

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: «ПІДГОТОВКА МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ ДО САМОСТІЙНИХ
ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНИМИ ВПРАВАМИ У ПРОЦЕСІ ПОЗАКЛАСНОЇ І
ПОЗАШКІЛЬНОЇ РОБОТИ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ»

Виконала: студентка групи FK1-M18
спеціальності 014 Середня освіта (Фізична
культура)

Байрамова Альона Рафіківна

Керівник: Гуска М. Б., кандидат наук з фізичного
виховання та спорту, старший викладач

Рецензент: Мисів В. М., кандидат наук з фізичного
виховання та спорту, доцент

Кам'янець-Подільський – 2019 рік

ЗМІСТ

ПЕРЕЛІК УМОВНИХ ПОЗНАЧЕНЬ.....	3
ВСТУП.....	4
РОЗДІЛ 1. ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІ ОСНОВИ ОРГАНІЗАЦІЇ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ У ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ	10
1.1 Проблема організації самостійної роботи учнів у психолого- педагогічній літературі.....	10
1.2 Вікові особливості молодших школярів та їх урахування під час проведення самостійної роботи з фізичного виховання	23
РОЗДІЛ 2. МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ.....	38
2.1 Методи дослідження	38
2.2 Організація дослідження	40
РОЗДІЛ 3. МЕТОДИКА ПРОВЕДЕННЯ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ У ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ УЧНІВ ПОЧАТКОВИХ КЛАСІВ	42
3.1 Зміст, методи і форми організації самостійної фізичної діяльності молодших школярів у позашкільній і позакласній роботі.....	42
3.2 Способи керівництва самостійною роботою учнів у процесі фізичного виховання учнів.....	56
3.3 Підсумки результатів дослідження	64
ВИСНОВКИ.....	71
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	75

ПЕРЕЛІК УМОВНИХ ПОЗНАЧЕНЬ

НВК – навчально-виховний комплекс.

ЗОШ – загальноосвітня школа.

ДНЗ – дошкільний навчальний заклад.

ЕГ – експериментальна група.

КГ – контрольна група.

ДЮСШ – дитяча юнацька спортивна школа.

ЖЄЛ – життєва ємкість легень.

ЗМІ – засоби масової інформації.

ВСТУП

Актуальність теми. Науково-технічна революція значно змінила характер праці й спосіб життя сучасної людини. Автоматизація виробничих операцій, благоустрій побутових послуг, надмір інформації, що надходить через ЗМІ, призвели до різкого скорочення фізичного навантаження і рухової активності у процесі професійної та побутової діяльності людей [10; 13]. Недостатня рухова активність торкнулася і дітей. А це серйозна загроза не лише їх здоров'ю, але й формуванню майбутнього організму, його гармонійному розвитку. Вона неминуче сприяє зниженню їх фізичної і розумової працездатності.

Г. Б. Мейксон стверджує: «На жаль, більшість школярів займаються фізичними вправами лише на уроках фізкультури, двічі на тиждень, щоб отримати позитивну оцінку. Тому для вирішення цього завдання з тим, щоб активізувати руховий режим учнів, захистити їх від навислої над ними гіподинаміки, одних зусиль вчителя фізкультури, для забезпечення масовості занять учнями фізичною культурою і спортом, недостатньо» [27; 43]. Необхідні зусилля всього педагогічного колективу, а також батьків, для прищеплення дітям інтересу, звички самостійно займатись фізичною культурою, спортом в шкільний та позашкільний час.

Сучасний період розвитку освіти характеризується різнобічним пошуком удосконалення всієї загальноосвітньої шкільної системи [50]. Особлива роль у цьому процесі належить проблемі формування в учнів пізнавальної активності і самостійності мислення й рухів, уміння самостійно поповнювати свої знання, формувати уміння і навички.

Дослідженнями Б. П. Єсіпова, П. І. Підкасистого, Т. І. Шалімової, В. О. Онищука та інших встановлено, що одним із основних напрямів активізації навчання школярів є систематичне використання самостійних робіт,

включення учнів у самостійну пошукову діяльність, запровадження у навчальний процес різноманітних видів самостійної діяльності [27; 57].

