

Міністерство освіти і науки України
Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка
Факультет фізичної культури
Кафедра теорії і методики фізичного виховання

Дипломна робота (проект)
магістра

з теми: «ПІДГОТОВКА МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ
ДО ПРОВЕДЕННЯ ОЗДОРОВЧОЇ ГІМНАСТИКИ ТА ФІТНЕСУ З ДІВЧАТАМИ
СТАРШИХ КЛАСІВ»

Виконала: студентка 2 курсу,
групи FKSb1-M17z
спеціальності 017 Фізична культура і спорт
Мінібаєва Юлія Рінатівна
Керівник: Бабюк С. М., кандидат
педагогічних наук, доцент
Рецензент: Козак Є. П., кандидат
педагогічних наук, доцент

Кам'янець-Подільський – 2018 рік

ЗМІСТ

ПЕРЕЛІК УМОВНИХ ПОЗНАЧЕНЬ.....	3
ВСТУП.....	4
РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ДО ПРОВЕДЕННЯ ОЗДОРОВЧОЇ ГІМНАСТИКИ ТА ФІТНЕСУ.....	8
1.1 Проблема підготовки майбутніх учителів фізичної культури до проведення оздоровчої гімнастики та фітнесу в педагогічній теорії.....	8
1.2 Сутність підготовки майбутнього вчителя фізичної культури до проведення оздоровчої гімнастики та фітнесу з дівчатами- старшокласницями.....	19
РОЗДІЛ 2. МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ.....	38
2.1 Організація дослідження.....	38
2.2 Діагностика готовності майбутніх учителів фізичної культури до проведення оздоровчої гімнастики та фітнесу з дівчатами- старшокласницями	39
РОЗДІЛ 3. ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНА ПЕРЕВІРКА ПЕДАГОГІЧНИХ УМОВ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ДО ПРОВЕДЕННЯ ОЗДОРОВЧОЇ ГІМНАСТИКИ ТА ФІТНЕСУ ЗІ СТАРШОКЛАСНИЦЯМИ.....	49
3.1 Зміст, форми і методи підготовки студентів до проведення оздоровчої гімнастики та фітнесу зі старшокласницями	49
3.2 Організація та основні результати дослідження.....	70
ВИСНОВКИ	79
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	83
ДОДОТКИ.....	91

ПЕРЕЛІК УМОВНИХ ПОЗНАЧЕНЬ

ОГФ – оздоровча гімнастика та фітнес;

ОФК – оздоровча фізична культура;

ФР – фізична рекреація;

ОФР – оздоровча фізична рекреація;

ЗФП – загальна фізична підготовка;

ОФ – оздоровчий фітнес;

ЗВО – заклад вищої освіти.

ВСТУП

Актуальність теми. У сучасних умовах глобальних цивілізаційних змін змінюються вимоги до фахової підготовки майбутніх учителів фізичної культури. Нагальною стає проблема підготовки майбутніх учителів фізичної культури, конкурентоспроможних на ринку праці, компетентних, які вільно володіють професією, пов'язаною зі зміцненням і збереженням здоров'я учнів. З позицій сьогодення розширюється коло професійних функцій вчителя фізичної культури. Сучасній школі потрібні вчителі фізичної культури, які володіють новітніми оздоровчими технологіями, креативні, комунікабельні, артистичні та творчі особистості, які постійно самовдосконалюються і знаходяться в пошуку нових ідей, спрямованих на розв'язання освітніх і виховних завдань шляхом використання фізичних вправ. Оволодіння здатністю застосовувати технології оздоровчої гімнастики та фітнесу на уроках та у позакласній роботі дозволить майбутнім учителям фізичної культури досягнути й підтримувати певний рівень фізичної підготовленості учнів, розвивати їх рухові здібностей, підвищити їх інтерес та зацікавленість до предмету «Фізична культура».

