**Методичне забезпечення дисципліни/**

**Methodological support of discipline**

**Підручники / Textbooks:**

**Навчальні посібники / Teaching aids:**

1. Воловик Н. Основи фітнес-йоги: навч. посіб. для студентів закладів вищ. освіти. Київ: Вид-во УДУ ім. Михайла Драгоманова, 2024. 163 с.
2. Воловик Н. Пілатес: навч. посіб. для студентів закладів вищ. освіти. – Електронне видання. – Київ: Вид-во УДУ ім. Михайла Драгоманова, 2023. 183 с.
3. Воловик Н. Основи оздоровчого фітнесу: Навчальний посібник. – К.: Видавництво НПУ імені М. П. Драгоманова, 2010. – 240 с.
4. Гурєєва А.М. Фізичне виховання та здоров’я: методика розвитку гнучкості: навчальний посібник для самостійної роботи студентів I-VI курсів медичних та фармацевтичних факультетів, спеціальностей «Технологія медичної діагностики та лікування», «Фізична терапія, ерготерапія», «Стоматологія», «Медицина», «Фармація, промислова фармація», «Педіатрія» / А.М. Гурєєва, Е.Ю. Дорошенко, І.О. Сазанова. – Запоріжжя: ЗДМУ, 2019. – 88 с.
5. Киселевська С.М. Студентський оздоровчий фітнес. Навч. посіб. для самостійної роботи студентів вищих навчальних закладів. – К.: Прінт-Експрес, 2010. 304 с.
6. Онопрієнко О.В. Основи оздоровчого фітнесу: Навчальний посібник: посібник [Електронний ресурс] / [упоряд. О.В. Онопрієнко, О.М. Онопрієнко]; М-во освіти і науки України, Черкас. держ. технол. ун-т. – Черкаси: ЧДТУ, 2020. – 194 с.
7. Сазанова І.О. Стретчинг - як метод розвитку фізичних якостей: навчальний посібник для самостійної роботи студентів I-VI курсів медичних та фармацевтичних факультетів, спеціальностей «Технологія медичної діагностики та лікування», «Фізична терапія, ерготерапія», «Стоматологія», «Медицина», «Фармація, промислова фармація», «Педіатрія» / І.О. Сазанова, Е.Ю. Дорошенко, А.М. Гурєєва. – Запоріжжя: ЗДМУ, 2019. – 74 с.
8. Тулайдан В.Г. Оздоровчий фітнес. Навчальний посібник. – Львів, «Фест-Прінт». 2020. – 139 с./ Видання 2-е з контрольними питаннями і доповненнями/.
9. Шамич О.М. Пілатес як засіб фізичного вдосконалення студентів спеціальної фізичної групи: навч. посіб. / О.М. Шамич, О.А. Озерова. – Київ: КНУБА, 2021. – 120 с.

**Конспекти лекцій / Lecture notes:** на освітньому сайті КНУБА <https://org2.knuba.edu.ua/>

**Методичні роботи / Methodical works:**

1. Киселевська С.М. Фітбол. Методичні вказівки для студентів. – К.: КНУБА, 2013. – 28 с.
2. Пастушкова Н.А. Теорія й методика викладання фітнесу: методичні рекомендації до проведення практичних занять для студентів напряму підготовки 01 – Освіта / Педагогіка спеціальності 017 – Фізична культура і спорт / уклад. Пастушкова Н. А. – Краматорськ: ДДМА, 2020. – 87 с.
3. Чустрак А.П. Нетрадиційні види гімнастики. Методичні рекомендації. / А. П. Чустрак. Одеса: ПНПУ імені К. Д. Ушинського, 2021. - 39 с.

**Нормативна та законодавча база:**

1. Закон України про вищу освіту. (редакція від 27.10.2022) <https://zakon.help/zakonodavstvo-ukraini/1556-18>
2. Закон України про фізичну культуру і спорт (редакція від 27.10.2022). <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/3808-12#Text>

**Інформаційні ресурси / Information resources:**

1. <http://library.knuba.edu.ua/> - Бібліотека Київського національного університету будівництва та архітектури.
2. https://org2.knuba.edu.ua/ – Освітній сайт Київського національного університету будівництва та архітектури.
3. [http://www.nbuv.gov.ua](http://www.nbuv.gov.ua/) – Національна бібліотека України ім.Вернадського, м. Київ, пр. Голосіївський, 3