

Міністерство освіти і науки України  
Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка  
Факультет фізичної культури  
Кафедра легкої атлетики з методикою викладання

Дипломна робота (проект)  
магістра

з теми: «ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ СТАРШОКЛАСНИКІВ ЛІЦЕЇВ ТА ГІМНАЗІЙ  
У ПОЗАКЛАСНІЙ РОБОТІ»

Виконав: студент 2 курсу,  
групи ФКб1-М17з  
спеціальності 014  
Середня освіта (фізична культура)  
Крочак Роман Андрійович  
Керівник: Ліщук В. В., доцент кафедри  
легкої атлетики з методикою викладання  
Рецензент: Мисів В. М., кандидат наук з  
фізичного виховання та спорту, доцент

Кам'янець-Подільський – 2018 р.

## ЗМІСТ

ПЕРЕЛІК УМОВНИХ ПОЗНАЧЕНЬ	3
ВСТУП	4
РОЗДІЛ 1 ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ СТАРШОКЛАСНИКІВ ЛІЦЕЇВ ТА ГІМНАЗІЙ ЯК ПЕДАГОГІЧНА ПРОБЛЕМА	8
1.1 Фізичне виховання – складовий компонент цілісної системи виховання	8
1.2 Особливості фізичного виховання старшокласників ліцеїв та гімназій	19
РОЗДІЛ 2 МЕТОДИ І ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ	25
2.1 Методи дослідження	25
2.2 Організація дослідження	26
РОЗДІЛ 3 ТЕОРІЯ ТА ПРАКТИКА ПОЗАКЛАСНОЇ РОБОТИ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ В ЛІЦЕЯХ ТА ГІМНАЗІЯХ	34
3.1 Аналіз результатів експериментальної роботи	34
3.2 Аналіз основних напрямів та форм позакласної роботи з фізичного виховання у педагогічній теорії	41
3.3 Діагностика стану фізичного виховання старшокласників ліцеїв та гімназій у процесі позакласної роботи	53
3.4 Обґрунтування організаційно-педагогічних умов, що забезпечують ефективність фізичного виховання в позакласній роботі	71
ВИСНОВКИ	80
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	85

## ПЕРЕЛІК УМОВНИХ ПОЗНАЧЕНЬ

m	–	відхилення від середнього
ЕГ	–	Експериментальна група
КГ	–	Контрольна група
ккал/кг	–	Кілокалорії на кілограм
М	–	середнє арифметичне або математичне очікування
САН	–	Методика дослідження САН (самопочуття, активність, настрої)

## ВСТУП

**Актуальність теми.** Аналіз процесів фізичного становлення й розвитку особистості школярів спонукає до перегляду й перебудови організаційно-методичних основ і змісту фізичного виховання. Особливої значущості розв'язання означених проблем набуває у специфічних умовах інтенсифікації навчального процесу ліцеїв та гімназій, що викликає перенапругу фізіологічних систем учнів, зняти яку у спромозі систематичні заняття фізичними вправами.

Цільовою комплексною програмою «Фізичне виховання – здоров'я нації» передбачено проведення в закладах освіти трьох уроків фізичної культури на тиждень, тому що, як свідчить практика, два обов'язкових уроки не задовольняють потреб організму в руховій активності. Однак за даними досліджень О. Качерова, І. Козетова, Ю. Тупиці, збільшення обсягу рухової активності учнів навіть за рахунок третього уроку фізичної культури не забезпечують номінальну біологічну потребу організму в рухах [1, 5, 6, 9].

Необхідні пошуки і впровадження нових ефективних форм і методів фізичного виховання школярів у закладах освіти взагалі і в ліцеях та гімназіях, зокрема [5, 11, 15, 22]. До таких форм, спрямованих саме на активне фізичне самовдосконалення, дослідники В. Бальсевич, С. Меркулов, Б. Шиян відносять гурткові, секційні, самостійні позакласні заняття школярів.

