'язувати проблеми у сфері фізичної культури та спорту у нових або незнайомих середовищах за наявності неповної або обмеженої інформації з урахуванням аспектів соціальної та етичної відповідальності, прищеплення засвоєння теми знань, наукового пошуку;

4) формування вмінь і навичок самостійного аналізу наукової та методичної літератури з фізичної культури і спорту;

5) використання сучасних методів та технологій, необхідних для вирішення визначених завдань в умовах професійної діяльності.

Об'єкт освітньої компоненти - інформаційний спектр сфери фізична культура і спорт.

Предметом вивчення освітньої компоненти є: формування знань, щодо розвитку успішної гармонійної особистості, конкурентоспроможного фахівця з високим рівнем професійної компетентності у сфері фізичної культури і спорту.

Вивчення компоненти є необхідною умовою для формування спеціальних компетенцій магістра з фізичної культури та спорту.

Методи та форми навчання.

Робоча програма освітньої компоненти передбачає викладання матеріалу у вигляді: бесіди, диспутів, дискусій, пояснювально-ілюстративного методу. Основними формами навчання є лекції, практичні заняття, індивідуально-консультаційна робота під керівництвом викладача та самостійна робота здобувача вищої освіти .

Для досягнення навчальних завдань, загального розвитку особистості, професійної її підготовки доцільно використовувати різні **методи навчання**, а саме: вербальний, наочний, практичні методи; організації пізнавальної діяльності (частково-пошуковий, дослідницький); методи стимулювання та мотивації навчання (пізнавальні та навчальні дискусії, імітаційні); методи контролю і самоконтролю (усний, письмовий, тестування тощо)

Розроблена програма відповідає освітній програмі Фізкультурно-спортивне відновлення спеціальності А7 Фізична культура і спорт та орієнтована на **формування наступних компетентностей**:

Інтегральна компетентність - здатність розв'язувати задачі дослідницького та/або інноваційного характеру у сфері фізичної культури і спорту.

Загальні компетентності:

ЗК 2. Здатність до пошуку, оброблення та аналізу інформації з різних джерел.

ЗК 4. Здатність виявляти, ставити та вирішувати проблеми

ЗК 5. Здатність генерувати нові ідеї (креативність).

ЗК 8. Здатність працювати в міжнародному контексті.

Спеціальні (фахові) компетентності:

СК 1. Здатність до критичного осмислення проблем у сфері фізичної культури і спорту, оригінального мислення та проведення досліджень.

СК 4. Здатність управляти робочими або навчальними процесами у сфері фізичної культури та спорту, які є складними, непередбачуваними та потребують нових стратегічних підходів.

СК 5. Здатність розв'язувати проблеми у сфері фізичної культури та спорту у нових або незнайомих середовищах за наявності неповної або обмеженої інформації з урахуванням аспектів соціальної та етичної відповідальності.

СК 6. Здатність до самоосвіти, самовдосконалення та саморефлексії для успішної професіоналізації у сфері фізичної культури і спорту.

Передбачені наступні **програмні результати навчання**.

ПРН 1. Аналізувати особливості, протиріччя та перспективи розвитку сучасної сфери фізичної культури і спорту, критично осмислювати проблеми у галузі та на межі галузей знань.

ПРН 2. Приймати ефективні рішення щодо вирішення проблем у сфері фізичної культури та спорту, генерувати та порівнювати альтернативи, оцінювати ризики та ресурсні потреби.

ПРН 3. Вільно обговорювати результати професійної діяльності, досліджень та інноваційних проектів у сфері фізичної культури та спорту державною та іноземною мовами усно і письмово.

ПРН 4. Зрозуміло і недвозначно доносити власні знання, висновки та аргументацію з питань фізичної культури та спорту до фахівців і нефахівців, зокрема до осіб, які навчаються.

Технічне й програмне забезпечення /обладнання. Заняття у 2025-2026 навчальному році відбуваються дистанційно в Online форматі в Zoom режимі. Також передбачена синхронна і асинхронна форми виконання заданого матеріалу здобувачам вищої освіти на платформі Moodle.

