

Міністерство освіти і науки України
Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка
Факультет фізичної культури
Кафедра спорту і спортивних ігор

Дипломна робота (проект)
магістра

з теми: «ОСОБЛИВОСТІ ЗМІНИ ПОКАЗНИКІВ
ФУНКЦІОНАЛЬНОЇ ТА ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ УЧНІВ 4-5
КЛАСІВ У ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ»

Виконав: студент 2 курсу,
групи ФКb1-М17
спеціальності 014 Середня освіта (Фізична
культура)
Яцков Олег Петрович
Керівник: Прозар М. В., кандидат наук з
фізичного виховання та спорту, доцент
Рецензент: Мазур В. А. кандидат наук з
фізичного виховання та спорту, старший
викладач

Кам'янець-Подільський – 2018 рік

ЗМІСТ

ПЕРЕЛІК УМОВНИХ ПОЗАНЧЕНЬ.....	3
ВСТУП.....	4
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ВИКОРИСТАННЯ СПОРТИВНИХ ІГОР У ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ УЧНІВ 4-5 КЛАСІВ.....	7
1.1 Покращення фізичного стану учнів 4-5 класів у контексті реалізації засобів, методів навчальних програм з фізичної культури	7
1.2 Спортивні ігри, як ефективний засіб вирішення завдань фізичного виховання учнів 4-5 класів	12
1.3 Сучасні підходи до вивчення спортивних ігор у процесі фізичного Виховання учнів 4-5 класів	20
РОЗДІЛ 2. МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ.....	29
2.1 Методи дослідження	29
2.2 Організація дослідження	35
РОЗДІЛ 3. ОСОБЛИВОСТІ ЗМІНИ ПОКАЗНИКІВ ФУНКЦІОНАЛЬНОЇ ТА ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ УЧНІВ 4-5 КЛАСІВ	36
3.1 Статистичний розподіл показників у вибірці	36
3.2 Зміна морфофункціональних показників учнів 4-5 класів протягом навчального року.....	45
3.3 Зміна показників фізичної підготовленості учнів 4-5 класів протягом навчального року.....	53
3.4 Відповідність показників функціональної та фізичної підготовленості хлопчиків 4-5 класів існуючим стандартам та нормативами	58
3.5 Стан оволодіння учнями 4 – 5 класів технічними прийомами гри у волейбол.....	70
ВИСНОВКИ.....	80
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	82

ПЕРЕЛІК УМОВНИХ ПОЗНАЧЕНЬ

АТ	- артеріальний тиск
ВЗІ	- вагозростовий індекс
ЖЄЛ	- життєва ємність легень
ЖІ	- життєвий індекс
ІР	- індекс Робінсона
СІ	- силовий індекс
ЧСС	- частота серцевих скорочень
VO ₂	- обсяг спожитого кисню
Ve	- вентиляційний еквівалент

ВСТУП

Актуальність теми. Фізична підготовленість, як складова фізичного стану, відображає досягнуті дитиною рівні розвитку фізичних якостей і сформованості рухових навичок у процесі фізичного виховання (Т. Ю. Круцевич, 2008). В останні роки на тлі інтенсифікації навчального процесу в загальноосвітніх навчальних закладах спостерігається тенденція до зниження рівня здоров'я й фізичної підготовленості учнівської молоді. Постійне збільшення обсягу навчального матеріалу, який має засвоїти сучасний школяр, майже не залишає йому часу на достатню рухову активність та фізичне самовдосконалення. Особливо гостро ця проблема постає перед учнями 4-х класів, які поряд із перевантаженням шкільними предметами мають готуватися до державної підсумкової атестації.

Перешкоджають формуванню мотивації й активного ставлення до занять фізичними вправами також і внутрішні фактори: відсутність бажання, не вмотивованість, тощо. І, як наслідок, до закінчення школи спостерігається тенденція до збільшення кількості учнів із низьким рівнем здоров'я (І. А. Аршавський, 1982; М. М. Безруких, 2000).