Самостійна робота належить до визнаних і ефективних методів навчання, тому різні її аспекти постійно привертають увагу дослідників. Зокрема, вивчалися питання про мету, завдання, функції самостійних робіт, розглядалася їх класифікація, дидактичні умови організації тощо. Помітним внеском у дидактичну розробку цих питань є праці Е. Я. Голанта (1957), Н. Г. Дайрі (1966), В. П. Стрезікозіна (1964). Досліджень, в яких розглядаються дидактичні та методичні аспекти організації самостійної роботи в початковій школі, небагато (М. І. Моро (2014), Н. С. Коваль (1982), Г. М. Аквілева (2008), Н. Ф. Вапняр (1985), В. Б. Качалко (2008)).

У практичній роботі вчителі початкової школи нерідко вкладають різний зміст у поняття «самостійність». Оперуючи ним, педагоги мають на увазі або бажання школяра виконати завдання своїми силами, не звертаючись по допомогу [7]; або вміння учня долати труднощі на шляху до кінцевої мети, не підміняючи її проміжною [27]; або схильність дитини виявляти ініціативу, творчо ставитися до навколишнього [21]; або прагнення вихованця діяти автономно, окремо від інших [44]; або його здатність давати критичну оцінку зробленому [18].

Найсприятливіші для збудження і розвитку пізнавального інтересу умови виникають тоді, коли вчитель не викладає матеріал у готовому вигляді, а організовує самостійну роботу школярів. Без правильно організованої самостійної роботи не можна успішно розвивати пізнавальні можливості учнів, їхню спостережливість, пам'ять, творчу активність тощо [47]. Самостійна робота дає змогу здійснювати диференційований підхід у навчанні, глибоко вивчати індивідуальні особливості кожного вихованця. Крім того, самостійні роботи підвищують інтерес учнів до навчального предмета, розвивають їхню ініціативу й активність, сприяють зменшенню навантаження домашньою роботою [23; 74]. Використання різних видів самостійних робіт допомагає педагогу творчо підходити до побудови уроку.

Формування досвіду самостійної фізичної діяльності учнів в атмосфері загального захоплення цікавою справою не лише має розвивальне та оздоровче значення, а й об'єднує процеси навчання і виховання, стимулює пізнавальні потреби. Протягом початкового навчання вчителі мають залучати молодших школярів до систематичного виконання фізичних вправ, участі в позакласних і позашкільних спортивних заходах, виконання самостійних завдань різної складності [27; 78].

Виховання звички самостійно і притому систематично займатись фізкультурою органічно пов'язане з вихованням інших позитивних звичок, наприклад, дотримуватись складеного розпорядку дня, проявляти наполягливість, дисциплінованість, організованість, вимогливість до себе. Таким чином, формування самостійності у учнів займатись фізичною культурою потрібно розглядати як органічну складову частину всієї виховної роботи, організовану школою, сім'єю, громадськістю.

Рухова активність школярів протягом дня доповнюється такими формами самостійних занять, як фізкультхвилинки, рухливі перерви, домашні завдання з фізичного виховання [80]. Але ці форми роботи є недостатніми для забезпечення необхідного об'єму рухової активності учнів молодшого шкільного віку. Тому перед діями в галузі фізичного виховання актуальною є проблема пошуку форм збільшення фізичної активності дітей молодшого шкільного віку. Однією з таких форм є організація самостійних занять фізичними вправами.

У пошуках підходів до організації самостійних занять фізичними вправами дітей слід враховувати особливе значення й привабливість для них ігрової діяльності. Ігри дозволяють розв'язати цілий комплекс важливих завдань у роботі з учнями: задовольнити їх потребу у русі, навчити володіти своїм тілом, розвивати фізичні якості, розумові та творчі здібності, моральні якості тощо.

Пошуку засобів підвищення ефективності фізичного виховання дітей та підлітків присвятили свої дослідження різні вчені. Організаційно-педагогічне та

методологічне підґрунтя удосконалення системи фізичного виховання школярів наведено у дослідженнях Л. В. Волкова (1981), О. Д. Дубогай (2006), Т. Ю. Круцевич (2008), О. С. Куца (2002), Б. М. Шияна (2000); диференційованому фізичному вихованню присвячені дослідження, Н. В. Москаленко (1987), В. В. Веселової (1997) та ін.; фізичному вихованню в системі самостійних занять учнів молодших класів присвятили свої дослідження С. М. Козацька (2000), Н. А. Симон (2000), А. Г. Сухарєв (1991), Б. М. Шиян (1996), Д. Р. Хайрулліна (2000).