3. Програма освітньої компоненти

Денна форма:

	Теми	Лекції (год.)	Практичні (групові) (год.)	Самостійна робота (год.)
9 семестр				
1	Основні проблемні аспекти сфери фізична культура і спорт.	2	4	5
2	Проблемні аспекти спортивного відбору на сучасному етапі спортивної підготовки	2	4	10
3	Змагання та змагальна діяльність, проблемні питання та напрямки їх вирішення.	2	4	10
4	Контроль в спортивному тренуванні.	2	4	10
5	Актуальні проблеми дитячо-юнацького спорту в Україні.	2	4	10
6.	Основні аспекти використання спортивного навантаження в навчально-тренувальному процесі	2	4	10
7.	Мета, зміст та форми організації “Спорту для всіх”, як соціального явища	2	4	5
	Контрольне заняття	1	2	-
Всього за семестр		15	30	60
Проведення заліку				
Загальний обсяг (л.+пр.з. + сам.р.)		105		

4. Зміст освітньої компоненти

4.1. План лекцій

№	Тема заняття / план	
9 семестр		
1.	Тема 1. Основні проблемні аспекти сфери фізична культура і спорт. 1. Поняття про спорт і спортивну діяльність. Напрямки функціонування. 2. Тенденції сучасних проблем фізичної культури і спорту, їх характеристика. 3. Шляхи вирішення проблем сфери фізична культура і спорт.	2
2.	Тема 2. Проблемні аспекти спортивного відбору на сучасному етапі спортивної підготовки. 1. Понятійний апарат тематичного напрямку. 2. Загальні основи спортивного відбору і спортивної орієнтації. 3. Методи спортивної орієнтації і спортивного відбору. 4. Етапність спортивного відбору. 5. Фактори ефективного спортивного відбору.	2
3.	Тема 3. Змагання та змагальна діяльність, проблемні питання та напрямки їх вирішення. 1. Змагання та змагальна діяльність, основні поняття. 2. Класифікація змагальної діяльності. 3. Характеристика типів змагальної діяльності. 4. Фактори впливу на змагальну діяльність. 5. Планування змагальної діяльності.	2
4.	Тема 4. Контроль в спортивному тренуванні. 1. Понятійний апарат тематичного напрямку. 2. Характеристика видів контролю. 3. Контроль складових спортивної підготовленості. Проблемні аспекти. 4. Контроль тренувальних навантажень. 5. Контроль змагальних навантажень.	2
5.	Тема 5. Актуальні проблеми дитячо-юнацького спорту в Україні. 1. Проблеми вдосконалення механізмів розвитку дитячо-юнацького спорту в Україні. 2. Пріоритетні напрями регулювання дитячого спорту в законодавчій сфері фізичної культури і спорту. 3. Шляхи вдосконалення фінансування галузі фізичної культури і спорту через систему дитячо-юнацького спорту в Україні. 4. Основні види діяльності дитячо-юнацького спорту в Україні.	2
6.	Тема 6. Основні аспекти використання спортивного навантаження в навчально-тренувальному процесі. 1. Характеристика фізичних навантажень. 2. Сторони (фактори) прояву фізичного навантаження. 3. Компоненти навантаження. 4. Класифікація навантаження. 5. Обсяг і інтенсивність навантаження.	2
7.	Тема 7. Мета, зміст та форми організації “Спорту для всіх”, як соціального явища. 1. Мета та зміст спорту для всіх, як напрямку спортивної діяльності. 2. Мета та зміст “Спорту для всіх”, як структурної спортивної організації України.	2

	3. Форми організації спорту для всіх.	
	Контрольне заняття. (контрольне тестування)	1
	Разом (год.)	15

4.2. План практичних (групових) занять

№	Тема заняття / план	
	9 семестр	
1	Тема 1. Основні проблемні аспекти сфери фізична культура і спорт. Обговорення питань лекції. 1. Поняття про спорт і спортивну діяльність. Напрямки функціонування. 2. Тенденції сучасних проблем фізичної культури і спорту, їх характеристика. 3. Шляхи вирішення проблем сфери фізична культура і спорт.. План самостійної роботи здобувачів вищої освіти, перелік питань: 1. Проаналізувати існуючі проблеми в сфері обраного виду спорту. 2. Представити шляхи вирішення існуючих проблем в сфері обраного виду спорту.	4
2	Тема 2. Проблемні аспекти спортивного відбору на сучасному етапі спортивної підготовки. Обговорення питань лекції. 1. Понятійний апарат тематичного напрямку. 2. Загальні основи спортивного відбору і спортивної орієнтації. 3. Методи спортивної орієнтації і спортивного відбору. 4. Етапність спортивного відбору. 5. Фактори ефективного спортивного відбору Питання на самоопрацювання: Розкрити основні аспекти, а також сучасні елементи спортивного відбору в обраний вид спорту.	4
3.	Тема 3. Змагання та змагальна діяльність, проблемні питання та напрямки їх вирішення. Обговорення питань лекції. 1. Змагання та змагальна діяльність, основні поняття. 2. Класифікація змагальної діяльності. 3. Характеристика типів змагальної діяльності. 4. Фактори впливу на змагальну діяльність. 5. Планування змагальної діяльності Питання для самоопрацювання. 1. Характеристика основ змагальної діяльності в обраному виді спорту. 2. Розрити домінуючі фактори впливу на результат змагальної діяльності в обраному виді спорту. 3. Проблеми системи змагальної діяльності в спортивній діяльності.	4
4.	Тема 4. Контроль в спортивному тренуванні. Обговорення питань лекції. 1. Понятійний апарат тематичного напрямку. 2. Характеристика видів контролю. - етапний контроль. - оперативний контроль. - поточний контроль. 3. Контроль складових спортивної підготовленості. Проблемні аспекти. - контроль технічної підготовленості. - контроль тактичної підготовленості.	4