Перспективним напрямком розвитку системи загальної середньої освіти є розробка педагогічних підходів до формування в учнів однієї з ключових компетентностей людини – здоров'яформувальної. Актуальність вказаного напрямку педагогічної діяльності пов'язана з тенденцією зниження рівня здоров'я школярів та низькою ефективністю традиційних підходів до організації навчально-виховного процесу з фізичного виховання школярів, про що свідчать ряд наукових робіт І. Бакіко (2007), Г. Безверхньої (2004), Т. Бондаря (2009, 2010); Ю. Васькова (2009); Т. Круцевич (2003, 2010); В. Платонова (2008), В. Сутули (2009, 2010); Б. Шияна (2007, 2010) та ін. Особливо гостро стоїть питання щодо організації педагогічного контролю ступеня реалізації, зокрема завдань фізичного виховання, та оцінювання навчальних досягнень учнів (Ш. Амонашвілі, 1996; О.

Гузенко, 2002; В. Добринський, 2002; В. Євдокимов, 2008; І. Прокопенко, 2008 та ін.).

Мета дослідження: полягає у дослідженні показників фізичної та функціональної підготовленості учнів 4-5 класів у процесі фізичного виховання.

Завдання дослідження:

1. Дослідити сучасні підходи до вивчення спортивних ігор у процесі фізичного виховання учнів 4-5 класів.

2. Вивчити динаміку функціональних показників та показників фізичної підготовленості учнів 4-5 класів у процесі навчання в ЗНЗ.

3. Визначити ефективність оволодіння учнями 4-5 класів основними прийомами волейболу на уроках фізичної культури протягом навчального року.

Об'єкт дослідження – фізична та функціональна підготовленість учнів 4-5 класів.

Предмет дослідження – урок фізичної культури, як основна форма проведення занять з фізичного виховання в школі.

Методи дослідження: загальнонаукові – аналіз, порівняння, узагальнення; педагогічні – спостереження, тестування, експеримент (констатувальний); медико-біологічні – антропометрію, пульсометрію, сфігмоманометрію, динамометрію, спірометрію; математико-статистичні.

Практичне значення даного дослідження полягає в оптимізації навчального процесу учнів 4-5 класів з врахуванням їх фізичного розвитку та фізичної підготовленості.

Водночас матеріали й отримані результати можуть бути використані також у подальших наукових дослідженнях, післядипломній освіті фахівців з фізичного виховання, вчителів фізичної культури.

Апробація результатів дослідження. Основні результати дипломної роботи магістра обговорювались на звітній науковій конференції студентів, магістрантів Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка

Публікації. Результати дослідження за темою кваліфікаційної (дипломної) роботи магістра висвітлені в одній науковій статті.

Структура та обсяг дипломної роботи магістра. Роботу викладено на 90 сторінках, з яких 81 основного тексту, що містить 17 таблиць. Дипломна робота складається з переліку умовних позначень, вступу, трьох розділів, висновків та зі списку 82 використаних літературних джерела.

ВИСНОВКИ

1. Провідними у сучасній системі фізичного виховання школярів є декілька видів вправ: гімнастичні, легкоатлетичні, туризму, кросової, лижної, ковзанярської підготовки, спортивно-ігрові. Останні, виходячи з позиції їх ефективності у психологічному, біологічному і педагогічному аспектах, відзначаються настільки широким діапазоном позитивної дії на організм, що створюють великі можливості впливу на всі сфери життєдіяльності дитини на тлі (що особливо важливо) позитивного емоційного піднесення. Тому актуальним є вдосконалення існуючих та розроблення нових технологій, основу яких складають спортивно-ігрові вправи, оскільки їхня реалізація сприятиме покращенню фізичного стану та якнайшвидшому використанню вивчених прийомів певної спортивної гри у практичній діяльності (ігровій практиці).

2. Вивчення науково-методичних джерел виявило, що спортивні ігри у психологічному, біологічному і педагогічному аспектах відзначаються настільки широким діапазоном позитивної дії, що створюють великі можливості на тлі позитивного емоційного піднесення впливати на всі сфери життєдіяльності дитини. Водночас недостатньо робіт, спрямованих на вдосконалення змісту фізичного виховання у 4–5 класах в аспекті використання спортивних ігор для покращення функціональних можливостей та фізичних якосте школярів.