Важливе теоретичне значення для розуміння сутності формування готовності майбутніх учителів фізичної культури до впровадження технологій оздоровчої гімнастики та фітнесу мають праці вітчизняних учених, зокрема О. Ю. Ажиппо, Л. О. Демінської, П. Б. Джуринського, Є. А. Захаріної, Л. І. Іванової, Р. П. Карпюка, Л. П. Сущенко, О. В. Тимошенка, Б. М. Шияна та ін. У їх дослідженнях ґрунтовно розглянуто теоретичні і методичні засади професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури у вищих навчальних закладах. Підготовку майбутніх учителів фізичної культури до проведення оздоровчої гімнастики та фітнесу з дівчатами-старшокласницями вивчала М. Р. Батіщева. Соціально-педагогічні передумови використання засобів оздоровчого фітнесу в системі підготовки майбутніх вчителів фізичної культури досліджувала А. О. Твеліна. Класифікацію та методичні особливості засобів оздоровчого фітнесу

з'ясовували Ю. І. Беляк, Є. З. Добродуб та ін. Застосування фітнес- технології для підвищення рухової активності та фізичної підготовленості підлітків досліджувала О. Ю. Кібальник.

Теоретичний аналіз психолого-педагогічної літератури та літератури з фізичної культури показав, що формування готовності майбутніх учителів фізичної культури до впровадження технологій оздоровчої гімнастики та фітнесу з дівчатами старших класів потребує більш детального дослідження.

Мета дослідження полягає у виявленні, теоретичному обґрунтуванні та експериментальній перевірці педагогічних умов формування готовності майбутніх учителів фізичної культури до впровадження технологій оздоровчої гімнастики та фітнесу з дівчатами старших класів.

Відповідно до мети визначено такі **завдання дослідження**:

1. На основі системного аналізу наукових праць з теми дослідження уточнити зміст понять «формування готовності майбутніх учителів фізичної культури до впровадження технологій оздоровчої гімнастики та фітнесу» та «готовність майбутніх учителів фізичної культури до впровадження технологій оздоровчої гімнастики та фітнесу».

2. Теоретично обґрунтувати структуру готовності майбутніх учителів фізичної культури до впровадження технологій оздоровчої гімнастики та фітнесу з дівчатами старших класів.

3. Визначити критерії, показники та рівні сформованості готовності майбутніх учителів фізичної культури до впровадження технологій оздоровчої гімнастики та фітнесу з дівчатами старших класів.

4. Розробити та науково обґрунтувати модель формування готовності майбутніх учителів фізичної культури до впровадження технологій оздоровчої гімнастики та фітнесу з дівчатами старших класів.

5. Виявити та теоретично обґрунтувати педагогічні умови формування готовності майбутніх учителів фізичної культури до впровадження технологій оздоровчої гімнастики та фітнесу з дівчатами старших класів та їх експериментально перевірити.

Об'єкт дослідження – підготовка майбутніх учителів фізичної культури у закладах вищої освіти.

Предмет дослідження – педагогічні умови формування готовності майбутніх учителів фізичної культури до впровадження технологій оздоровчої гімнастики та фітнесу з дівчатами старших класів.

Методи дослідження. Для розв'язання поставлених завдань було використано такі методи: загальнонаукові: теоретичний аналіз і узагальнення науково-методичної літератури та емпіричних даних наукового дослідження; педагогічні: педагогічне спостереження, моделювання, анкетування, тестування, педагогічний експеримент; статистичні: методи статистики, критерій Стюдента та факторний аналіз для кількісної та якісної обробки емпіричних даних.

Гіпотеза дослідження ґрунтується на припущенні, що ефективність підготовки майбутніх учителів фізичної культури до проведення оздоровчої гімнастики та фітнесу з дівчатами-старшокласницями у вищих навчальних закладах підвищиться за умов:

- усвідомлення студентами значущості оздоровчої гімнастики та фітнесу і специфіки її проведення з дівчатами-старшокласницями;
- розробки моделі підготовки майбутнього вчителя фізичної культури до проведення оздоровчої гімнастики та фітнесу зі старшокласницями;
- упровадження програми підготовки майбутніх учителів фізичної культури до проведення оздоровчої гімнастики та фітнесу.

Методологічною основою дослідження є концептуальні положення філософії освіти про професійний розвиток і саморозвиток особистості; положення психології й педагогіки щодо підготовки висококваліфікованого фахівця, формування його особистісних якостей, розуміння процесу фахової підготовки як цілісної системи.