На важливості позакласної роботи з фізичного виховання, у процесі якої вирішуються проблеми рухової активності учнів за допомогою фізкультурно-оздоровчих форм (гімнастики до навчальних занять, фізкультхвилинок та пауз, рухових перерв, спортивних годин у групах продовженого дня), наголошують дослідники О. Борисенко, С. Цвек, В. Левицький, В. Шурухіна.

Ефективність сучасних оздоровчих засобів, спрямованих на удосконалення позакласної роботи з фізичного виховання, а саме: ритмічної гімнастики, стретчингу, атлетичної гімнастики (бодіблдингу), пауерліфтингу, слім-джиму.

У роботах О. Кругляка, О. Куца, В. Леонової, Є. Сарапулової, Г. Панченка, простежується думка про важливість та актуальність використання народних українських ігор у межах позакласної роботи з фізичного виховання [51, 53].

Отже, досліджувана проблема охоплює широкий спектр питань. Проте, як свідчить аналіз наукової літератури і практичної діяльності ліцеїв та гімназій, фізичне виховання старшокласників у процесі позакласної роботи лишилось поза увагою дослідників [12, 15, 19, 26].

Істотні переваги та специфічні можливості, які закладені у позакласній роботі з фізичного виховання, сприяючи поліпшенню розумової працездатності, фізичної підготовленості, рухової активності й розвитку особистості в цілому, не отримали належного висвітлення, оцінки і теоретичного обґрунтування, що негативно позначається на практиці фізичного виховання учнівської молоді.

**Мета дослідження** – виявити сутність, зміст, особливості фізичного виховання старшокласників ліцеїв та гімназій у позакласній роботі, теоретично обґрунтувати та експериментально перевірити організаційно-педагогічні умови, що забезпечують його ефективність.

**Завдання дослідження:**

1. Проаналізувати стан досліджуваної проблеми в педагогічній теорії та практиці.
2. Виявити особливості організації фізичного виховання в специфічних умовах ліцеїв та гімназій у позакласній роботі.
3. Теоретично обґрунтувати та експериментально перевірити організаційно-педагогічні умови, що забезпечують ефективність фізичного виховання старшокласників ліцеїв та гімназій у позакласній роботі.

**Об'єкт дослідження** – фізичне виховання старшокласників ліцеїв та гімназій.

**Предмет дослідження** – організаційно-педагогічні умови фізичного виховання старшокласників ліцеїв та гімназій у позакласній роботі.

**Методи дослідження.** На різних етапах дослідження використовувався комплекс методів, адекватний меті й завданням:

- **теоретичні** – вивчення психолого-педагогічної літератури та навчально-

методичних джерел з проблем фізичного виховання в системі педагогічної освіти, ознайомлення з нормативними документами Міністерства освіти та науки України; узагальнення результатів аналізу основних напрямів, форм позакласної роботи з фізичного виховання в ліцеях та гімназіях, теоретичних і дослідних даних, що дали змогу систематизувати теоретичні матеріали з досліджуваної проблеми;

- **емпіричні** – вивчення та узагальнення досвіду фізичного виховання в загальноосвітніх закладах різного типу, аналіз та узагальнення власного педагогічного досвіду вчителя фізичної культури, анкетування, тестування, інтерв'ювання учителів фізичної культури та інших працівників ліцеїв і гімназій, що дозволило сформувати необхідну інформаційну базу вивчення стану проблеми на практиці та обґрунтувати організаційно-педагогічні умови фізичного виховання старшокласників ліцеїв та гімназій у позакласній роботі;

- **експериментальні** – педагогічний експеримент (констатуючий і формуючий) сприяв дослідженню реального стану та особливостей фізичного виховання старшокласників у специфічних умовах ліцеїв та гімназій у позакласній роботі, здійсненню експериментальної перевірки організаційно-педагогічних умов, що забезпечують ефективність фізичного виховання;

- **статистичні** – здійснення кількісної та якісної обробки й вивчення ефективності реалізованих організаційно-педагогічних умов фізичного виховання старшокласників ліцеїв та гімназій у позакласній роботі.