3. Функціональні показники та показники фізичних якостей дівчаток і хлопчиків 4–5 класів на початку навчального року не відповідають існуючим статево-віковим нормам: функціональні були на нижчому від середнього, фізичної підготовленості – середньому рівнях. Наприкінці навчального року показники відповідають нижчому від середнього рівню, що зумовлено відсутністю їх позитивної зміни, за винятком: 4-ий клас – у дівчаток і хлопчиків покращення вибухової сили м'язів нижніх кінцівок відповідно на 5,7 і 5,1 %, абсолютної м'язової сили – на 10,2 і 15,5 % і зниження у перших загальної

витривалості на 6,9 %; 5-ий клас – покращення швидкості (8,9 %), швидкісної (4,4 %), абсолютної м'язової (13,9 %) сили хлопчиків та в усіх на 13,2–20,3 % координації у метаннях на дальність ($p < 0,05$).

4. Експериментально встановлено, що учні 4-их класів оволодівають прийомами волейболу, визначеними програмою з фізичної культури п'ятикласників, щонайменше на однаковому з останніми рівні: у хлопчиків не відрізняються оцінки за виконання передачі м'яча двома руками зверху після відскоку від стіни, у парах і прийому-передачі двома руками знизу після відскоку від стіни, у дівчаток – стійки волейболіста, пересування у стійці, передачі двома руками зверху над собою на місці та зазначені раніше. У виконанні інших вивчених прийомів учні 4-их класів демонструють значно кращі (від $p < 0,05$ до $p < 0,001$) результати ніж п'ятикласники: з усіх 9 у дівчаток таких 4, у хлопчиків – 6, а їхнє виконання в усіх знаходиться на достатньому і середньому рівнях.

4. Ефективному вирішенню завдання із оволодіння на етапі початкового вивчення прийомами спортивних ігор, що визначені чинними програми з фізичної культури учнів 4–5 класів, їх використання як цілісної ігрової діяльності, формування інтересу до уроків такого змісту сприяє реалізація, передусім таких педагогічних умов: концентроване вивчення у 4-му класі прийомів волейболу, 5-му – гандболу; забезпечення розвивального характеру процесу навчання прийомам цих спортивних ігор; формування в учнів бажання здійснювати рухову активність у позаурочний час, реалізуючи вивчені прийоми у спортивно-ігровій діяльності.

Перспективи подальших досліджень передбачають розробку педагогічних умов покращення функціональних показників та показників фізичних якостей засобами спортивних ігор.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Апанасенко Г., Попова Л. Медицинская валеология: учебник [для студ. высших учеб. заведений]. Ростов на Дону: Феникс, 2000. 248 с.
2. Арэф'єв В. Сучасні стандарти фізичного розвитку школярів. Київ: Вежа, 1999. 256 с.
3. Арэф'єв В., Єдинак В. Фізична культура в школі (молодому спеціалісту). навч. посібник [для студ. вищих навч. закладів]. 3-є вид. перероб. і доповн. Кам'янець-Подільський: ПП Буйницький О., 2007. 248 с.
4. Аршавский И. Физиологические механизмы и закономерности индивидуального развития. Москва: Наука, 1982. 270 с.
5. Бальсевич В. Очерки по возрастной кинезиологии человека. Москва: Теория и практика физической культуры, 2009. 218 с.
6. Бар-Ор О. Здоровье детей и двигательная активность: от физиологических основ до практического применения: пер. с англ. И. Андреев. Київ: Олимп. л-ра, 2009. 528 с.
7. Безруких М. Возрастные особенности организации двигательной активности у детей 6-16 лет. Физиология человека. 2000. Выпуск 3. С. 100-107.
8. Бейба Л. Баскетбол в дитячих садочках та початкових класах школи: метод. реком. Дрогобич: КОЛО, 2003. 22 с.
9. Беляев А. Волейбол на уроке физической культуры. Москва: СпортАкадемПресс, 2003. 144 с. (Серия «Физическая культура и спорт в школе»).
10. Білецька В. В. Теоретико-методичне обґрунтування тестування фізичної підготовленості молодших школярів у процесі фізичного виховання: автореф. дис... канд. наук з фіз. вих. і сп: 24.00.02. Національний університет фізичного виховання та спорту України. Київ, 2008. 20 с.

