

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: «АДАПТАЦІЙНІ МОЖЛИВОСТІ ОРГАНІЗМУ ЗДОБУВАЧОК
ВИЩОЇ ОСВІТИ СПЕЦІАЛЬНИХ МЕДИЧНИХ ГРУП ДО ФІЗИЧНИХ
НАВАНТАЖЕНЬ»

Виконала: студентка 2 курсу, групи FKS1-
M23z

спеціальності 017 Фізична культура і спорт

Глас Яна Олександрівна

Керівник: Скавронський О. П., кандидат наук

з фізичного виховання та спорту, доцент

Рецензент: Боднар А. О., кандидат

педагогічних наук, доцент

Кам'янець-Подільський – 2024 рік

ЗМІСТ

ПЕРЕЛІК УМОВНИХ ПОЗНАЧЕНЬ.....	3
ВСТУП	4
РОЗДІЛ 1 ОГЛЯД ЛІТЕРАТУРИ.....	7
1.1 Характеристика засобів, форм та методів вдосконалення фізичної підготовленості та функціонального стану студентів спеціальної медичної групи.....	7
1.2 Методика проведення навчальних занять з фізичної підготовки у спеціальних медичних групах	16
1.3 Контрольно-нормативні вимоги до студентів спеціального навчального відділення	23
РОЗДІЛ 2 МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ	27
2.1 Методи дослідження	27
2.2 Організація дослідження.....	30
РОЗДІЛ 3 РЕЗУЛЬТАТИ ДОСЛІДЖЕННЯ	34
3.1 Комплектування спеціальних медичних груп та характеристика обстежуваних студенток	34
3.2 Зміст, методи і організація занять з фізичного підготовки студенток спеціальних медичних груп.....	37
3.3 Характеристика показників фізичної підготовленості та функціонального стану студенток	41
ВИСНОВКИ.....	57
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	60

ПЕРЕЛІК УМОВНИХ ПОЗНАЧЕНЬ

ЦНС – центральна нервова система.

ОРА – опорно-руховий апарат.

ДАТ – діастолічний артеріальний тиск.

ЖЄЛ – життєва ємкість легень.

МуАТ – середньо динамічний артеріальний тиск.

САТ – систолічний артеріальний тиск.

СМГ – спеціальна медична група.

СОК – систолічний об'єм крові.

ССС – серцево-судинна система;

ХОД – хвилинний об'єм дихання.

ХОК – хвилинний об'єм крові.

ЧД – частота дихання.

ЧСС – частота серцевих скорочень.

ОГ – основна група.

maxЧСС – максимальна частота серцевих скорочень.

ХНУ – Хмельницький національний університет.

ВСТУП

Актуальність теми. У закладах вищої освіти України навчаються сотні тисяч студенток, значний відсоток яких мають певні вади у стані здоров'я постійного чи тимчасового характеру, пов'язані з недоліками фізичного розвитку і зниженими функціональними можливостями організму. Ці недоліки можна усунути за допомогою занять з фізичного виховання, які є важливою складовою частиною процесу навчання закладах вищої освіти III-IV рівня акредитації [2; 5; 14].

У зв'язку з цим проблема зміцнення здоров'я і підвищення фізичної підготовленості студенток спеціальних медичних груп на основі ефективних, науково обґрунтованих програм з фізичного виховання має першочергове соціально-економічне значення [10; 21]. Серед наукових робіт, присвячених фізичному вихованню студенток спеціальних медичних груп, все більшого значення набуває дослідження засобів та методів фізичного вдосконалення організму і дозування фізичних навантажень. Пропонується дозувати фізичне навантаження за фізіологічною кривою частоти серцевих скорочень, яка змінюється у широкому діапазоні, але науково обґрунтованих рекомендацій не виявлено [23; 31].

Отже, аналіз літературних джерел показав, що залишаються недостатньо вивченими питання комплектування спеціальних медичних груп, системи контролю за показниками фізичної підготовленості та функціонального стану, побудови фізіологічної кривої академічних та самостійних занять, регулювання рівня фізичних навантажень і тривалості етапів занять з фізичного виховання шляхом послідовного підвищення моторної щільності заняття, скорочення часу досягнення максимальної частоти серцевих скорочень і збільшення кількості її повторень упродовж одного академічного чи самостійного заняття. Саме тому вирішення

проблеми обґрунтування рівнів фізичних навантажень та тривалості етапів занять з фізичного виховання відповідно до рівня фізичної підготовленості і функціонального стану студенток спеціальних медичних груп із захворюваннями серцево-судинної системи є актуальним.