	- контроль фізичної підготовленості - контроль за станом здоров'я спортсменів. 4. Контроль змагальних навантажень. Питання на самоопрацювання. 1. Проблемні питання повноцінної реалізації системи контролю в системі фізкультурно-спортивної діяльності.	
5.	Тема 5. Актуальні проблеми дитячо-юнацького та спорту вищих досягнень: стан та актуальні проблеми розвитку в Україні. Обговорення лекційних питань. 1. Аналіз розвитку дитячо-юнацького спорту та спорту вищих досягнень в Україні та його значення для Олімпійського руху держави. 2. Матеріально-технічне та фінансове забезпечення діяльності спортивних шкіл усіх типів як пріоритетний державний напрямок. 3. Професійні обов'язки тренерів в системі дитячо-юнацьких спортивних шкіл. 4. Перспективні напрямки удосконалення системи багаторічної підготовки спортсменів найвищого класу. План самостійної роботи здобувачів вищої освіти, перелік питань: 1. Правові та економічні механізми діяльності спортивних відділень ДЮСШ із видів спорту. 2. Особливості організації і проведення спортивно-масової роботи у ДЮСШ та СДЮШОР	4
6.	Тема 6. Основні аспекти використання спортивного навантаження в навчально-тренувальному процесі. Обговорення лекційних питань. Питання на самоопрацювання 1. Адаптація - понятійний апарат. 2. Види адаптації. 3. Взаємозв'язок адаптації і навантаження. 4. Проблемні аспекти раціонального використання видів навантаження в системі спортивної підготовки.	4
7.	Тема 7. Мета, зміст та форми організації “Спорту для всіх”, як соціального явища. Обговорення лекційних питань. Питання на самоопрацювання 1. “Спорт” для всіх, як Міжнародна спортивна організація. 2. Проблемні аспекти реалізації спорту для всіх.	4
Всього (год.)		30

4.3. Завдання для самостійної роботи

Обсяг самостійної роботи становить 60 годин.

Вказівки та пояснення до виконання завдань на самостійну роботу

1. Самостійне опрацювання додаткових джерел здійснюється відповідно до переліку наведеному у цій програмі.
2. Самостійна робота з літературою та електронними джерелами має знайти відображення в конспекті з курсу.