11. Бондаревский Е. Я, Кадетова А. В. О школьных программах по физической культуре. Физическая культура в школе. 1987. Выпуск 3 (№ 4). С. 31-36 (С. 32-36).

12. Бутовский А. Д. Собрание починений: в 4 т. Київ: Олимп. л-ра, 2009. Т. 3. С. 127-137.

13. Вайнбаум Я. С., Коваль В. И., Родионова Т. А. Гигиена физического воспитания и спорта: учеб. пособие [для студ. высших пед. учеб. заведений]. Москва: Академия, 2003. 240 с.

14. Васьков Ю. В. Система фізичного виховання. 1-4 класи: навч. посібник [для вчителів фіз. культури]. Харків: Вид-во «Ранок», 2009. 224 с. (Бібліотека вчителя фізичної культури).

15. Виера Б. Л., Бонни Д. Ф. Волейбол. Шаги к успеху: пер. с англ. Москва: АСТ: Астрель, 2006. 161 с.

16. Виленская Т. Е. Физическое воспитание детей младшего школьного возраста: факторы риска и пути их устранения. Москва: Советский спорт, 2006. 150 с.

17. Вільчковський Е. С. Система фізичного виховання молодших школярів: навч.-метод. посібник. Київ: ІЗМН, 1998. 232 с.

18. Волков Л. В. Биологические и педагогические основы современных технологий спортивной подготовки детей и молодёжи: метод. реком. Варшава: Академия физической культуры, 2001. 44 с.

19. Волков Л. В. Теория и методика детского и юношеского спорта: учебник [для студ. и препод. вузов физ. восп. и спорта]. Київ: Олімп л-ра, 2005. 296 с.

20. Воробей Г. В. Фізичне виховання молодших школярів. Івано-Франківськ, 1993. 144 с.

21. Гогунев Е. Н. Психология физического воспитания и спорта. Москва: Академия, 2004. 288 с.

22. Голомазов В. А. Волейбол в школе: пособие [для учителя]. Москва: Просвещение, 1976. 123 с.

23. Гречин А. Л. Гандбол в школе: учебно-метод. пособие [для учителей физ. культуры]. Минск: Початковая школа, 2008. 192 с.
24. Губа В. П. Морфобиомеханические исследования в спорте: учеб. пособие. Москва: СпортАкадемПресс, 2000. 120 с.
25. Гуменна О. А. Фізіологічні характеристики організму дітей молодшого шкільного віку в різних умовах навчання: автореф. дис... канд. біол. наук: 03.00.13. Київський національний університет імені Тараса Шевченка. Київ, 2006. 20 с.
26. Декерс Л. Мотивация. Теория и практика. Москва: Гросс Медиа, 2007. 637 с.
27. Денисова Л. В. Измерения и методы математической статистики в физическом воспитании и спорте: учеб. пособие. Київ: Олімп. л-ра, 2008. 127 с.
28. Державні тести і нормативи оцінки фізичної підготовленості населення України [за ред. М. Д. Зубалія]. Київ, 1995. 36 с.
29. Дорохов Р. Н., Губа В. П. Спортивная морфология: учеб. пособие [для высш. и средн. спец. заведений физ. культ.]. Москва: СпортАкадемПресс, 2002. 236 с.
30. Дубенчук А. І. Волейбол: навч. посібник. Київ: Ранок, 2010. 112 с.
31. Дубровский В. И. Физиология физического воспитания и спорта: учебник [для студ. высш. уч. заведений физ. культ.]. Москва: Владос, 2002. 426 с.
32. Єдинак Г. А. Фізичне виховання дітей з церебральним паралічем: монографія. Кам'янець-Подільський: ПП Буйницький О. А., 2009. 394 с.
33. Железняк Ю. Д. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте: учеб. пособие. Москва: Издательский центр «Академия», 2002. 264 с.
34. Железняк Ю. Д. Волейбол: метод. пособие. Москва: Терра-Спорт; Олимпия Пресс, 2005. 112 с.
35. Земцова І. І. Спортивна фізіологія: підручник [для студ., магістр., асп. галузі фіз. вих. і сп.]. Київ: Олімп. л-ра, 2008. 208 с.