Об'єкт дослідження – фізичне виховання студенток спеціальної медичної групи із захворюваннями серцево-судинної системи.

Предмет дослідження – рівень фізичних навантажень та етапи занять фізичним вихованням студенток спеціальної медичної групи.

Мета роботи – обґрунтувати рівні фізичних навантажень на етапах фізичного виховання студенток спеціальної медичної групи із захворюваннями серцево-судинної системи.

Завдання дослідження:

1. З'ясувати стан проблеми та організації занять фізичним вихованням студенток спеціальних медичних груп
2. Визначити показники фізичного розвитку, фізичної підготовленості, функціонального стану студенток спеціальних медичних груп на етапах занять з фізичного виховання;
3. Обґрунтувати та розробити комплексну програму із застосуванням різного рівня фізичного навантаження на етапах занять з фізичного виховання для студенток спеціальних медичних груп.
4. Експериментально перевірити ефективність впливу комплексної програми із застосуванням різного рівня фізичного навантаження на етапах занять з фізичного виховання на показники фізичної підготовленості, функціонального стану студенток спеціальних медичних груп.

Для вирішення поставлених завдань використовувалися наступні **методи дослідження**: теоретичний аналіз і узагальнення науково-методичної літератури, вивчення навчальної документації. Педагогічне дослідження (педагогічне спостереження, педагогічний експеримент). Методи математичної статистики.

Практичне значення одержаних результатів полягає у розробленні комплексної програми з фізичного виховання студенток спеціальних медичних груп закладів вищої освіти, застосування якої дозволяє підвищувати фізичну підготовленість, покращувати функціональний стан організму студенток та переводити їх у підготовчі й основні медичні групи; в обґрунтуванні етапів занять з фізичного виховання студенток спеціальних медичних груп, дозування фізичних навантажень. Результати кваліфікаційної роботи можуть бути використані при організації процесу фізичного виховання студенток спеціальних медичних груп закладів вищої освіти.

Апробація результатів дослідження. Основні теоретичні положення та висновки викладалися та розглядалися на засіданнях наукового гуртка кафедри спорту і спортивних ігор, а також під час щорічної звітної наукової конференції студентів і магістрантів за підсумками НДР у 2023-2024 н.р. Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка (09-10 листопада 2024 року).

Структура та обсяг дипломної роботи магістра. Магістерська робота складається з переліку умовних позначень, вступу, трьох розділів, висновків та використаної літератури, що налічує 74 джерела. Текст роботи викладений на 67 сторінках, ілюстрований 10 таблицями і 6 рисунками.

ВИСНОВКИ

На основі проведеного експериментального дослідження можна зробити наступні висновки:

1. Аналіз наукової літератури за напрямом дослідження показав, що в більшості випадків фізичне виховання студенток спеціальних медичних груп розглядалося тільки як фактор підтримання функціонального стану на належному рівні та поступового їх оздоровлення. Не з'ясованими залишилися питання комплектування спеціальних медичних груп, дозування фізичного навантаження за обсягом, інтенсивністю, моторною щільністю занять студенток спеціальних медичних груп, системи модульного контролю за показниками фізичної підготовленості та параметрами функціонального стану, що свідчить про актуальність дослідження.

2. Заняття один раз на тиждень на молодших курсах закладів вищої освіти не дозволяють забезпечити хоча б мінімальний рівень фізичної активності студентів спеціальних медичних груп, який має складати мінімум 6-8 годин на тиждень. Саме тому існує об'єктивна необхідність у проведенні додаткових самостійних занять фізичними вправами за місцем проживання студентської молоді (університетські спортивні споруди, гуртожитки, домашні та природні умови і т. ін.). Оздоровчий ефект таких занять імовірний лише за умови виконання різноманітних за спрямованістю, обсягом та інтенсивністю фізичних вправ, відповідно до індивідуальних можливостей організму, а також з обов'язковим використанням доступних методів самоконтролю власного стану

3. За показниками функціонального стану студентки експериментальної групи на початку першого етапу характеризувалися низьким рівнем параметрів фізичної підготовленості, серцево-судинної, дихальної систем.