**Практичне значення одержаних результатів** полягає в тому, що сформовані в магістерській роботі положення та висновки можуть бути використані в лекційних курсах з теорії та історії педагогіки, теорії і історії методики фізичного виховання, створені спеціалізованих курсів, навчальних посібників.

**Апробація результатів дослідження.** Викладені у даній роботі результати дослідження доповідалися і обговорювалися на звітній конференції за матеріалами наукових досліджень студентів та магістрантів Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка.

**Структура та обсяг дипломної роботи магістра.** Робота викладена на 90

сторінках та складається зі вступу, трьох розділів, восьми підрозділів, висновків, списку використаних джерел.

## ВИСНОВКИ

1. Аналіз філософської, психолого-педагогічної та науково-методичної літератури з проблеми дослідження дозволив дійти висновку, що питання фізичного виховання старшокласників ліцеїв та гімназій, по суті, залишаються відкритими. Численні підходи до розуміння сутності фізичного виховання задають неоднозначність реалізації на практиці фізичної підготовленості особистості, майже не торкаючись розкриття проблеми у ліцеях та гімназіях як закладах нового типу, не враховуючи особливості їх діяльності.

Значна інформаційна насиченість навчального процесу ліцеїв і гімназій (що значно перевищує таку у загальноосвітній школі), мінімальний руховий режим призводять до загального високого навантаження, результатом якого є систематичне накопичення стомлення, що супроводжується апатією, в'ялістю та негативно впливає на загальний стан здоров'я учнів.

Зменшити ці вияви можливо (значною мірою) більш ефективною організацією фізичного виховання як складової навчально-виховного процесу, а саме: переусвідомленням сутності та завдань фізичного виховання в нових умовах соціокультурного розвитку суспільства і нових підходів до організації фізичного виховання в ліцеях і гімназіях з врахуванням специфіки й особливостей функціонування даних закладів.

Зазначено, що фізичні навантаження, які сприяють швидшому відновленню розумової працездатності, підвищенню рівня та якості переробки навчальної інформації учнів, відбуваються в основному під час проведення уроків фізичної культури в ліцеях та гімназіях, на які відводиться 2-3 години на тиждень, що недостатньо для зняття перенапруги фізіологічних систем учнів.

З огляду системного вирішення зазначеної проблеми важливим є організаційно-методичне забезпечення фізичного виховання



старшокласників ліцеїв та гімназій. Особливого значення в контексті нашого дослідження набуває пошук ефективних змісту, форм і методів фізичного виховання, яке в специфічних умовах діяльності ліцеїв та гімназій має бути спрямоване, понад усе, на підвищення рухової активності учнів, що сприяє зняттю розумових перевантажень і відновленню їх фізіологічних систем. Установлено, що однією з таких форм є позакласна робота з фізичного виховання.

2. Вивчення та аналіз вітчизняного і зарубіжного досвіду з питань дослідження дозволяє зробити висновок, що позакласна робота з фізичного виховання в ліцеях та гімназіях – це складна, багатоаспектна психолого-педагогічна проблема, яка вимагає свого послідовного та ефективного вирішення. Ми розглядаємо її як процес цілеспрямованого додаткового педагогічного впливу на особистість старшокласників, результатом якого є формування рухових вмінь і навичок, розвиток фізичних якостей, підвищення рухової активності, а також вирішення завдань розумового, естетичного, морального, трудового виховання, високої внутрішньої і зовнішньої культури.

Теоретичний і практичний аналіз проблеми дослідження дозволив узагальнити зміст фізичного виховання старшокласників ліцеїв та гімназій у позакласній роботі, який відображено у напрямках цієї діяльності. У процесі дослідження виокремлено й розкрито напрями позакласної роботи з фізичного виховання і форми їх реалізації в умовах ліцеїв та гімназій, а саме: фізкультурно-оздоровчий, який має за мету знизити або усунути негативні функціональні вияви, що виникають в організмі учнів ліцеїв та гімназій через напружену підвищену розумову діяльність; спортивно-масовий, який спрямовується на формування в учнів інтересу до фізичної культури і спорту, розвиток фізичних якостей в процесі групових занять і масових фізкультурних заходів; рекреаційно-відновлювальний – спрямований на відновлення розумових сил, рухової активності, фізичної працездатності старшокласників ліцеїв та гімназій.