36. Игнатьева В. Я. Гандбол: учебник [для ин-тов физ. культ.]. Москва: Физическая культура, 2008. 384 с.
37. Губа В. П., Шестаков М. П., Бубнов Н. Б., Борисенков М. П. Измерения и вычисления в спортивно-педагогической практике: учеб. пособие [для вузов физ. культ.]. Москва: СпортАкадемПресс, 2002. 211 с.
38. Ильин Е. П. Психомоторная организация человека. Санкт-Петербург, 2003. 384 с.
39. Карпман В. Л., Белоцерковский З. Б., Гудков И. А. Тестирование в спортивной медицине: учеб. пособие. Москва: ФиС, 1988. 208 с.
40. Клусов Н. П. Мини-гандбол: метод. реком. Москва: Физкультура и спорт, 1999. 144 с.
41. Козырева Л. В. Волейбол. Москва: Физкультура и спорт, 2003. 168 с. (Азбука спорта).
42. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов общеобразовательной школы. Москва: Просвещение, 1985. 72 с.
43. Комплексні програми середньої загальноосвітньої школи: Фізична культура. 1-11 класи. Киев, 1993. 64 с.
44. Костюкевич В. М. Спортивна метрологія: навч. посібник [для студ. факультетів фіз. вих. пед. ун-тів]. Вінниця: ДОВ «Вінниця», ВДПУ, 2001. 183 с.
45. Коханець П. П. Формування фізичних і вольових здібностей у дітей молодшого шкільного віку: автореф. дис... канд. наук з фіз. вих. і сп.: 24.00.02. Львівський державний інститут фізичної культури. Львів, 2006. 20 с.
46. Кравчук Я. І. Методика диференційованого підходу до навчання фізичної культури учнів початкової школи: автореф. дис... канд. пед. наук: 13.00.02. Кременецький обласний гуманітарно-педагогічний інститут імені Тараса Шевченка. Кременець, 2013. 19 с
47. Круцевич Т. Ю. Методы исследования индивидуального здоровья детей и подростков в процессе физического воспитания. Киев: Олимп. л-ра, 1999. 231 с.

48. Круцевич Т. Ю., Безверхняя Г. В. Мотивация к занятиям физической культурой и спортом школьников, проживающих в различных регионах Украины. Современный олимпийский спорт и спорт для всех: сб. науч. тр. VII Междун. науч. конгр. 2003. Выпуск 1. С. 262-263.

49. Круцевич Т. Ю. Воробьев М. И. Контроль в физическом воспитании детей, подростков и юношей: учеб. пособие. Киев: ТОВ «Полиграф-Експрес», 2005. 195 с.

50. Куныанский В. А. Волейбол: о некоторых аспектах игры. Москва: ТВТ Дивизион, 2009. 72 с.

51. Куц А. С. Модельные показатели физического развития и двигательной подготовленности населения центральной Украины: монография. Киев: Искра, 1993. 255 с.

52. Кучкин С. Н. Резервы дыхательной системы (обзор и состояние проблемы). Волгоград, 2000. 32 с.

53. Кыверялг А. А. Методы исследования в профессиональной педагогике: учеб. пособие. Таллин: Валгус, 1980. 334 с.

54. Ланда Б. Х. Методика комплексной оценки физического развития и физической подготовленности: учеб. пособие. Москва: Советский спорт, 2004. 192 с.

55. Латышкевич Л. А. Техническая и тактическая подготовка гандболистов: учеб. пособие. Киев: Здоровья, 1991. 176 с.

56. Леськів А. Д. Форми і засоби фізичного виховання молодших школярів: метод. посібник 2-ге вид., доповн. Тернопіль: Астон, 2000. 175 с.

57. Леськів А. Д. Рухливі ігри на місцевості для школярів молодшого та середнього віку. Тернопіль: СМП «Астон», 2001. 132 с.