4. Розроблено та науково обґрунтовано комплексну програму з дисципліни «Фізичне виховання» для студенток спеціальних медичних груп закладів вищої освіти III-IV рівня акредитації, яка характеризується тим, що структура і зміст навчального матеріалу відповідають рівню фізичних навантажень, фізичної підготовленості та функціонального стану студенток університету

5. За результатами дослідження встановлено, що наприкінці третього етапу, після виконання всіх завдань, закладених в комплексній програмі, студентки достовірно покращили свої показники за індексами Руф'є та Скибінські проходили тестування з оцінкою «відмінно», що наблизило їх до рівня показників основної медичної групи. Найбільший приріст результатів фізичної підготовленості у студенток експериментальної групи відбувся за такими показниками: кут у положенні сидячи на підлозі, руки в сторони, ноги підняті під кутом 90° – на 22,5 с; стрибок у довжину з місця – на 21,9 см; біг 300 м – на 17 с; з положення лежачи на спині (руки за головою) перейти в положення сидячи, ноги не фіксуються – в 16 разів.

6. Доведено, що застосування різних рівнів фізичних навантажень за етапами занять з фізичного виховання сприяло достовірному покращенню показників фізичної підготовленості та функціонального стану студенток спеціальних медичних груп із захворюваннями серцево-судинної системи. Так, 12 студенток експериментальної групи (92,9 %) покращили показники фізичного розвитку, фізичної підготовленості та параметри функціонального стану, причому 42,8 % з них були переведені у підготовчу групу, а 35,7 % – в основну. Серед студенток контрольної групи 6 осіб (41,4 %) покращили показники фізичної підготовленості та функціонального стану, і тільки 6,9 % з них були переведені у підготовчу групу.

7. Підсумовуючи вищенаведене варто зазначити, що необхідно враховувати специфіку фізичного виховання студентів спеціальних медичних груп із захворюваннями серцево-судинної системи; організацію

фізичного виховання і управління навчальним процесом; вплив фізичних навантажень на стан організму; методи формування спеціальних медичних груп; застосовані засоби та методи фізичного виховання; динаміку основних показників фізичної підготовленості і фізичного розвитку; детренованість, гіподинамію і гіпокінезію студентів спеціальних медичних груп із захворюваннями серцево-судинної системи.

8. Результати проведених досліджень дають підстави рекомендувати комплексну програму для студенток спеціальних медичних груп до впровадження у навчальний процес закладів вищої освіти.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Алексеюк С. М. Про особливості організації занять з фізичної культури студентів вузів, що відносяться до спеціальної медичної групи. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. 2014. № 5. С. 48-50.
2. Альошин Є. В. Форми організації навчального процесу з врахуванням думки студентів. Актуальні проблеми фізичного виховання у вузі : зб. наук. статей з галузі фізичної культури та спорту. Донецьк : Імідж, 2011. Ч. 1. С. 29-41.
3. Алексеєнко О. Підвищення рівня здоров'я студентів спеціального навчального відділення як основна умова формування особистості фахівця. Молода спортивна наука України. 2013. Т. 2. Вип. 7. С. 223-225.
4. Антощук Р. Функціональний стан серцево-судинної системи в студентів спеціальної медичної групи при заняттях фізичними вправами. Олімпійський спорт і спорт для всіх : IV Міжнар. наук. конгрес. Київ: Вежа-друк, 2012. С. 332-334.
5. Апанасенко Г. Л. Розподіл студентів на медичні групи для участі в навчальних і поза навчальних заняттях фізичними вправами. Фізичне виховання студентів медичних і фармацевтичних інститутів в системі підготовки спеціалістів охорони здоров'я : монографія. Харків : Основа, 2011. С. 32-49.
6. Арутюнян Г. Я. Динаміка фізичної працездатності і деяких гемодинамічних показників в студентів під час навчання у вузі. Слобожанський науково-спортивний вісник. 2014. № 4. С. 32-38.
7. Атаханов Ш. Е. Ортостатична гіпотонія та вегетативна недостатність (механізми та класифікації). Кардіологія. 2009. № 3. С. 41-50.
8. Атонік В. І. Процеси фізіологічної адаптації до навчання у

педвузі. Науковий часопис національного пед. ун-ту імені М. П. Драгоманова. Серія 15. «Науково-педагогічні проблеми фізичної культури. Фізична культура і спорт». 2015. Вип. 3 К (84) 17. С. 215-219.

9. Белова Л. А. Дослідження кардіодинаміки студентів медичного вузу під впливом фізичного навантаження. Фізична культура, спорт та здоров'я нації: збірник наукових праць. Житомир : Вид-во ФОП Євенок О.О., 2014. Вип. 2. С. 291-297.