Останнім часом відбулися позитивні зрушення в методиці самостійної роботи на заняттях з фізичного виховання, зокрема в розширенні видів самостійних вправ і завдань на користь тих, які не тільки тренують уміння й навички, а й розвивають пізнавальну активність [6]. Значно урізноманітнилися способи постановки самостійних завдань [1]. Дедалі частіше вчителі почали вдаватися і до диференціації самостійної роботи [38]. Водночас обмеженість безпосереднього спілкування вчителя з учнями подекуди призводить до того, що самостійна робота молодших школярів стає некерованою, втрачає чітке спрямування.

Однак, до цього часу проблема впровадження науково обґрунтованої системи самостійних занять фізичними вправами оздоровчої спрямованості з урахуванням індивідуальних особливостей розвитку дитини розглядається недостатньо. Це обумовлює актуальність її вивчення. Проблема дослідження полягає у необхідності створення системи організації самостійної фізкультурно-оздоровчої роботи, яка забезпечить покращення здоров'я та фізичного стану дітей молодшого шкільного віку.

Актуальність проблеми та її недостатня розробленість як в теоретичному, так і в практичному плані зумовили вибір теми дипломної роботи: «Підготовка молодших школярів до самостійних занять фізичними вправами у процесі позакласної і позашкільної роботи з фізичного виховання».

Метою роботи є дослідження особливостей організації самостійної фізичної діяльності молодших школярів у процесі позакласної і позашкільної роботи з фізичного виховання.

Для досягнення мети роботи визначено такі **завдання**:

1. Проаналізувати стан розвитку проблеми організації самостійної фізичної діяльності учнів у психолого-педагогічній і методичній літературі.
2. Охарактеризувати вікові особливості молодших школярів та їх урахування під час проведення самостійної роботи з фізичного виховання.
3. Обґрунтувати способи керівництва самостійною фізичною діяльністю учнів початкових класів у процесі позакласної і позашкільної роботи з фізичного виховання.
4. Експериментально перевірити ефективність розробленої методики у практиці роботи початкової школи.

Об'єктом дослідження є фізичне виховання учнів початкових класів.

Предметом дослідження – способи керівництва самостійними заняттями з фізичного виховання учнів у процесі позакласної і позашкільної роботи.

Гіпотеза дослідження: формування фізичних якостей молодших школярів відбуватиметься швидше і якісніше за умови цілеспрямованої, систематичної, методично і психологічно адекватної організації самостійної роботи.

Методи дослідження: аналіз психолого-педагогічної та методичної літератури; аналіз сучасного педагогічного досвіду; бесіди; спостереження за навчально-виховним процесом у початковій школі; теоретичне узагальнення; опитування учнів; педагогічний експеримент; кількісний та якісний аналіз отриманих результатів; метод математичної статистики.

Практичне значення одержаних результатів полягає у розробці та впровадженні методики самостійних занять фізичним вихованням у процесі позакласної і позашкільної роботи.

Апробація результатів дослідження відбувалась під час щорічної звітної наукової конференції студентів і магістрантів за підсумками НДР у

2018-19 н.р. Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка (24-25 квітня 2019 року).

Структура і обсяг дипломної роботи. Робота виконана на 81 сторінці друкованого тексту. Вона складається з переліку умовних позначень, вступу, трьох розділів, висновків, списку використаних джерел.

Дипломна робота містить 2 таблиці, 2 рисунка, список літератури включає 85 джерел.

ВИСНОВКИ

1. Проблема самостійної роботи учнів у процесі навчання є нині однією з найбільш актуальних. Вирішення її в практиці шкіл вимагає особливої уваги, оскільки в повсякденній діяльності учителя найбільше недоліків зустрічається саме в організації і проведенні самостійної роботи учнів.

2. Самостійна робота в початкових класах є обов'язковим компонентом навчального процесу. Її роль, учбовий зміст, місце на уроці, тривалість проведення, способи керівництва визначаються метою навчально-виховної діяльності, її специфікою та рівнем підготовки школярів.

3. Під час планування самостійної роботи вчителі повинні визначити її місце в структурі уроку, передбачити труднощі, які можуть виникнути під час роботи у різних групах дітей; правильно визначити зміст і обсяг завдань, форму їх подачі; тривалість самостійної роботи. Також потрібно дібрати потрібний дидактичний матеріал та знайти раціональний спосіб перевірки роботи, враховуючи, що результативність самостійної роботи значною мірою залежить від способу постановки навчального завдання.

