

Міністерство освіти і науки України  
Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка  
Факультет фізичної культури  
Кафедра фізичної реабілітації та медико-біологічних основ фізичного виховання

Дипломна робота (проект)

магістра

з теми: «ФІЗІОЛОГО-ГІГІЄНИЧНІ АСПЕКТИ ОРГАНІЗАЦІЇ ФІЗИЧНОГО  
ВИХОВАННЯ ДІТЕЙ У ЗАГАЛЬНООСВІТНІХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДАХ»

Виконав: студент 2 курсу

групи FKSb1-M16z

спеціальності 017 Фізична культура і спорт

заочної форми навчання

Моцний Дмитро Олександрович

Керівник: Жигульова Е.О., кандидат

біологічних наук, доцент

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

Кам'янець-Подільський – 2018 року

## ЗМІСТ

ПЕРЕЛІК УМОВНИХ ПОЗНАЧЕНЬ.....	3
ВСТУП.....	4
РОЗДІЛ 1 ЗАСАДИ УПРАВЛІННЯ ЯКІСТЮ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ.....	8
1.1 Аналіз стану фізкультурно-оздоровчої роботи у навчальних закладах України .....	8
1.2 Здоров'я збереження як стратегія розвитку фізичного виховання і спорту в Україні: проблеми практичної реалізації .....	15
РОЗДІЛ 2 ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА У СИСТЕМІ ВИХОВАННЯ ДІТЕЙ ШКІЛЬНОГО ВІКУ.....	24
2.1 Концепція гігієнічного супроводу управління якістю фізичного виховання у навчальних закладах .....	24
2.2 Соціально-педагогічне значення фізичного виховання дітей шкільного віку.....	34
2.3 Фізіолого-гігієнічне та педагогічне обґрунтування рухового режиму учнів в умовах навчального дня школи.....	39
2.4 Фізкультурні хвилинки на загальноосвітніх уроках.....	43
РОЗДІЛ 3. МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ.....	46
3.1 Методи дослідження.....	46
3.2 Організація дослідження.....	49
РОЗДІЛ 4 ВИКОРИСТАННЯ ШКІЛЬНОГО ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ЯК ДИНАМІЧНОГО КОМПОНЕНТУ РОЗКЛАДУ УРОКІВ У ЗАГАЛЬНООСВІТНІХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДАХ.....	51
4.1 Аналіз методичних підходів до оцінки обсягу організованої фізичної активності дітей у навчальних закладах.....	51
4.2 Вплив активного відпочинку в умовах навчальної діяльності на розумову працездатність школярів .....	57
4.3 Гігієнічна оцінка добової рухової активності дітей 7-17 років....	65
ВИСНОВКИ.....	73
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	75

## ПЕРЕЛІК УМОВНИХ ПОЗНАЧЕНЬ

AB	– активний відпочинок
ВНЗ	– вищий навчальний заклад
ВООЗ	– Всесвітня Організація Охорони Здоров'я
ДК	– динамічний компонент
Ен	– енерговитрати
ЗНЗ	– загальноосвітні навчальні заклади
КЗП	– короткочасна зорова пам'ять
МОЗ	– Міністерство охорони здоров'я
МПС	– медико-педагогічні спостереження
МЩ	– моторна щільність
НДІ	– Науково-дослідний інститут
РА	– рухова активність
РП	– розумова працездатність
СЕС	– Санітарно-епідемічна служба
СМГ	– спеціальна медична група
ЧСС	– частота серцевих скорочень
ФВ	– фізичне виховання
ФК	– фізична культура
ФР	– фізичний розвиток
ФХ	– фізкультхвилинки
CINDI	– Міжнародна програма «Інтегрована профілактика неінфекційних захворювань»

## ВСТУП

**Актуальність теми.** Пріоритетом основного змісту загальної середньої освіти є створення передумов для різнобічного розвитку особистості, індивідуалізації та диференціації навчання, переходу до особистісно-орієнтованих технологій [7]. Визначений вектор освітянської галузі є особливо актуальним з огляду на критичний рівень здоров'я дітей, що потребує рішучих заходів і впровадження здоров'язберігаючих технологій, насамперед в умовах навчальних закладів, як найбільш дієвих до здоров'я формування і здоров'язбереження. Невід'ємною складовою освіти є фізичне виховання (ФВ) дітей, що спрямоване на формування здоров'я, ведення активного довготривалого життя, забезпечує можливість набуття кожною дитиною необхідних науково-обґрунтованих знань про здоров'я і засоби його зміцнення [14].

Стан фізичного, психічного та духовного здоров'я дітей і підлітків викликає серйозні занепокоєння у фахівців галузей освіти та охорони здоров'я [23, 47]. За останні двадцять років більше, ніж у 10 разів збільшилась чисельність дітей з хворобами ендокринної системи, органів травлення, в 2,5 рази - з хворобами системи кровообігу, у 2 рази – органів дихання, зору, кістково-м'язової системи, дефектами мови. Фізіометричні дані сучасного покоління відкинуті на рівень 60-70 років [61]. За останні роки розповсюдженість захворювань серед дітей 7-14 років збільшилася майже на 35%, підлітків - на 34,6% [16]. Негативна динаміка процесу формування здоров'я, що має місце на сьогодні, зумовлена значною мірою неадекватністю навчального навантаження психофізіологічним особливостям дітей [19]. Крім того, умови виховання, навчання та проведення дозвілля в навчальних закладах стають дедалі все більш агресивними по відношенню до здоров'я дітей [24]. Серед численних заходів щодо збереження і зміцнення здоров'я школярів (харчування, дотримання гігієнічних вимог до стану внутрішньо-шкільного середовища, корекційна педагогіка) пріоритетне місце посідає фактор рухової активності [28].