Теоретичною основою дослідження є положення й висновки про: основи формування культури здоров'я людини (Г. Апанасенко, П. Виноградов, В. Войтенко, В. Горащук, Г. Кривошеєва та ін.), соціально-педагогічні засади розвитку особистості (К. Абульханова-Славська, К. Бархаєв, М. Бобнева,

В. М'ясищев та ін.), особистісно орієнтований підхід до виховання й освіти (Є. Александрова, І. Бех, Ю. Васьков, О. Пехота, О. Серьогіна, Л. Сущенко, М. Чобітько та ін.), формування професійної готовності особистості (Л. Бровкіна, Н. Волкова, І. Гавриш, В. Давидов, В. Загвязинський, О. Кучерявий, Л. Стасюк); наукові підходи до професійної підготовки вчителя фізичної культури (Л. Безкоровайна, Л. Демінська, О. Демінський, Т. Круцевич, В. Пристинський, Л. Сущенко); положення щодо підготовки спеціалістів з оздоровчої фізичної культури (Т. Круцевич, Є. Крючек, К. Купер, Т. Лисицька, Т. Ротерс,); теорії оздоровчої фізичної рекреації, оздоровчої гімнастики й фітнесу (В. Видрін, Є. Ільїн та ін.) та оздоровчого тренування (Т. Круцевич, В. Платонов, Б. Френкс, Ж. Холодов, Е. Хоулі).

Практичне значення одержаних результатів полягає в їх достатній готовності до впровадження в навчальний процес закладів вищої освіти.

Результати дослідження можуть бути використані викладачами закладів вищої освіти, систем підвищення кваліфікації вчителів, викладачами фізичної культури середніх спеціальних навчальних закладів, учителями середніх загальноосвітніх шкіл, у самоосвітній діяльності студентів.

Апробація результатів дослідження. Основні результати дипломної роботи магістра обговорювались на звітній науковій конференції студентів, магістрантів Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка (м. Кам'янець-Подільський 25 квітня 2018 року) та на засіданнях студентського наукового гуртка «Фізичне виховання дітей 1-4 класів у взаємодії ЗОШ і сім'ї».

Структура та обсяг дипломного проекту магістра. Дипломний проект викладено на 99 сторінках, з яких 83 – основного тексту, що містить 11 таблиць. Дипломний робота складається з вступу, трьох розділів, висновків та зі списку використаних джерел (82 джерела).

ВИСНОВКИ

Проведене дослідження надає змогу сформулювати ряд теоретичних і практичних висновків, а також необхідні рекомендації удосконалення педагогічної підготовки майбутнього вчителя до проведення ОГФ із дівчатами-старшокласницями.

Ефективність у реалізації ідей національного виховання, формування здорового, гармонійно розвинутого громадянина незалежної та економічно сильної України визначається тим, наскільки вчитель професійно та науково обґрунтовано буде ставити завдання фізичного виховання. Серед них і виховання культури здоров'я, і формування здорового способу життя, і виховання любові до рухової активності.

Серед багатьох видів занять фізичною культурою саме ОГФ за своїми цілями, змістом, формами у найбільшому ступені спрямовано на формування такої людини. У зв'язку з цим проблеми підготовки вчителя фізичної культури до проведення ОГФ із дівчатами-старшокласницями вирішувались у дослідженні, виходячи з того, що проведення ОГФ розглядалось як особливий вид педагогічної підготовки, який у найбільшому ступені відповідає вимогам виховання фізичних якостей дівчини, здоров'я, максимально індивідуалізує заняття та не потребує великої кількості спеціального обладнання. При тому теорія та практика навчання спиралися на положення про те, що ОГФ – це види фізичної культури, які виховують прагнення до оптимальної якості життя, яке включає досягнення більш високої підготовленості за показниками тестування, малий ризик порушення здоров'я. Інакше кажучи, вони дають дівчині гарний фізичний стан або фізичну підготовленість.

Теоретична побудова дослідження базувалася не тільки на відмові від традиційних форм занять фізичною культурою у школі та залишених стереотипів проведення уроків, але в більшому ступені на опорі і розвитку фундаментальних

основ теорії оздоровчої фізичної рекреації з урахуванням вітчизняної педагогіки та сучасних соціально-педагогічних реалій.