10. Боднар І. Організаційно-методичні особливості занять з фізичного виховання зі студентами спеціальної медичної групи. Молода спортивна наука України. 2015. Т. 2. Вип. 7. С. 327-330.

11. Боднар І. Теорія, методика і організація фізичного виховання учнів спеціальної медичної групи : навч.-метод. Посібник. Львів : Українські технології, 2013. 48 с.

12. Бойчук Т. Модифікація стилю життя студентів як фактор профілактики захворювань серцево-судинної системи. Вісник Чернігівського нац. пед. ун-ту імені Т.Г. Шев-ченка. Серія: Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт. 2012. Вип. 135. Т. 1. С. 96-99.

13. Буков Ю. О. Динаміка даних зовнішнього дихання і фізичної праце-здатності студентів в умовах гіпоксії. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2013. № 2. С. 106-111.

14. Вацеба О. М. Характерні тенденції формування навчальних програм з фізичного виховання для студентів вищих навчальних закладів (за результатами історико-методологічного аналізу програмного забезпечення навчальної дисципліни «Фізичне виховання» у вищій школі України. Актуальні проблеми теорії і методики фізичного виховання: колективна монографія. Упоряд. : О. М. Вацеба, Ю. В. Петришин, Є. Н Приступа, І. Р. Боднар. Львів : Українські технології, 2013. С. 95-110.

15. Васильченко В. В. До питання про розподіл на медичні групи студентів, хворих нейроциркуляторною дистонією. Педагогіка, психологія та

медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. 2013. № 2. С. 87-91.

16. Вілмор Дж. Х., Костилл Д. Л. Фізіологія спорту : пер. з англ. Київ : Олімпійська література, 2010. 656 с.

17. Возний С. С. Нові технології фізичної реабілітації хворих на нейроциркуляторну дистонію за кардіальним типом : [метод. посібник]. Херсон : Херсонська міська друкарня 2008. 91 с.

18. Гуржеева М. І. Оптимізація системи управління фізичним станом студентів. Фізичне виховання студентів. 2012. № 6. С. 131-135.

19. Давиденко О. Теоретико-методичні аспекти проведення занять зі спеціальною медичною групою. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2012. № 2-3. С. 53-56.

20. Добринський В. С. Рейтингова оцінка фізичної підготовленості підлітків як засіб підвищення мотивації до систематичних занять фізичною культурою: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з фіз. виховання і спорту: спец. 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення». Луцьк, 2010. 21 с.

21. Добровольська Н.О. Використання нетрадиційних фізичних вправ для оздоровлення студенської молоді. Спортивний вісник Придніпров'я. 2012. № 2. С. 114-116.

22. Долженко Л. Оптимізація фізичного виховання у вузі на основі обліку рівня фізичного здоров'я. Фізичне виховання студентів. 2014. № 3. С. 77-82.

23. Дрозд О. В. Фактори, що обумовлюють фізичний стан студентів Західного регіону України. Молодіжні проблеми в Україні : стан та шляхи вирішення. Львів : Обереги, 2012. С. 58-63.

24. Дуб І. Рухова активність і здоров'я дітей, які займаються в спеціальних медичних групах. Молода спортивна наука України. 2015. Т. 2. Вип. 5. С. 213-216.

25. Дубогай О. Д. Методика фізичного виховання студентів, віднесених за станом здоров'я до спеціальної медичної групи : [навч. посіб.]. Луцьк : Надстир'я, 2008. 220 с.
26. Іващенко Л. Я. Практикум по методиці фізкультурно-оздоровчої роботи. Самостійні заняття фізичними вправами. Київ : КГИФК, 2003. 126 с.
27. Іваночко О. Ю. Моделювання фізичних навантажень студенток спеціальних медичних груп із захворюванням серцево-судинної системи. Молода спортивна наука України. 2012. Т. 3. Вип. 12. С. 99-104.
28. Калічак Ю. Л. Педагогічні засади фізичного виховання студентів спеціальних медичних груп. Реалізація здорового способу життя – сучасні підходи: монографія. Дрогобич : Коло, 2009. С. 368-371.
29. Ким В. В. Стан серцево-судинної патології та шляхи його покращення в Україні: [метод. посібник]. Київ : Віпол, 2013. 45 с.
30. Коваленко В. М. Серцево-судинні захворювання: класифікація, стандарти діагностики та лікування. Київ : ВМБ, 2011. 128 с.
31. Коробейніков Г. Темп розвитку та фізична працездатність студентів із різним рівнем здоров'я. Олімпійський спорт і спорт для всіх : IV Міжнар. наук. конгрес. Київ, 2010. С. 382-384.
32. Круцевич Т. Ю. Контроль в физическом воспитании детей, подростков и юношей. Київ : Здоровье, 2009. 195 с.
33. Кузнєцова О. Т. Фізична і розумова працездатність студентів з низьким рівнем фізичної підготовленості. Слобожанський науково-спортивний вісник. 2013. № 1. С. 120-124.
34. Куц А. С. Модельні показники фізичного розвитку і рухової підготовленості населення центральної України. Київ : Іскра, 2010. 255 с.
35. Куц. О. С. Адекватність фізичного навантаження в оздоровчому тренуванні студентів з низьким рівнем здоров'я. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2009. № 3. С. 127-130.