Установлено, що особливість позакласної роботи з фізичного виховання в ліцеях та гімназіях зумовлена:

– специфікою навчально-виховного процесу в закладах нового типу, а саме – інтенсивністю та значними об'ємами навчально-пізнавальної діяльності обдарованих та здібних дітей;

– особливостями позакласної роботи, а саме – добровільністю участі учнів у виховному процесі, вільному виборі ними занять, організаційних форм і видів діяльності; варіативністю програм діяльності з врахуванням індивідуальних інтересів, здібностей, рівнів розвитку учнів; нерегламентованістю (як на уроці) тривалості виховного процесу;

– спеціальним складом учнівського контингенту.

На основі аналізу сучасної теорії та практики виділено ряд критеріїв та показників оцінювання ефективності фізичного виховання старшокласників ліцеїв та гімназій у позакласній роботі. Основними критеріями обрано: фізичну підготовленість, рухову активність та емоційний стан учнів. Фізична підготовленість характеризує стан фізичного та психічного здоров'я учнів, бо це – рівень розвитку фізичних якостей (сили, швидкості, гнучкості, спритності, витривалості). Рухова активність визначається, по-перше, як фактор, що сприятливо впливає на розвиток фізичних якостей учнів, по-друге, як один з об'єктивних показників їхнього функціонального стану. Емоційний стан відображає рівень сформованості особистісних якостей вихованців, а саме: самопочуття, активності, настрою.

На основі встановлених критеріїв визначено основні рівні ефективності фізичного виховання старшокласників ліцеїв та гімназій у позакласній роботі: високий, середній, низький. Отримані в процесі констатуючого експерименту дані засвідчили переважно низький та середній рівні фізичного виховання старшокласників ліцеїв та гімназій у позакласній роботі, що пояснюється: недостатнім рівнем залучення старшокласників до фізкультурно-спортивних занять у вільний час; низьким рівнем формування в них позитивного ставлення до занять фізичною культурою в позакласній

роботі; відсутністю необхідного досвіду самовдосконалення; недоліками у підготовці вчителів фізичної культури до проведення позакласної роботи у специфічних умовах ліцеїв та гімназій; недостатнім організаційно-педагогічним забезпеченням позакласної роботи з фізичного виховання.

3. Аналіз теоретичних засад проблеми дослідження, а також вивчення сучасної практики діяльності ліцеїв та гімназій дозволили визначити й обґрунтувати організаційно-педагогічні умови, що забезпечують ефективність фізичного виховання старшокласників ліцеїв і гімназій у позакласній роботі.

Зміст формуючого експерименту складався з трьох етапів: підготовчого, основного та завершального, кожний з яких передбачав відповідний комплекс організаційно-методичного забезпечення фізичного виховання старшокласників ліцеїв та гімназій у позакласній роботі. На першому – підготовчому етапі проведена робота по залученню старшокласників до участі в різних виховних заходах. На другому етапі (основному) – реалізовано виділені й обґрунтовані організаційно-педагогічні умови ефективності позакласної роботи з фізичного виховання ліцеїв та гімназій. На завершальному етапі було проаналізовано результати експериментальної роботи.

У процесі дипломного дослідження розроблено методика фізичного виховання старшокласників ліцеїв та гімназій з врахуванням специфічних умов функціонування названих закладів; підготовлено ряд методичних матеріалів та рекомендацій щодо здійснення фізичного виховання старшокласників ліцеїв та гімназій у позакласній роботі.

Дослідження засвідчило, що у процесі реалізації теоретично обґрунтованих організаційно-педагогічних умов відбулись позитивні зміни у зростанні кількісних і якісних показників фізичної підготовленості, рухової активності та емоційного стану старшокласників експериментальних груп, що взагалі підвищило рівень ефективності фізичного виховання старшокласників ліцеїв та гімназій цих груп.