Проведене дослідження дає можливість сформулювати низку висновків, а також дати необхідні рекомендації щодо вдосконалення педагогічної підготовки майбутніх учителів до проведення оздоровчої гімнастики та фітнесу зі старшокласницями. А саме:

1. У дисертації наведено теоретичне узагальнення та практичне розв'язання наукової проблеми підготовки майбутніх учителів фізичної культури до проведення оздоровчої гімнастики й фітнесу зі старшокласницями, що виявилось в обґрунтуванні та експериментальній перевірці педагогічних умов, які забезпечують ефективність цього процесу.

2. Теоретичний аналіз різних точок зору на проблему підготовки майбутніх учителів фізичної культури до проведення оздоровчої гімнастики та фітнесу зі старшокласницями дав можливість для визначення понять: „підготовка до проведення оздоровчої гімнастики та фітнесу з дівчатами-старшокласницями” – це система організаційних та педагогічних заходів, які забезпечують майбутньому вчителю професійну спрямованість знань, умінь, навичок і формування готовності проводити оздоровчу гімнастику та фітнес зі старшокласницями; „готовність до проведення оздоровчої гімнастики та фітнесу з дівчатами-старшокласницями” – це інтегральна якість особистості випускника вищого навчального закладу, яка свідчить про те, що майбутній учитель фізичної культури обізнаний в особливостях оздоровчої гімнастики та фітнесу; уміє проводити відповідні уроки, спираючись на вікові анатомо-фізіологічні та психологічні особливості розвитку старшокласниць і прагне використовувати можливості атлетизму, шейпінгу, ритмічної гімнастики, стретчингу (Stretching), пілатесу (Pilates), каланетики, степ-аеробіки, фітнес-йоги, фітбол-аеробіки (Fitbol), слайд-аеробіки (Slide), флекс-уроку (Flex), босу-аеробіки (BOSU), різновидів танцювальної аеробіки, аеробіки зі скакалкою (Rope skipping) тощо.

3. Критеріями оцінки готовності як результату процесу спеціальної фахової підготовки визначено мотиваційний (наявність мотивів і цілей педагогічної

діяльності, що активізують прояв інших компонентів визначеної готовності); когнітивний (наявність сукупності загальнотеоретичних, педагогічних, спеціальних знань щодо проведення оздоровчої гімнастики та фітнесу з дівчатами-старшокласницями) та операційно-діяльнісний (володіння вміннями й навичками для проведення оздоровчої гімнастики та фітнесу зі старшокласницями). Ці критерії не тільки дають можливість одержати повне уявлення про якість підготовки, але й оцінити рівень готовності студентів – майбутніх учителів фізичної культури – до визначеної діяльності.

4. Педагогічними умовами підготовки студентів до проведення оздоровчої гімнастики та фітнесу з дівчатами-старшокласницями виступають: усвідомлення студентами значущості оздоровчої гімнастики та фітнесу й специфіки її проведення зі старшокласницями; розробки моделі підготовки майбутнього вчителя фізичної культури до визначеної діяльності та впровадження спеціальної програми підготовки майбутніх учителів фізичної культури до проведення оздоровчої гімнастики й фітнесу. Результати дослідження дозволяють констатувати, що поставлені завдання розв'язано.

5. Ефективність підготовки студентів до проведення оздоровчої гімнастики та фітнесу з дівчатами-старшокласницями залежить від попереднього досвіду занять спортом, кваліфікації студента-спортсмена й успішності у вивченні методики викладання гімнастики та атлетизму; від якості засвоєння знань, умінь та навичок практикуму; від рівня загальної професійної підготовки, розуміння важливості фітнесу для оздоровлення дітей та вміння його проводити; від знання інтересів та особливостей анатоμο-фізіологічного й психологічного розвитку дівчат-старшокласниць. При цьому підготовка не залежить від статі та віку майбутнього вчителя фізичної культури.

6. Підготовка майбутніх учителів до проведення оздоровчої гімнастики та фітнесу зі старшокласницями проходить у три етапи: перший включає діагностику готовності студентів до проведення оздоровчої гімнастики та фітнесу з дівчатами-старшокласницями. Другий – підготовку до проведення оздоровчої гімнастики та фітнесу з дівчатами-старшокласницями в процесі вивчення курсів,

удосконалення вмінь і навичок на педагогічній практиці в закладі загальної середньої освіти та проведенні науково-дослідної роботи під час підготовки курсових та дипломних робіт. Третій – оцінку стану готовності майбутніх учителів до дослідженої діяльності як стану, що характеризує якість процесу спеціальної підготовки.