58. Леськів А. Д. Планування програмового матеріалу з предмету «Фізична культура» для учнів 1-4 класів. Тернопіль: «Астон», 2001. 176 с.

59. Лях В. И. Тесты в физическом воспитании школьников: пособие [для учителя]. Москва: ООО «Фирма: Издательство АСТ», 1998. 272 с.

60. Лях В. И. Двигательные способности школьников: основы теории и методики развития. Москва: Терра-Спорт, 2000. 241 с.
61. Лях В. И. Координационные способности: диагностика и развитие. Москва: ТВТ Дивизион, 2006. 290 с.
62. Макарова Г. А. Спортивная медицина: учебник [для студ. высш. уч. заведений]. Москва: Советский спорт, 2003. 480 с.
63. Мак-Комас А. Дж. Скелетные мышцы (строение и функции): науч. пособие. Киев: Олимп. л-ра. 2001. 407 с.
64. Максимів Г.З. Технологія навчання гри в баскетбол учнів загальноосвітньої школи: автореф. дис... канд. наук з фіз. вих. і сп.: 24.00.02. Львівський державний університет фізичної культури. Львів, 2007. 20 с.
65. Марц В.Г. Беседы по методике и теории игры: учеб. пособие. Москва: СпортАкадемПресс, 2001. 159 с.
66. Масляк І.П. Зміна рівня фізичної підготовленості школярів під впливом спеціальних вправ, спрямованих на покращення функціонального стану аналізаторів: автореф. дис... канд. наук з фіз. вих. і сп.: 24.00.02. Харківська державна академія фізичної культури. Харків, 2007. 22 с.
67. Матвеев Л. П. Теория и методика физической культуры: учебник [для студ. высш. учеб. завед. физкульт. образования]. Москва: ФиС, СпортАкадемПресс, 2008. 544 с.
68. Мейксон Г. Б., Любомирский Л. Е. Методика физического. Москва: Просвещение, 1989. 143 с.
69. Містулова Т. Є. Математичні методи в теорії і практиці спорту: навч. посібник [для студ. вищих навч. закладів]. Київ: Науковий світ, 2004. 90 с.
70. Москаленко Н. В. Фізичне виховання молодших школярів: монографія. Дніпропетровськ: Вид-во «Інновація», 2007. 252 с.
71. Москаленко Н.В. Теоретико-методичні засади інноваційних технологій в системі фізичного виховання молодших школярів: автореф. дис... д-ра наук з фіз.

вих. і сп.: 24.00.02. Національний університет фізичного виховання і спорту України. Київ, 2009. 42 с.

72. Кофмана Л. Б. Настольная книга учителя физической культуры. Москва: Физкультура и спорт, 1998. 496 с.

73. Нечитайло Ю. М. Антропометрія та антропометричні стандарти у дітей: метод. Чернівці: Вид-во БДМА, 1999. 144 с.

74. Осадчая Т. Ю., Максименко И. Г. Физическое воспитание школьников в США: учеб. пособие [для студ. вузов физ. Восп. и спорта]. Киев: Олімп. л-ра, 2008. 144 с.

75. Основи здоров'я і фізична культура. Програма для загальноосвітніх навчальних закладів. 1-11 класи. Київ: Початкова школа, 2001. 112 с.

76. Нагорная А. М., Хижняк Н. И., Оснач А. В. та ін. Оценка физического развития детей отдельных регионов Украины в возрасте от 1-14 лет. Киев: Республиканский центр научной мед. информации, 1999. 54 с.

77. Платонов В. Н., Сахновский К. П. Подготовка юного спортсмена. Киев: Радянська школа, 1988. 288 с.

78. Поташнюк І. В. Школа сприяння здоров'ю: теорія, практика, методи дослідження: монографія. Луцьк: Надстир'я, 2006. 144 с.

79. Приступа Є., Слімаковський О., Лук'янченко М. Українські народні рухливі ігри, розваги та забави: методологія, теорія і практика: монографія. Дрогобич: Вимір, 1999. 449 с.