Отримані дані на початку й наприкінці експерименту зазначили, що показники високого рівня ефективності фізичного виховання в експериментальних групах зросли на 17,9% – I ЕГ; 21,2% – II ЕГ, середнього – на 32,5%; 21,9% відповідно. Водночас, кількість старшокласників ліцеїв та гімназій з низьким рівнем сформованості фізичної культури зменшилася відповідно на 50,4%; 43,1%.

Результати діагностики рівнів ефективності фізичного виховання старшокласників ліцеїв та гімназій у позакласній роботі експериментальних і контрольних груп засвідчили, що рівень ефективності фізичного виховання старшокласників експериментальних груп у цілому є значно вищим порівняно з даними контрольних груп, що пояснюється тривалим, цілеспрямованим, додатковим педагогічним впливом на вихованців у процесі формуючого експерименту.

Проведений педагогічний експеримент дозволив простежити позитивну динаміку основних рівнів ефективності фізичного виховання старшокласників ліцеїв та гімназій експериментальних груп і засвідчив необхідність створення й реалізації відповідних організаційно-педагогічних умов.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Антропова А. П. Индивидуализация процесса осуществления здоровьесберегающей функции физического воспитания детей старшего дошкольного возраста: автореферат дис... канд. пед. наук: 13.00.04 Челябинск, 2001. 21 с.
2. Бабанкова И. К. Влияние физкультурных занятий на умственную работоспособность дошкольников. Спортивная наука на рубеже столетия: литературный обзор науч.тр. Минск, 2000. Вып. 1. С. 51-68.
3. Бех І. Д. Виховання особистості (у 2-х томах): Особистісно орієнтований підхід: науково-практичні засади. Київ: Либідь, 2003. Т.2. 344 с.
4. Бех І. Д. Особистісне-зорієнтоване виховання: шляхи реалізації. Рідна школа, 1999. №6. С.10-14.
5. Билл Я., Поликарпова Г. Система внеклассной работы по олимпийскому образованию. Спорт для всех, 1999. № 4. С.19.
6. Богданов Г. П. Школьникам – здоровый образ жизни: (Внеурочные занятия с учащимися по физической культуре). Москва: Физическая культура и спорт, 2001. 189 с.
7. Бойкова Л. А., Гребенкина Л. К. Педагогическое мастерство и педагогические технологии. Москва: Педагогическое общество, 2000. 164 с.
8. Борисенко А. Ф., Цвек С. Ф. Руховий режим учнів. Київ: Радянська школа, 1995. 192 с.
9. Босенко М. І. Соціально-педагогічні особливості організації навчально-виховного процесу в гімназії гуманітарного спрямування: автореферат дис... канд. пед. наук: 13.00.01 Запорізький державний університет. Київ, 1998. 22 с.
10. Василенко Н. Л. Проблема здорового способу життя в освіті європейських країн. Шлях освіти. 2000. № 1. С.19-22.