7. Результати формувального етапу експерименту виявили позитивні зміни в рівні готовності майбутніх учителів фізичної культури до проведення оздоровчої гімнастики та фітнесу зі старшокласницями й тим самим підтвердили гіпотезу про її можливість у процесі фахової підготовки у закладах вищої освіти за вказаних умов.

Проведене нами дослідження не вичерпало всього різноманіття питань, пов'язаних з розв'язанням завдань підготовки майбутнього вчителя фізичної культури до проведення оздоровчої гімнастики та фітнесу зі старшокласницями. Подальшого дослідження потребує диференціація підготовки залежно від рівня стартової готовності студента до цієї діяльності, удосконалення механізмів підготовки майбутнього вчителя фізкультури до керівництва спортивними секціями й організації спортивно-масової роботи з оздоровчої гімнастики та фітнесу.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Абульханова-Славская К. А. Деятельность и психология личности. Москва: Наука, 1980. 334 с.
2. Андреев В. И. Диалектика воспитания и самовоспитания творческой личности. Казань: Изд-во Казанского ун-та, 1988. 228 с.
3. Антоненко О. В. Формування готовності майбутніх учителів фізичного виховання до роботи в сучасній загальноосвітній школі. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: наук. монографія [за ред. проф. С.С. Єрмакова]. Харків: ХАДМ (XXIII), 2006. Випуск 10. С. 79-81.
4. Апанасенко Г. Л. Здоровье, которое мы выбираем. Київ: Знание, 1989. 304 с.
5. Артюшина М. В. Взаємозв'язок соціально-психологічних та дидактичних умов групової навчальної діяльності студентів: автореф. дис... канд. пед. наук: 13.00.04. Київ, 2000. 20 с.
6. Баєва І. Формування індивідуальних здібностей і валеологічних знань студентів у процесі вивчення анатомії людини. Фізичне виховання спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві: зб. наук. пр. Волинського держ. ун-ту ім. Лесі Українки. Луцьк, 2002. Т. 1. С. 61-63.
7. Басова Н. В. Педагогика и практическая психология. Ростов-на-Дону: Феникс, 1999. 414 с.
8. Бебешко О. П. Актуальність гендерного підходу в процесі фізичного виховання студенток. Освіта Донбасу: наук.-метод.вид. Луганський держ.пед.ун-т ім. Тараса Шевченка. Луганськ, 2002. Випуск 5 (95). С. 69-72.
9. Безкоровайна Л. В. Оцінка якостей, необхідних для майбутньої професійної управлінської діяльності фахівців фізичного виховання та спорту. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: наук. монографія [за ред. С. С. Єрмакова]. Харків: ХАДМ (XXIII), 2006. Випуск 10. С. 87-89.

10. Бех І. Д. Виховання особистості: у 2 кн.: навч.-метод.вид. Київ: Либідь, 2003. Кн.1: Особистісно орієнтований підхід: теоретико-технологічні засади. С. 160-205.

11. Бобнева М. И. Социальные нормы и регуляция поведения. Москва: Наука, 1981. 241 с.

12. Бондаренко О. А. Технологія формування проєктивних умінь у майбутніх учителів у процесі фахової підготовки (змістовно-процесуальний компонент). Педагогіка і психологія формування творчої особистості: проблеми і пошуки: зб. наук. пр. Запоріжжя, 2007. Випуск 45. С. 59-64.

13. Буган Ю. В. Особистісно зорієнтоване навчання як система. 2005. Випуск 6 (228). С. 15-19.

14. Введение в научное исследование по педагогике: учеб. пособ. [под ред. В. И. Журавлева]. Москва: Просвещение, 1988. 239 с.

15. Вільчковський Е. Реформування системи фізичного виховання у Польщі. Фізичне виховання спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві: зб. наук. пр. Волинського держ. ун-ту ім. Лесі Українки. Луцьк, 2002. Т. 1. С. 12-13.

16. Віндюк О. Організація рухової активності молодших школярів США. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві: зб. наук. пр. Волинського держ. ун-ту ім. Лесі Українки. Луцьк, 2002. Т. 1. С. 10-12.