36. Ларіонова Н. Вплив занять атлетичною гімнастикою на показники статичної витривалості студентів спеціальної медичної групи. Молода спортивна наука України. 2013. Т. 2. Вип. 7. С. 333-335.
37. Линець М.М. Основи методики розвитку рухових якостей: [навч. посібник]. Львів : Рута, 2011. 207 с.
38. Магльований А. В. Основи керування реабілітаційним процесом студентів спеціальних медичних груп. Сучасні досягнення спортивної медицини, лікувальної фізичної культури та валеології: зб. наук. праць. Одеса : Оріон, 2012. С. 187-194.
39. Магльований А. В. Основи фізичної реабілітації : [навч. посібник]. Львів : Українські технології, 2013. 148 с.
40. Магльований А. Організм і особистість. Діагностика та керування. Львів : Україна, 2012. 250 с.
41. Маліков В. М. Фізіологія фізичних вправ : [навч. посібник для студентів вищих навчальних закладів]. Запоріжжя : ЗДУ, 2013. 112 с.
42. Марченко О. К. Фізична реабілітація хворих із травмами й захворюваннями нервової системи : [навч. посібник]. Київ: Олімпійська література, 2015. 196 с.
43. Мацкевич Н. Особливості фізичної підготовленості та здоров'я студентів педагогічного училища. Олімпійський спорт і спорт для всіх : IV Міжнар. наук. конгрес. Київ, 2010. С. 398-401.
44. Мізеров М. М. Аналіз показників фізичного стану організму студентів спеціальних медичних груп. Експериментальна та клінічна фізіологія : зб. наук. праць. Львів: Обрії, 2012. С. 212–219.
45. Музикантова С. Ф. Сейсмокардіографічне дослідження скорочувальної діяльності міокарда у підлітків і дорослих з різним рівнем рухової активності. Львов : Відродження, 2010. 46 с.
46. Мурза В. П. Фізичні вправи і здоров'я. Київ : Здоров'я, 2011. 254 с.

47. Мухін В. М. Фізична реабілітація. Київ : Олімпіська література, 2012. 423 с.
48. Огоновський М. М. Методика застосування допоміжних вправ для підвищення ефективності занять з фізичного виховання. Фізичне виховання та спорт у контексті державної програми розвитку фізичної культури в Україні: досвід, проблеми, перспективи : зб. наук. праць. Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2014. Вип. 1. С. 147-150.
49. Оксьом П. Морфофункціональний стан студенток вищого педагогічного навчального закладу. Молода спортивна наука України. 2011. Т. 2. Вип. 12. С. 141-145.
50. Основи оздоровчого тренування : [метод. рекомендації для проведення практичних занять з фізичного виховання студентів спеціального навчального відділення]. Уклад. В. П. Краснов, С. І. Присяжнюк, Р. Т. Раєвський]. Київ : Аграрна освіта, 2015. 55 с.
51. Основні показники розвитку фізичної культури і спорту в Україні за 2014 рік : зб. статистичних показників. Київ : Державний комітет молодіжної політики, спорту і туризму України, 2015. 131 с.
52. Павлова Н. А. Розвиток фізичних якостей у студентів спеціальної медичної групи з використанням диференційованого підходу. Реалізація здорового способу життя – сучасні підходи: монографія. За заг. ред. М. Лук'янченка, А. Матвєєва, А. Подольськи, Ю. Шкребтія. Дрогобич: Коло, 2009. С. 417-421.
53. Пирогова Є. А. Вплив фізичних вправ на працездатність і здоров'я чоловіка. Київ : Здоров'я, 2009. 152 с.
54. Підгірний Г. П. Засоби поліпшення фізичного стану студенток підготовчої медичної групи. Спортивний вісник Придніпров'я. 2011. № 5. С. 106-109.
55. Платонов В. М. Фізична підготовка спортсменів: [навч. посібник]. Київ : Олімп. література, 2005. 320 с.