4. Сучасна педагогіка розуміє самостійну роботу з кількох точок зору, визначаючи дане поняття у широкому (починаючи від усних відповідей учнів на запитання вчителя) чи вузькому (коли учень вносить щось індивідуальне, творче) плані. Ми беремо за основу визначення поняття «самостійна робота» як різновид навчальної роботи, що виконується без безпосередньої участі вчителя, за його завданням у спеціально виділений для цього час. При цьому учні свідомо прагнуть досягти поставленої в завданні мети, використовуючи свої зусилля та висловлюючи в тій чи іншій формі результати власних дій. Відповідно до даного визначення у поняття самостійної роботи ми включали навчальні завдання, які самостійно виконувалися учнями.

5. У структурному відношенні самостійна робота учнів містить три етапи – підготовчий, виконавчий та перевіряючий. Відповідно до цього у

структуру самостійної роботи входить аналіз завдання, пошук способів його розв'язання, планування роботи, виконання завдання, перевірка та оцінка результатів виконаної роботи. Певні види самостійних робіт можуть містити усі або деякі із цих етапів, а ефективність розвитку самостійності молодших школярів залежить від наявності у завданнях максимальної кількості структурних елементів самостійної роботи.

6. Систематичне використання самостійних робіт, включення учнів в активну фізичну діяльність є одним із основних напрямів активізації форм позакласної і позашкільної роботи. Тому самостійна робота є ефективним методом фізичного виховання у початковій школі, підвищуючи інтерес учнів до предмета та розвиваючи активність учнів. Використання форм самостійної фізичної діяльності сприяє формуванню самостійності як риси характеру молодших школярів.

7. Самостійні заняття учнів фізкультурою проводяться індивідуально (ранкова гімнастика) або колективно (ігри, змагання). Основні вимоги до самостійних занять фізичними вправами такі: проводити заняття кожного дня і в визначений час; дотримуватись гігієнічних вимог до одягу і взуття; враховувати поєднання виконання вправ з факторами загартовування; правильно використовувати рухи, поєднувати дихання з рухами; правильно дозувати фізичне навантаження; використовувати самоконтроль. Для виховання у школярів самостійності систематично займатись фізичною культурою і спортом необхідно здійснювати практичні привчання школярів до щоденного заняття спортом. Самостійність виробляється в результаті багаторазового повторення визначених дій і вчинків.

8. Головною функцією позаурочних і позакласних форм занять є створення найсприятливіших умов для виховання звички до систематичних занять, і як наслідок, сприяння запровадженню фізичної культури. На позаурочних заняттях закріплюються і вдосконалюються засвоєні на уроках фізичної культури вправи, набуті знання. Дотримуючись поступовості у формуванні вмінь самостійно займатися фізичними вправами, вчитель повинен

пропонувати вправи для самостійного виконання лише після того, як вони засвоєні на уроці; щоб самостійно виконувати вправи з метою розвитку фізичних якостей, учень повинен уміти контролювати власні дії та оцінювати правильність їх виконання; центральним моментом навчання самостійно займатися фізичними вправами є набуття навичок організації самостійної діяльності.

9. Організація самостійних занять учнів передбачає: підвищення рівня теоретичних знань щодо фізичної культури і спорту; підготовку до виконання нормативів з програми фізичного виховання, фізичну підготовленість, удосконалення рухових умінь та навичок, що були засвоєні на обов'язкових заняттях. Під час проведення самостійних занять підвищується не тільки рівень фізичної підготовленості дітей, але й розвиваються такі моральні якості, як працьовитість та самодисциплінованість тощо.

10. Важливими положеннями в реалізації завдань в педагогічному процесі є оволодіння знаннями методики самостійних занять фізичними вправами в руховому режимі дня; забезпечення тісного взаємозв'язку навчальної, позакласної і позаурочної роботи з фізичного виховання молодших школярів; дотримання основних принципів занять фізичними вправами, прояв учнями сумлінності, ініціативи у навчанні, наполегливості у досягненні мети, у подоланні труднощів; усвідомлення дітьми реальної «перспективної лінії» свого фізичного розвитку і фізичної підготовленості.