80. Программа физического воспитания учащихся 1-10 классов общеобразовательной школы (усовершенствованная). Москва: Просвещение, 1975. 64 с.

81. Программа физического воспитания учащихся 1-10 классов общеобразовательной школы. Москва: Просвещение, 1983. 78 с.

82. Родионов А. В. Практическая психология физической культуры и спорта. Махачкала: Юпитер, 2002. 158 с.

83. Романенко В. А. Диагностика двигательных способностей. Донецк: Изд-во ДонНУ, 2005. 290 с.
84. Селуянов В. Н., Шестаков М. П. Определение одаренности и поиск талантов в спорте. Москва: СпортАкадемПресс, 2000. 111 с.
85. Сембрат С.В. Ігрове спрямування фізичної підготовки дітей молодшого шкільного віку: автореф. дис... канд. наук з фіз. вих. і сп.: 24.00.02. Львівський державний інститут фізичної культури. Львів, 2003. 21 с.
86. Сергієнко Л. П. Тестування рухових здібностей школярів. Київ: Олімп. л-ра, 2001. 439 с.
87. Смирнов Ю. И., Полевщиков М. М. Спортивная метрология: учебник [для студ. пед. вузов]. Москва: Издательский центр «Академия», 2000. 232 с.
88. Солодков А. С., Сологуб Е. Б. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная: учебник [для студ. сред. и высш. уч. заведений]. Москва: Олимпия Пресс, 2005. 528 с.
89. Портных Ю. И. Спортивные и подвижные игры: учебник [для студ. сред. и высш. уч. заведений]. Москва: ФиС, 1975. 245 с.
90. Портных Ю. И. Спортивные игры: учебник [для техникумов физ. культуры]. Москва: ФиС, 1977. 382 с.
91. Суворова Т.І. Система контролю фізичного стану дівчат 11-17 років у процесі фізичного виховання: автореф. дис... канд. наук з фіз. вих. і сп.: 24.00.02. Львівський державний інститут фізичної культури. Львів, 2003. 20 с.
92. Сухарев А. Г. Технология социально-гигиенического мониторинга детского и подросткового возраста. Гигиена и санитария. 2002. Выпуск 4. С. 64-67.
93. Курамшина Ю. Ф. Теория и методика физической культуры. Москва: Сов. спорт, 2003. 464 с.
94. Теорія і методика фізичного виховання. Загальні основи теорії та методики фізичного виховання: підручник у 2 т. відп. ред. Т. Ю. Круцевич. Київ: Олімп. л-ра, Т. 1. 391 с.

95. Трачук С.В. Моделювання режимів рухової активності молодших школярів у процесі фізичного виховання: автореф. дис... канд. наук з фіз. вих. і сп.: 24.00.02. Національний університет фізичного виховання і спорту України. Київ, 2011. 18 с.

96. Фізична культура і здоров'я. Програма фізичного виховання учнів загальноосвітнього навчального закладу. 5-9 класи. Київ: Літера ЛТД, 2009. 110 с.

97. Хекхаузен Х. Мотивация и деятельность. Москва: Смысл, 2003. 860 с.

98. Безруких М. М., Сонькин В. Д., Фарбер Д. А. Хрестоматия по возрастной физиологии: учеб. пособие [для студ. высших учеб. заведений]. Москва: Издательский центр «Академия», 2002. 288 с.

99. Цьось А.В. Розвиток фізичного виховання на території України з найдавніших часів до початку XVIII століття: автореф. дис... д-ра наук з фіз. вих. і сп.: 24.00.02. Харківська державна академія фізичної культури. Харків, 2005. 40 с.

100. Чернявський М.В. Рекреаційно-оздоровчі технології у процесі фізичного виховання молодших школярів: автореф. дис... канд. наук з фіз. вих. і сп.: 24.00.02. Національний університет фізичного виховання і спорту України. Київ, 2011. 20 с.

101. Швець О.П. Розвиток фізичних якостей молодших школярів у процесі фізичного виховання на засадах системного підходу: автореф. дис... канд. наук з фіз. вих. і сп.: 24.00.02. Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника. Івано-Франківськ, 2011. 20 с.