56. Прохоров А. А. Модульний контроль з фізичного виховання для студентів ЛПП. Психологічні, педагогічні і медико-біологічні аспекти фізичного виховання: мат-ли V Міжнар. науково-практ. конф. (21-25 квітня 2014 р., Одеса). Одеса : Букаєв Вадим Вікторович, 2014. С. 54-58.

57. Сафронова З. С. Вплив цілорічних занять з фізичного виховання за методом кругового тренування на загальну витривалість студенток спеціальної медичної групи. Фізичне виховання студентів. 2013. № 4. С. 129-134.

58. Сергієнко Л. П. Комплексне тестування рухових здібностей людини: [навч. посібник]. Миколаїв : УДМТУ, 2011. 360 с.

59. Сівохоп Е. Практика формування спеціальних медичних груп із фізичного виховання у вищих навчальних закладах. Молода спортивна наука України. 2012. Т. 1. Вип. 12. С. 181-186.

60. Теорія і методика фізичного виховання: у 2-х т. За ред. Т. Ю. Круцевич. Київ : Олімп. література, 2012. Т. 1. Загальні основи теорії і методики фізичного виховання. 391 с.

61. Товт В. А. Фізичне виховання та активність як фактор адаптації молоді до вищої школи. Педагогіка. Соціальна робота. Ужгород, 2010. № 3. С. 72-75.

62. Тропп А. Б. Організація навчального процесу з фізичного виховання і самостійної підготовки студентів. Львов : Дивоствіт, 2010. 39 с.

63. Трофименко Л. І. Диференційне поанування я засіб підвищення працездатності студентів. Актуальні проблеми валеології та реабілітації : мат-ли Всеукр. науково-практ. конф. (25-26 квітня 2012 р., м. Сімферополь). Саки : Фенікс, 2012. С. 92-96.

64. Уілмор Дж. Х. Фізіологія спорту і рухової активності. Київ : Олімп. література, 2007. 502 с.

65. Устінова Т. Сучасні проблеми фізичного виховання студентів, які за станом здоров'я відносяться до спеціальної медичної групи. Молода спортивна наука України. 2013. Т. 2. Вип. 7. С. 331-333.
66. Філімонов В. І. Нормальна фізіологія: [підручник для студ. мед. ін.-тів]. Київ : Здоров'я, 2014. 382 с.
67. Цьось А. В. До питання про залікові вимоги з фізичної культури студентів вищих навчальних закладів. Scientific Journal «Science Rise». 2012. Т 3/1(3). С. 36-37.
68. Чуб А.В. Комплексні засоби підвищення фізичної підготовленості студентів спеціальних медичних груп. Вісник Запорізького національного університету. 2012. № 1. С. 31-38.
69. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Тернопіль : Навчальна книга – Богдан, 2014. Ч. 2. 248 с.
70. Шологон Р. Особливості методики фізичного виховання при міопії зі студентами спеціальних медичних груп. Слобожанський науково-спортивний вісник. 2013. № 2. С. 140-144.
71. Шологон Р. П. Фізичне виховання студентів з порушенням постави. Актуальні проблеми організації фізичного виховання студентської та учнівської молоді Львівщини : зб. наук. праць. Львів: Панорама, 2014. С. 164-167.
72. Шошура Н. Реабілітація студентів спецмедгрупи засобами самостійних занять фізичними вправами. Олімпійський спорт і спорт для всіх : IV Міжнар. наук. конгрес. Київ, 2010. С. 453-455.
73. Щербина Ю. В. Застосування елементів ритмічної гімнастики для студентів спеціального відділення, які страждають на захворювання опорно-рухового апарату. Реалізація здорового способу життя – сучасні підходи: монографія. За заг. ред. М. Лук'янченка, А. Матвєєва, А. Подольськи, Ю. Шкрєбтія. Дрогобич: Коло, 2009. С.453-461.

74. Язловецький В. С. Основи лікувальної та оздоровчої фізичної культури : [навч. посіб.]. Кіровоград: РВК ДПУ ім. Володимира Винниченка, 2013. 180 с.