17. Виноградов П. А. Рекреация по-американски. Москва: Знание, 1990. С. 81–189.

18. Войтенко В. П. Здоровье здоровых. Київ: Здоров'я, 1991. 248 с.

19. Волков Л. В. Физические способности детей и подростков. Київ: Здоров'я, 1981. 120 с.

20. Волкова Н. П. Педагогіка: посіб. [для студ. ЗВО]. Київ: Академія, 2001. 576 с.

21. Выдрин В. М. Физическая рекреация – вид физической культуры. Теория и практика физической культуры. 1989. Випуск 3. С. 2-3.

22. Гавриш І. В. Теоретико-методологічні основи формування готовності майбутніх учителів до інноваційної професійної діяльності: автореф. дис... доктора пед. наук: 13.00.04. Луганськ, 2006. 44 с.

23. Голованова Т. П. Предпосылки и основания методологии гендерного воспитания студенческой молодежи. Педагогіка і психологія формування творчої особистості: проблеми і пошуки: [під ред. Т. І. Сущенко]. Запоріжжя, 2002. Випуск 25. С. 193-196.

24. Горащук В. П. Формирование культуры здоровья школьников (теория и практика). Луганск: Альма-матер, 2003. 376 с.

25. Гордеева Н. Н. Теория и технология индивидуально-педагогического развития личности будущего учителя в процессе педагогической подготовки. автореф. дис... доктора пед. наук: спец. 13.00.08. Челябинск, 2002. 46 с.

26. Грибовська І. Б. Оздоровча програма з фізичного виховання для вчителів фізичної культури. Новітні медико-педагогічні технології зміцнення та збереження здоров'я учнівської молоді: навч.-метод. посіб. [для вчителів фіз. культури]. Львів: Українські технології, 2003. С. 4-14.

27. Гузеев В. В. Педагогическая техника в контексте образовательной технологии. Москва: Народное образование, 2001. 127 с.

28. Давыдов В. П. Методология и методика психолого-педагогического исследования: учеб. пособие. Москва: Логос, 2006. 128 с.

29. Демінська Л. О. Міжпредметні зв'язки у процесі професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури: автореф. дис... канд. пед. наук: 13.00.04. Луганськ, 2004. 20 с.

30. Деминский А. Ц. Научные основы конструирования дидактических моделей тренера-преподавателя к работе в системе образования: монография. Кировоград: Изд-во ГЛАУ, 1998. 304 с.

31. Дмитренко С. Наш досвід перевірки професійної підготовленості студентів з гімнастики до педагогічної практики в школі. Фізичне виховання спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві: зб. наук. пр. Волинського

держ. ун-ту ім. Лесі Українки. Т. 1. Луцьк: Волинська обласна друкарня, 2002. С. 65-68.

32. Добрянський І. А. Деякі принципи побудови ділової гри як методу активного навчання. Наукові записки. Кіровоград: РВЦ КДПУ ім. В. Винниченка, 2000. Випуск 21. С. 38-42.

33. Евстафьев Б. В. Анализ основных понятий в теории физической культуры. Ленинград: Военный ин-т физ. культуры, 1985. 118 с.

34. Жданова О. М. Методичні рекомендації щодо контролю за рівнем здоров'я учнів і рівнем фізичних навантажень на уроках фізичної культури. Новітні медико-педагогічні технології зміцнення та збереження здоров'я учнівської молоді: навч.-метод. посіб. [для вчителів фіз. культури]. Львів: Українські технології, 2003. С. 33-42.

35. Железняк Ю. Д. Подготовка специалистов по физической культуре и спорту в системе педагогического образования. Теория и практика физической культуры. 2002. Випуск 5. С. 47-53.

36. Загвязинский В. И. Методология и методы психолого-педагогического исследования: учеб. пособие [для студ. высш. пед. учеб. заведений] Москва: Изд.центр „Академия”, 2003. 208 с.

37. Зязюн І. А. Педагогічна майстерність як мистецька дія. Рідна школа. 1995. Випуск 7-8. С. 31-50.

38. Іванько О. А. Фізична культура і спорт, як соціальна сфера діяльності людини. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання: [за ред. С. С. Єрмакова]. Донецьк: ХДАДМ (ХХІІІ), 2004. Випуск 18. С. 138-143.