11. До основних форм самостійних занять під час позаурочної і позакласної роботи з фізичного виховання відносять ранкову гігієнічну гімнастику; фізичні вправи протягом дня; оздоровчу ходьбу; гімнастику до уроків; фізкультурні хвилинки; фізкультурні паузи; спортивно-масові заходи (заняття в гуртках і спортивних секціях); спортивні змагання; фізкультурні свята; дні здоров'я і спорту; ранкова гімнастика; самостійні заняття фізичними вправами за місцем проживання.

12. В результаті впровадження в систему позакласної і позашкільної роботи фізкультурно-оздоровчих форм занять різних видів ступінь

самостійності учнів постійно зростає. Результати експериментального дослідження підтвердили правильність гіпотези. Це доводить ефективність розробленої методики проведення самостійних робіт з метою підвищення ефективності фізичного виховання молодших школярів у позакласній і позашкільній роботі.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Абаев А.К. Для самостоятельных занятий физическими упражнениями в школе // Физическая культура в школе. 1983. №12. С. 22-23.
2. Актуальные вопросы формирования интереса в обучении / Под ред. Г.И. Щукиной. М. : Педагогика, 1984. 224 с.
3. Алексюк А. М. Загальні методи навчання в школі. К. : Радянська школа, 1981. 224 с.
4. Апанасенко Г. Л. Физическое развитие детей и подростков. К. : Здоров'я, 1989. 264 с.
5. Астахов А. Й. Ждет нас большая работа // Физическая культура в школе. 1989. № 3. С. 9-10.
6. Бешков А. О. Підвищення самостійності учнів на практичних заняттях // Рідна школа. 1991. № 2. С. 43-47.
7. Бойченко С. Організація самостійної роботи учнів на уроках в малокомплектній школі // Початкова школа. 2004. № 1. С. 51-53.
8. Бордюг Н. Вивчення позитивного ставлення учнів основної школи до уроків фізичної культури // Здоров'я та фізична культура. 2006. № 4. С. 12-13.
9. Борисенко А.Ф. На больших переменах // Физическая культура в школе. 1977. №3. С. 12-13.
10. Борисик В. Формування фізичних якостей учнів // Здоров'я та фізична культура. 2006. №8. С. 9-11.
11. Бриедис О. А. Физкультурная минутка // Физическая культура в школе. 1989. № 4. С. 28-29.
12. Буряк В. Самостійна робота як вид навчальної діяльності школяра // Рідна школа. 2001. № 9. С. 49-51.
13. Валин В. Самостоятельность как свойство личности // Физическая культура в школе. 1992. № 2. С. 10.

14. Васильков Г. А. Утренняя гимнастика для детей школьного возраста // Физическая культура в школе. 1979. №8. С. 25-26.
15. Власюк О. О. Науково-педагогічні основи організації самостійних занять фізичними вправами дітей молодшого шкільного віку. Львів : Лонміо, 1999. 112 с.
16. Ведмеденко Б. Ф. Особливості педагогічної технології виховання інтересу в учнів до занять фізичною культурою // Фізична культура в школі. 2004. №3. С. 22-23.
17. Вікова і педагогічна психологія / За ред. Г. С. Костюка. К. : Педагогіка, 1976. 486 с.
18. Вопросы воспитания познавательной активности и самостоятельности школьников. Казань : Изд-во Казанского ун-та, 1972. 240с.
19. Гаврилычева Г. Ф. Это желанное слово «Сам» : Развитие самостоятельности у детей // Начальная школа. 1992. № 2. С. 13-18.
20. Гаркунова И. Л. Формирование приемов самостоятельной работы // Начальная школа. 1988. № 1. С. 33-36.
21. Гринько О. Самооцінка учнів – засіб пізнавальної самостійності // Рідна школа. 1998. № 5. С. 72-78.
22. Гузеев Н. В. В школе продленного дня // Физическая культура в школе. 1976. №8. С. 38-39.
23. Дідора М. І., Ковальчук Т. Г., Стельмах В. О. Умови формування самостійності молодших школярів // Початкова школа. 1989. №3. С. 15-16.
24. Друзь Б. Г. Виховання пізнавального інтересу молодших школярів в процесі навчання. К. : Радянська школа, 1978. 160 с.
25. Дубогай О. Мотивація до занять фізичними вправами // Здоров'я та фізична культура. 2006. № 1. С. 17-19.
26. Дубогай О., Очагегуєва І. Моніторинг оздоровчо-виховно процесу у молодших школярів // Тези допов. 4-ї Міжнар. наук. конф. «Олімпійський спорт і спорт для всіх: проблеми здоров'я, рекреації і спортивної медицини та реабілітації». К., 2000. 365с.