11. Виленский М. Я. Основные сущностные характеристики педагогической технологии формирования физической культуры личности. Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2012. №3. С.2-7.
12. Виноградов П. А. Отношение старшеклассников школ нового типа к физической культуре. Теория и практика физической культуры. 1994. №7. С.22-25.
13. Волков Л. В. Теория и методика детского и юношеского спорта. Київ: Олимпийская литература, 2002. 294 с.
14. Гасанова Д. И. Психофизические игры как средство физического воспитания детей старшего дошкольного возраста: автореф. дис... канд. пед. наук 13.00.04 Малаховка, 2010. 26 с.
15. Гнітецька Т. В. Організаційно-педагогічні умови оптимізації фізичного виховання учнів гімназії (10-13 років): Автореферат дис... канд. пед. наук: 13.00.01 Український державний ун-т фізичного виховання і спорту. Луцьк, 1998. 18 с.
16. Гребняк Н. П., Машинистов В. В. Професійно-прикладна фізична підготовка учасників гімназій і ліцеїв. Всеукраїнська науково-методична конференція «Здоров'я та освіта: проблеми та перспективи». Донецьк: ДонДУ, 2000. С.248-250.
17. Гурман Л. Д. Клуб атлетичної гімнастики в школі. Фізичне виховання в школі. 1997. №3. С.49-51.
18. Гурман Л. Д. Педагогічні умови підвищення рівня фізичної підготовленості старшокласників у процесі позакласної роботи [Текст]: монографія. Кам'янець-Поділ. нац. ун-т ім. Івана Огієнка. Кам'янець-Подільський : Кам'янець-Поділ. нац. ун-т ім. І.Огієнка, 2014. 120 с
19. Деделюк Н. Форми фізичного виховання у Київській Русі. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2002. №2-3. С.120-123.
20. Державні тести і нормативні оцінки фізичної підготовленості населення України: Постанова Кабінету Міністрів від 15 січня 1996 р. № 80. 32 с.

21. Державний стандарт базової і повної середньої освіти. Інформаційний збірник Міністерства освіти і науки України. 2004. № 1-2. С.54-60.
22. Дубовіс М. С. Знайомтесь: пауеліфтінг. Фізичне виховання в школі. 1997. №3. С.30-34.
23. Дубогай О. Д. Основні поняття і терміни оздоровчої фізичної культури та реабілітації: навчальний посібник. Волинський держ. ун-т, ін-т здоров'я та фізичної культури молоді. Луцьк: Надстир'я, 1998. 104 с.
24. Дубогай О. Д. Особисто-орієнтовані підходи у фізичному вихованні школярів. Фізична культура, спорт та здоров'я нації: III Міжнародна науково-практична конференція, ч.1: Київ - Вінниця, 1998. С.32-37.
25. Ермаков В. А. и др. Физическое воспитание в гимназии гуманитарного профиля образования. Научно-практическая конференция: Проблемы совершенствования школьной физической культуры. Омск, 1994. С.29-31.
26. Кайнова Е. Концепція школи-гімназії. Народное образование. 1993. №6. С.42-45.
27. Качеров О. Б., Козетов І. І., Тупиця Ю. Фізична культура і здоров'я сім'ї. Фізичне виховання в школі. 1999. № 2. С.52-54.
28. Концепція національного виховання. Рідна школа. 1995. № 6. С.18-25.
29. Концепція позакласної виховної роботи загальноосвітньої школи. Радянська школа, 1991. № 6. С.48-57.
30. Концепція фізичного виховання в системі освіти України (від 23.04.97 №7/6 ). Фізичне виховання в школі. 1998. №2. С.2-7.
31. Кругляк О., Кругляк Н. Від гри до здоров'я нації. Тернопіль: Підручники, посібники, 2000. 80 с.
32. Кузьомко Л. Дослідження динаміки фізичного розвитку та рухової підготовленості учнів 10 класу обласного пед. ліцею за напрямком "фізична культура». Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я в сучасному суспільстві. Луцьк, 1999. С.428 -432.