39. Іванченко С. Г. Дидактичні основи удосконалення фізкультурно-оздоровчої та спортивно-масової роботи з дітьми в дозвільній діяльності. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання та спорту: [за ред. С. С. Єрмакова]. Донецьк, 2003. Випуск 23. С. 20-26.

40. Ильин Е. П. Некоторые психологические аспекты массовой физической культуры. Психологический журнал. 1987. Т. 8. Випуск 5. С. 77-83.

41. Калинин Л. А. Физкультурно-рекреационная стратегия развития современного общества. Теория и практика физической культуры. 1990. Выпуск 1. С. 8-11.
42. Карапетян В. С. Моделирование как компонент деятельности учения: автореф. дис... канд. психол. наук: 19.00.07. Москва, 1981. 20 с.
43. Карпюк Р. П. Активізація професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури. Фізичне та валеологічне виховання студентської молоді. Луганськ, 2000. 100 с.
44. Кирилов А. Н. Компетентностно-рефлексивный подход в обучении студентов реабилитологов. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: наук. монографія [за ред. С. С. Єрмакова]. Харків: ХДАДМ (ХХП), 2007. Выпуск 11. С. 130-135.
45. Коган А. Б. Основы физиологии высшей нервной деятельности. Москва: Высш.шк., 1988. 368 с.
46. Козлова К. П. Атестація професійної підготовки студентів перед виходом на педагогічну практику. Безперервна педагогічна практика студентів як первинна форма їх професійної практичної підготовки: зб. Всеукр. наук. метод. конф. Вінниця: УНІВЕРСУМ-Вінниця, 1999. С. 31-34.
47. Корх А. Я. Тренер: деятельность и личность. Москва: Терра-спорт, 2000. 120 с.
48. Кривошеєва Г. Л. Роль валеологічних дисциплін у формуванні культури здоров'я студентів університету. Педагогіка і психологія формування творчої особистості: проблеми і пошуки. Запоріжжя, 2002. Выпуск 25. С. 345-349.
49. Крючек Е. С. Аэробика: содержание и методика оздоровительных занятий. Москва: Терра-спорт; Олимпия PRESS, 2001. 60 с.
50. Кузьмина Н. В. Методы педагогической деятельности. Изд-во Ленинградского ун-та, 1970. 116 с.
51. Кузнецова О. А. Двигательная активность и здоровый образ жизни студентов. Здоров'я та освіта: проблеми та перспективи: матеріали I Всеукр. наук.-практ. конф., 18-19 квітня. Донецьк, 2000. С. 48-51.

52. Купер К. Новая аэробика: система оздоровительных упражнений для всех возрастов. Москва: Физкультура и спорт, 1976. 127 с.

53. Куц О. С. Фізкультурно-оздоровча робота з учнівською молоддю. Вінниця: Континент-ПРИМ, 1995. Ч. 1. 124 с.

54. Латышин В. В. Антропоцентрированный подход к профессионально-педагогической подготовке будущего учителя. Педагогика. 2003. Выпуск 9. С. 50-58.

55. Линенко А. Ф. Теорія і практика формування готовності студентів педагогічних вузів до професійної діяльності: автореф. дис... доктора пед. наук: 13.00.01. Київ, 1996. 44 с.

56. Лисицкая Т. С. Аэробика. Москва: Федерация аэробики России, 2002. Т. 1: Теория и методика. 229 с.

57. Мартиросов Э. Г. Методы исследования в спортивной антропологии. Москва: Физкультура и спорт, 1982. 199 с.

58. Матвеев Л. П. Методика физического воспитания с основами теории. Москва: Просвещение, 1987. 333 с.

59. Менхин Ю. В. Оздоровительная гимнастика: теория и методика. Ростов-на-Дону: Феникс, 2002. 382 с.

60. Носко М.О. Теоретичні та методичні основи формування рухової функції у молоді під час занять фізичною культурою та спортом: автореф. дис... доктора пед. наук: 13.00.09. Київ, 2003. 53 с.

61. Обуховский К. Психология влечений человека. Москва: Прогресс, 1972. 247 с.

62. Орлов А. С. Социология рекреации. Москва: Наука, 1995. 118 с.