27. Есипов Б. П. Самостоятельная работа учащихся на уроках. М. : Просвещение, 1961. 240 с.
28. Жарова Л. Легко ли быть самостоятельным? // Народное образование. 1990. № 6. С. 62-65.
29. Журкіна Л. Формування навичок здорового способу життя засобами фізкультурно-оздоровчої роботи // Здоров'я та фізична культура. 2006. № 11. С. 21-22.
30. Ильин Е. П. Психология физического воспитания. М.: Просвещение, 1987. 161 с.
31. Ишмаметьева К. В. Организация самостоятельной работы слабоуспевающих учащихся // Начальная школа. 2003. № 6. С. 57-59.
32. Казанский Н. Г., Назарова Т. С. Дидактика (начальные классы). М.: Просвещение, 1978. 260 с.
33. Калашников Г. А. Физкультурные мероприятия в режиме для школы // Физическая культура в школе. 1972. №5. С. 29-30.
34. Коваль Н. С. Самостійна робота учнів на уроках природознавства: Посібник для вчителів. К. : Радянська школа, 1982. 96 с.
35. Козацька С. М. Самостійні заняття фізичними вправами – шлях оволодіння валеологічними знаннями, навичками здоров'я школярів // Педагогічні, психологічні та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: Зб. наук. статей. 2000. № 6. С. 36-39.
36. Козленко О. Формування мотивів фізичного вдосконалення у молодших школярів // Фізкультура в школі. 1999. №4. С. 29-30.
37. Коменский Я. А., Локк Дж., Руссо Ж.-Ж., Песталоцци. И. Г. Педагогическое наследие : избр. соч. М. : Педагогика, 1987. С. 18-156.
38. Кононко О. Л. Як виявити рівень самостійності учнів // Початкова школа. 1989. №1. С. 40-44.
39. Ланда Л. Н. Алгоритмизация в обучении / Под общ. ред. Б. В. Гнеденко, Б. В. Бирюкова. М. : Просвещение, 1966. 523 с.

40. Лисенко Н. М. Раціональні прийоми самостійної роботи на однокласних та однопредметних уроках // Початкова школа. 1986. №11. С. 49-50.
41. Лукьянова М. Ориентир самостоятельной деятельности: обучение школьников самоконтролю // Учитель. 2003. № 2. С. 3-6.
42. Ляхов А. Жодного дня без фізкультури та спорту // Здоров'я та фізична культура. 2006. №10. С. 11.
43. Мейксон Г. Б., Шаулин В. Н., Шаулина Е. Б. Самостоятельные занятия учащихся по физической культуре. М. : Просвещение, 1986. 112 с.
44. Мельник Ю. Самостійна робота у системі індивідуального навчання учнів сільських шкіл // Рідна школа. 2002. № 6. С. 51-53.
45. Микельсон Р.М. О самостоятельной работе учащихся в процессе обучения. М. : Учпедгиз, 1943. 224 с.
46. Микитюк О. М., Данильченко С. І. Анатомо-фізіологічні особливості дітей молодшого шкільного віку // Фізична культура в школі. 2003. № 1. С. 9-10.
47. Мірошник І. Проблема формування творчої самостійної діяльності учнів у педагогічній науці // Світло. 2003. № 1. С. 10-13.
48. Мякушева Т. М. Развивая самостоятельность // Физическая культура в школе. 1991. № 6. С. 19-20.
49. Наумченко И. Л. Самостоятельная работа в системе непрерывного образования // Советская педагогика. 1989. № 5. С. 19-22.
50. Нестеренко Л. П. Диференційований підхід до організації самостійної роботи молодших школярів // Освіта Донбасу. 2001. № 3. С. 52-56.
51. Нифонтова Л. Н. О внеклассной спортивно-массовой работе в школе // Физическая культура в школе. 1969. №1. С. 42-43.
52. Новиков А. Самостоятельность и физкультура. К., 2005. 96 с.
53. Орлов В. И. Активность и самостоятельность учащихся // Педагогика. 1998. № 3. С. 44-48.
54. Остапенко О. Виховання у молодших школярів інтересу до фізкультури // Початкова школа. 2000. № 6 С. 15-16.