33. Курлянд З. Н., Хмелюк Р. І, Яцій О. М. Педагогіка: Навчальний посібник. Харків: ТОВ Одісей, 2003. 352 с.
34. Левицький В. Термінологічний апарат у галузі оздоровчої фізичної культури. Теорія та методика фізичного виховання і спорту. 2000. №2-3. С.93-95.
35. Леонов О. З. Шляхи підвищення ефективності позакласної роботи з фізичного виховання. Фізичне виховання в школі. 2000. № 3. С.21-24.
36. Лешенко Г. А. Деяки аспекти системи шкільного фізичного виховання. Наукові записки. Випуск 32. Ч.2. Педагогічні науки. Кіровоград: РВЦ КДПУ ім. В. Винниченка, 2001. С.94-96.
37. Литвинов В. А. Физическое воспитание в лицеях: состояние и перспективы развития. Актуальные проблемы физической культуры. Т.1, ч.1. Проблемы физкультурного образования и физического воспитания учащихся молодежи: Материалы региональной научно-практической конференции. Ростов-на-Дону. 1995. С.94-96.
38. Лысова В. Я. Спортивные праздники и развлечения. Москва: Аркти, 2010. 211 с.
39. Лозова В. І., Тропко Г. В. Теоретичні основи виховання і навчання: навчальний посібник. Харків: «ОВС», 2002. 400 с.
40. Марищук В. Л., Блудов Ю. М. и др. Методики психодиагностики в спорте. Москва: Просвещение, 2000. 256 с.
41. Меркулов С. В. Комплексный урок после уроков. Физическая культура в школе. 2014. № 4. С.60-61.
42. Новицкий П. И. Актуальность проблем формирования потребностей в физическом совершенствовании в учащихся общеобразовательной школы. Материалы международной конференции «Современные проблемы теории и методики физического воспитания детей и учащейся молодежи». Витебск, 1996. С.65-66.



43. Овчинникова Н. А., Нестерова Т. В., Сосіна В. Ю. Сучасні засоби занять оздоровчої спрямованості. Фізичне виховання в школі. 1997. № 4. С.9-15.
44. Озеров В. П. Психомоторные способности человек. Дубно: Феникс +, 2002. 298 с.
45. Райх В. Анализ характера. Москва: Апрель-Пресс, Эксмо-Пресс, 2000. 208 с.
46. Сарапулова С.Г. Українські народні літні ігри дітей і молоді. Фізичне виховання в школі. 1998. № 2. С.28-30.
47. Сарапулова Є.Г., Панченко Г.Д. Зимові народні ігри в дозвіллі дітей і молоді. Фізичне виховання в школі. 1998. №4. С.12-14.
48. Сивачева Л.Н. Физкультура это радость! Спортивные игры с нестандартным оборудованием. Санкт-Петербург: Детство-ПРЕСС, 2001. 143 с.
49. Семенюк В.В. Досвід роботи по формуванню здорового способу життя у славуцькому спеціалізованому ліцеї-інтернаті. Роль фізичної культури в здоровому способі життя: Матеріали III Всеукраїнської наукової конференції. Львів, 1997. С.63-65.
50. Стамбулова Н.Б., Кэйл Л. Новая опросная методика исследования двигательной активности подростков. Вестник Балтийской педагогической академии. Вып. 3. Санкт-Петербург, 1996. С.51-54, 55-59.
51. Сущенко Л.П. Професійна підготовка майбутніх фахівців фізичного виховання та спорту (теоретико-методологічний аспект): монографія. Запоріжжя: Запорізький державний університет, 2003. 443 с.
52. Теория и методика физического воспитания. В 2-х томах.- Т.1. Киев: Олимпийская литература, 2003. 424 с.
53. Уилмор Дж.Х., Костил Д.Л. Физиология спорта и двигательной активности: учеб. издан. Киев: Олимпийская література, 1997. 507 с.
54. Цьось А., Куліш І. Традиції родинного фізичного виховання в Україні. Рідна школа. 2001. № 7. С.29-32.

55. Шиян Б.М. Методика фізичного виховання школярів. Львів: Світ, 1993. 184 с.
56. Шиян Б.М. Теоретико-методичні основи підготовки вчителів фізичного виховання в педагогічних навчальних закладах: Автореферат дис ... доктора пед. наук: 13.00.04 / Миколаївський державний педагогічний інститут. Київ, 1997. 50 с.
57. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання. Частина 1. Тернопіль: Навчальна книга. Богдан, 2001. 272 с.
58. Школи нового типу в Україні: метод, посібник. Паламарчук В.Ф., Єрмаков І.Г., Ісаєва Г.М. та ін. К.: ІСДО, 1996. 156 с.
59. Cal'L. Self-report measures of children's physical activity: recommendations for and new alternative measure. Health Education Journal. 1994. Vol. 53. P.439-453.