63. Осадчая Т. Ю. Основные положения организации физического воспитания в школах США. Молодая спортивная наука Донбасса: материалы науч.-практ. конф., 13-14 дек. 2002 г. Донецк, 2002. С. 167-171.

64. Педагогічний словник [за ред. М. Ярмоченко]. Київ: Педагогічна думка, 2001. 516 с.

65. Пехота О. М. Особистісно орієнтоване навчання вчителя: монографія. 2-ге вид. доп. та перероб. Миколаїв: Вид-во „Ліон”, 2007. 272 с.

66. Пристинський В. Н. Використання нетрадиційних фізкультурно-оздоровчих технологій у фізичному вихованні школярів. Проблеми активізації рекреаційно-оздоровчої діяльності населення: матер. VI Всеукр. наук.-практ. конф., 15-16 травня 2008 р. Львів: ЛДУФК, 2008. С. 77-81.

67. Пристинський В. Н. Нетрадиційні фізкультурно-оздоровчі технології у фізичному вихованні школярів. Актуальні проблеми фізичної культури, олімпійського й професійного спорту та реабілітації у навчальних закладах України. Кіровоград: КДПУ ім. В. Винниченка, 2008. С. 93-97.

68. Приймак М. Вищі навчальні заклади України на ринку освітніх послуг фізкультурного профілю. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві: зб. наук. пр. Волинського держ. ун-ту ім. Лесі Українки. Луцьк, 2002. Т. 1. С. 51-53.

69. Ротерс Т. Т. Ритмическое развитие – эстетический компонент физической подготовленности школьников. Физическая подготовленность и здоровье населения : сб. материалов Междунар. науч. симпоз. [під ред. Р. Т. Раевский]. Одесса: ТЭС, 1998. 260 с.

70. Рыжкин Ю. Е. Физическая рекреация в сфере досуга человека. Теория и практика физической культуры. 2002. Выпуск 5. С. 17-19.

71. Савельев А. В. Технологии обучения и их роль в реформе высшего образования. Высш. образование России. 1994. Выпуск 2. С. 29-37.

72. Селуянов В. Н. Основы научно-методической деятельности в физической культуре: учебн. пособ. [для студ. вузов физ. культуры]. Москва: СпортАкадемПресс, 2001. 184 с.

73. Серегина О. Личностно-ориентированное обучение: практический подход. Відкритий урок. Особистісно зорієнтоване навчання. 2004. Выпуск 21-24. С. 50-52.

74. Смакула О. І. Формування ціннісного ставлення майбутніх учителів до фізичної культури: автореф. дис... канд. пед. наук: 13.00.04. Київ, 2004. 20 с.

75. Сорока В. А. Роль фитнеса во время беременности и в период реабилитации. Молодая спортивная наука Донбасса: материалы науч.-практ. конф., 13–14 декабря 2002 г. Донецк, 2002. С. 100-107.

76. Сосина А. Ритмическая гимнастика. Київ: Рад.шк., 1990. 93 с.

77. Стасюк Л. П. Проблеми моделювання професійної діяльності учителів. Фізичне та валеологічне виховання студентської молоді: зб. наук. пр. Луганськ: Вид-во СНУ, 2000. С. 39-40.

78. Стасюк Р. М. Модель морально-вольових якостей особистості студентів як компонента адаптаційного механізму. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту [за ред. С. С. Єрмакова]. Харків: ХДАДМ (ХХП), 2007. Випуск 11. С. 194-197.

79. Сущенко Л. П. Теоретико-методологічні засади професійної підготовки майбутніх фахівців фізичного виховання та спорту у вищих навчальних закладах: автореф. дис... доктора пед. наук: 13.00.04. Київ, 2003. 45 с.

80. Таран Ю.И. Сравнительный анализ эффективности различных видов оздоровительной гимнастики для женщин 20-35 лет: автореф. дис... канд. пед. наук: 24.00.02. Киев, 1998. 17 с.

81. Цыбулько Г. Я. Формирование у будущих учителей готовности к развитию ученического самоуправления: монография. Славянск: Печатный двор, 2004. 164 с.

82. Чобітько М. Г. Теоретико-методологічні засади особистісно-орієнтованої професійної підготовки майбутніх учителів: автореф. дис... доктора пед. наук: 13.00.04. Київ, 2007. 43 с.