55. Петренко И. И. Как подружить школьника с физкультурой. К. : Изд-во «Знание» УССР, 1987. 48 с.
56. Пидкасистый П. И. Самостоятельная деятельность учащихся. М. : Педагогіка, 1972. 186 с.
57. Пидкасистый П. И., Коротяев В. М. Самостоятельная деятельность учащихся в обучении. М. : Педагогика, 1978. 77 с.
58. Пирогова О. А., Иващенко Л. Я., Страпко Н. П. Влияние физических упражнений на работоспособность и здоровье человека. К. : Здоров'я, 1986. 152 с.
59. Половникова Н. А. О теоретических основах воспитания познавательной самостоятельности школьников в обучении. Казань, 1968. 204 с.
60. Попова А. Развитие самостоятельности младших школьников в условиях коллективных занятий // Начальная школа. 1990. № 11. С.24-29.
61. Пышкало А. М. Самостоятельная работа учащихся в малокомплектной школе. М. : Просвещение, 1974. 164 с.
62. Рубинштейн С. Л. Проблемы общей психологии. М. : Педагогика, 1976. 416 с.
63. Рувинский Л. И., Соловьева А. Е. Психология самовоспитания. М. : Просвещение, 1982. 210 с.
64. Савченко О. Я. Дидактика початкової школи. К. : Генеза, 1999. 324 с.
65. Симон Н. А. Формирование мотивации самостоятельной физкультурно-оздоровительной деятельностью у школьников младших классов. Омск, 2000. 96 с.
66. Скрипченко О. В., Долинська Л. В., Огороднійчук З. В. Вікова та педагогічна психологія. К. : Просвіта, 2001. С. 310-312.
67. Смолевский В. М. Совершенствовать физическое воспитание школьников // Физическая культура в школе. 1985. № 9. С. 3-5.
68. Страчар Е. Система і методи керівництва навчальним процесом: Пер. зі словацької. К. : Радянська школа, 1982. 295 с.

69. Сухарев А. Г. Здоровье и физическое воспитание детей и подростков. М. : Медицина, 1991. 272 с.
70. Тер-Ованесян А. А. Педагогические основы физического воспитания. М. : ФиС, 1978. 286 с.
71. Ушинский Н. Д. Собр. соч.: В 6 т. М. : Наука, 1956. Т. 3. 454 с.
72. Филиппов В. К., Бойко Ю. Н. Условия для самостоятельного выполнения заданий на уроке // Физическая культура в школе. 1988. №2. С. 32-33.
73. Хайбуллина Д. Р. Формирование основ самостоятельной оздоровительно-профилактической деятельности в процессе физкультурного образования детей младшего школьного возраста. Омск, 2000. 122 с.
74. Ханбиков Я. И. О подготовке учащихся к самостоятельной работе // Советская педагогика. 1956. № 5. С. 23-26.
75. Хоменко Н.М. Виховання інтересу до уроків фізкультури // Початкова школа. 1992. №3-4. С. 29.
76. Шалар О. Г. Мотиваційно-організаційний етап – важливий крок у підготовці підлітків до самостійних занять фізичною культурою // Фізична культура в школі. 2003. № 2. С. 14-15.
77. Шаулин В. Н. Подготовка младших школьников к самостоятельной деятельности // Физическая культура в школе. 1991. № 4-5. С. 16-17.
78. Шестерова Л. Є. Шляхи вдосконалення змісту фізичної культури в загальноосвітній школі // Фізична культура в школі. 2003. № 1. С. 26-27.
79. Шиян Б. М. Методика фізичного виховання школярів. Львів : ЛОНМЮ, 1996. 384 с.
80. Шиян Б. М., Папуша В. Г. Теорія фізичного виховання. Тернопіль : Збруч, 2000. 183 с.
81. Янсон Ю.А. Педагогіка фізичного виховання школярів. Ростов н / Д, 1993. 240 с.
82. Bodziak B. Program – wychowanie fizyczne i zdrowotne. Szkoła podstawowa. Lider, 2006. Nr. 10. S. 4-6.

83. Hardman K. The Situation of Physical Education in Schools : A European Perspective. Human Movement. Vol. 9 (1). P. 5-18.

84. International Comparison of Physical Education: Concepts, Problems, Prospects / Ed. by Uwe Pühse, Markus Gerber. Oxford : Meyer & Meyer Sport (UK) Ltd., 2005. 719 p.

85. The Framework Education Programme for Elementary Education (FEEP EE). Research Institute of Education (VTP) in Prague, 2007. 131 p.