5. Залікові питання

1. Поняття про спорт і спортивну діяльність. Напрямки функціонування.
2. Тенденції сучасних проблем фізичної культури і спорту, їх характеристика.
3. Шляхи вирішення проблем сфери фізична культура і спорт.
4. Понятійний апарат тематичного напрямку.
5. Загальні основи спортивного відбору і спортивної орієнтації.
6. Методи спортивної орієнтації і спортивного відбору.
7. Етапність спортивного відбору.
8. Фактори ефективного спортивного відбору.
9. Змагання та змагальна діяльність, основні поняття.
10. Класифікація змагальної діяльності.
11. Характеристика типів змагальної діяльності.
12. Фактори впливу на змагальну діяльність.
13. Планування змагальної діяльності.
14. Понятійний апарат ОК “Актуальні проблеми фізичної культури і спорту”.
15. Характеристика видів контролю.
16. Контроль складових спортивної підготовленості. Проблемні аспекти.
17. Проблеми вдосконалення механізмів розвитку дитячо-юнацького спорту в Україні.
18. Пріоритетні напрями регулювання дитячого спорту в законодавчій сфері фізичної культури і спорту.
19. Шляхи вдосконалення фінансування галузі фізичної культури і спорту через систему дитячо-юнацького спорту в Україні.
20. Основні види діяльності дитячо-юнацького спорту в Україні.
21. Основні принципи забезпечення здорового способу життя.
22. Естетичне сприйняття тілесності та рухової діяльності.
23. Взаємозв'язок здоров'я і спорту.
24. Причини зниження суспільного інтересу до фізичної культури і спорту.
25. Сучасні проблеми розвитку інфраструктури фізичної культури та спорту України.
26. Перспективи розробки інвестиційних програм, державної підтримка, залучення приватних інвестицій у галузь фізичної культури і спорту
27. Організація і технологія управління фізичною культурою та спортом у системі районного територіально-адміністративного утворення.
28. Поняття про спорт і спортивну діяльність. Напрямки функціонування.
29. Тенденції сучасних проблем фізичної культури і спорту, їх характеристика.
29. Шляхи вирішення проблем сфери фізична культура і спорт..
30. Проаналізувати існуючі проблеми в сфері обраного виду спорту.
31. Представити шляхи вирішення існуючих проблем в сфері обраного виду спорту.
32. Розкрити основні аспекти, а також сучасні елементи спортивного відбору в обраний вид спорту.
33. Характеристика основ змагальної діяльності в обраному виді спорту.
34. Розкрити домінуючі фактори впливу на результат змагальної діяльності в обраному виді спорту.
35. Проблеми системи змагальної діяльності в спортивній діяльності.
36. Характеристика видів контролю.
37. Контроль складових спортивної підготовленості. Проблемні аспекти.
38. Проблемні питання повноцінної реалізації системи контролю в системі фізкультурно-спортивної діяльності.
39. Види контролю в обраному виді спортивної спеціалізації.
40. Проблемні питання повноцінної реалізації системи контролю в системі фізкультурно-спортивної діяльності.
41. Види контролю в обраному виді спортивної спеціалізації.
42. Аналіз розвитку дитячо-юнацького спорту та спорту вищих досягнень в Україні та його значення для Олімпійського руху держави.

43. Матеріально-технічне та фінансове забезпечення діяльності спортивних шкіл усіх типів як пріоритетний державний напрямок.
44. Професійні обов'язки тренерів в системі дитячо-юнацьких спортивних шкіл.
45. Перспективні напрямки удосконалення системи багаторічної підготовки спортсменів найвищого класу.
46. Правові та економічні механізми діяльності спортивних відділень ДЮСШ із видів спорту.
47. Особливості організації і проведення спортивно-масової роботи у ДЮСШ та СДЮШОР
48. Етапи формування основної проблематики інфраструктури фізичної культури та спорту України.
49. Форми організації та проведення фізкультурно-оздоровчих заходів, спортивних змагань, спортивних свят, як маркетингова політика сфери фізичної культури і спорту.
50. Актуальність ОК "Актуальні проблеми фізичної культури і спорту".
51. Характеристика етапного контролю. Проблемні аспекти.
52. Характеристика оперативного контролю.
53. Характеристика поточного контролю.
54. Контроль складових спортивної підготовленості. Проблемні аспекти.
55. Контроль технічної підготовленості спортсменів різної спортивної кваліфікації.
56. Контроль тактичної підготовленості спортсменів різної спортивної кваліфікації.
57. Контроль фізичної підготовленості спортсменів різної спортивної кваліфікації.
58. Контроль за станом здоров'я спортсменів.
59. Контроль змагальних навантажень.
60. основні напрямки функціонування організації «Спорт для всіх». Проблеми сьогодення.

“0” варіант білету

Чорноморський Національний університет імені Петра Могили
Факультет фізичного виховання та спорту
Кафедра Олімпійського та професійного спорту

Освітня компонента “Актуальні проблеми фізичної культури і спорту”.
Освітньо-кваліфікаційний рівень - другий (магістерський)
Освітньо-професійна програма - Фізкультурно-спортивне відновлення
Спеціальність - А7 Фізична культура і спорт

ЗАЛКОВИЙ БІЛЕТ № 0

1. Поняття про спорт і спортивну діяльність. Напрямки функціонування.
2. Психологічний критерій спортивного відбору. Проблемні аспекти.

Затверджено на засіданні
Кафедри Олімпійського та професійного спорту
Протокол №__ від “__” _____ 2025 р.

Екзаменатор
Завідувачка кафедри

доц. Людмила ХАРЧЕНКО-БАРАНЕЦЬКА
проф. Надія ДОВГАНЬ

6.Розподіл балів

Система накопичення балів з освітньої компоненти “Актуальні проблеми фізичної культури і спорту”

Осінній семестр 15 годин лекцій / 30 годин практичні заняття ЗАЛК	
Практичні роботи	14 шт. x 4 бали = 56 балів
Контрольне тестування	1 шт. x 14 балів = 14 балів
Всього максимальний бал 70 балів	
ЗАЛК - максимальний бал 30 балів	
Максимальний бал за курс - 100 балів	

Шкала оцінювання: національна та ECTS

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою	
		для заліку/екзамену	
90 – 100	A	Зараховано / відмінно	
82-89	B	Зараховано /добре	
75-81	C		
67-74	D	Зараховано/задовільно	
60-66	E		
35-59	FX	Не зараховано/незадовільно з можливістю повторного складання	
1-34	F	Не зараховано/незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	

Критерії оцінювання Контроль успішності здобувача вищої освіти здійснюється з використанням методів і засобів, що визначенні в ЧНУ ім. П. Могили. Академічні успіхи здобувача вищої освіти оцінюються за шкалою, яка застосована в ЧНУ імені Петра Могили з переведенням оцінок до національної шкали та шкали ECTS.

Відмінно А (зараховано) - Здобувач має глибокі міцні і системні знання з усього теоретичного курсу, може чітко сформулювати дефініції, використовуючи спеціальну термінологію, володіє понятійним апаратом, знає основні проблеми у галузі фізичної культури і спорту. Вміє творчо застосувати здобуті практичні вміння і навички при аналізі основних питань курсу та використовує їх під час відповіді.

Добре В (зараховано) - Здобувач має глибокі міцні ґрунтовні знання, використовує практичні навички, але може допустити неточності в формулюванні, незначні помилки в наведених прикладах.

Добре С (зараховано) - Здобувач знає програмний матеріал у повному обсязі, але не вміє поєднувати теоретичні і практичні аспекти фізичної культури і спорту. Відповідь його повна, логічна, але з деякими неточностями.

Задовільно D (зараховано) - Здобувач відтворює значну частину теоретичного матеріалу, виявляє знання і розуміння необхідності поєднання теорії і практики у фізичній

культури, але допускає неточності в термінології, відповіді неповні, серед яких є значна кількість суттєвих.

Задовільно Е (зараховано) - Здобувач має базовий рівень знань, володіє необхідними вміннями та практичними навичками для вирішення стандартних завдань спортивної діяльності; виявляє розуміння лише основних положень навчального матеріалу; здатний, з помилками та з додатковими питаннями, сформулювати визначення понять та категорій.

Незадовільно FX (не зараховано) - Здобувач мало усвідомлює мету навчально-пізнавальної діяльності; слабо орієнтується в поняттях, визначеннях, не пов'язує теорію і практику фізичної культури і спорту в єдину структуру.

Незадовільно F (не зараховано) - Здобувач не володіє необхідними знаннями, вміннями, навичками та науковими термінами, не використовує практичні вміння і навички з фізичної культури і спорту, демонструє низький рівень теоретико-методичних знань та умінь.

7. Література

1. Актуальні проблеми у ФВіС: методичні вказівки для студентів спеціальності 017 "Фізична культура і спорт" освітнього рівня магістр. Уклад.: Андріянова В.А. Київ: КНУБА, Талком, 2023. 26 с. URL: <https://repository.knuba.edu.ua/server/api/core/bitstreams/c40ff02c-14ad-4663-a644-673cbe4ee145/content>
2. Костюкевич В. М. «Теорія і методика спортивної підготовки у запитаннях і відповідях» Навчально-методичний посібник. Вінниця: Планер, 2016. 159 с. URL: https://library.vspu.edu.ua/polki/akredit/kaf_5/kostukevich13.pdf
3. Фізичне виховання: проблеми та перспективи: монографія за загальною редакцією заслуженого діяча науки і техніки України, доктора педагогічних наук, професора Г.П. Грибана., /Довгань Н.Ю. розділ колективної монографії (8-19с) - Житомир:Рута, 2020. 384с.
- 4.Робоча програма навчальної дисципліни "Актуальні проблеми фізичної культури і спорту" / Довгань Н.Ю. Ірпінь. 2021. URL: https://drive.google.com/file/d/1_XwyLS29FxEQOYIfv30tBO2iYCsm2TYM/view
- 5.Федько О. Основні принципи забезпечення здорового способу життя. URL: <http://www.dy.nayka.com.ua/?op=1&z=134>