Науковими дослідженнями встановлено, що постійна розумова діяльність суттєво визначає динаміку працездатності та її рівень протягом усіх уроків. Крім того, відповідно до динаміки показників працездатності змінюється поведінка учнів протягом уроку, а саме: виникають прояви загальної рухової стурбованості і відволікання, що свідчить про початок фази стомлення [8].

Відомо, що чергування розумової діяльності із фізичною, переключення з одного виду діяльності на інший, припинення розумової роботи школярів за перших ознаках втоми і організація активного відпочинку сприяє відновленню функціонального стану центральної нервової системи і зняттю статичного м'язового напруження [14]. Численними науковими дослідженнями доведено, що в традиційній загальноосвітній практиці частка РА становить тільки 10-18% загального бюджету часу [25]. Отже, за умови гіпокінезії суттєвим є ризик виникнення стомлення, яке призводить не тільки до зниження якості засвоєння навчального матеріалу, але і до розвитку функціональних порушень та хронічних захворювань.

В умовах навчального закладу задоволення потреби у РА школярів здійснюється через обов'язкові фізкультурно-оздоровчі заходи: уроки фізичної культури (ФК), фізкультхвилиник (ФХ), фізкультпаузи, «години фізичної культури» та «днів здоров'я і фізичної культури». З вищесказаного слідує, що ФВ у школі повинно мати узгоджену систему усіх його форм, що об'єднані спільною метою – формування і зміцнення здоров'я школярів. Разом з тим, так звані «малі» форми ФВ не завжди у повному обсязі використовуються у загальноосвітніх навчальних закладах (ЗНЗ). З одного боку для зменшення втоми та профілактики наслідків статичного мязового напруження їх необхідність не викликає сумніву, з іншого - їх організація викликає певні труднощі [26].

Звичайно, ФХ у школі і вдома є не тільки обов'язковою складовою фізкультурно-оздоровчої роботи у режимі дня школярів але і необхідним активним відпочинком (АВ), що попереджує зниження розумової працездатності (РП). Однак існує інша точка зору, згідно якої розширення РА шляхом введення

спеціальних «фізкультхвилинок» вносить суттєвий дисбаланс у власне педагогічний процес, шляхом зниження зосередженості і послаблення дисципліни на уроці [49].

Крім того, на сьогодні існують різні рекомендації щодо проведення ФХ на уроках. Згідно першого варіанту динамічні перерви на уроці у I-II класах проводяться на 15-17-й хвилині уроку, у III-IX - на 20-й хвилині [25]; за другим варіантом ФХ та гімнастика для очей проводяться в початкових класах через кожні 15 хвилин на уроках письма, мови, читання, математики тощо (ДСаНШН.-5.5.2.008-01: Державні санітарні правила і норми влаштування, утримання загальноосвітніх навчальних закладів та організації навчально-виховного процесу).

**Мета дослідження:** виявити вплив фізкультхвилинок на розумову працездатність та профілактику стомлення школярів, а також оцінити добову рухову активність дітей 7-17 років.

#### **Завдання дослідження:**

1. Дослідити проблеми та фактори практичної реалізації стратегії розвитку системи фізичного виховання та спорту в Україні, спрямованої на збереження здоров'я населення.

2. Обґрунтувати принципи гігієнічного супроводу управління якістю фізичного виховання у навчальних закладах.

3. Узагальнити та систематизувати методичні підходи до оцінки обсягу та інтенсивності організованої фізичної активності дітей у навчальних закладах.

4. Оцінити характер і спрямованість змін розумової працездатності та зорової пам'яті дітей шкільного віку за умови використання фізкультхвилинок на уроках.

5. З'ясувати особливості добової рухової активності дітей 7-17 років.

**Об'єкт дослідження** – фізичне виховання дітей шкільного віку.

**Предмет дослідження** – фізіолого-гігієнічний підхід до використання шкільного фізичного виховання як динамічного компоненту розкладу уроків у загальноосвітніх закладах.

**Методи дослідження.** Для розв'язання поставлених завдань було використано такі методи: теоретичні методи наукових досліджень, формалізований самозвіт, організація і проведення гігієнічного спостереження, педагогічного експерименту, емпіричні методи наукових досліджень, математико-статистична обробка результатів експерименту.

**Наукова новизна:**

- обґрунтовано принципи гігієнічного супроводу управління якістю фізичного виховання у навчальних закладах;
- узагальнено і систематизовано методичні підходи до оцінки обсягу та інтенсивності організованої фізичної активності дітей у навчальних закладах;
- проведено оцінку характеру і спрямованості змін розумової працездатності та зорової пам'яті дітей шкільного віку за умови використання фізкультхвилин на уроках;
- здійснено гігієнічну оцінку добової рухової активності дітей 7-17 років.

**Практичне значення одержаних результатів.** Матеріали дослідження можуть бути використані: для розробки підходів щодо формування фізичної активності школярів, як специфічного виду їх діяльності і підґрунтя ЗСЖ, а також враховані при розробці регіональних програм щодо формування, збереження і зміцнення здоров'я дитячого контингенту.

**Структура та обсяг магістерської роботи.** Роботу викладено на 83 сторінках, з яких 74 основного тексту, що містить 6 таблиць і 12 рисунків. Дипломна робота складається з переліку умовних позначень, вступу, чотирьох розділів, висновків, списку 73 використаних літературних джерел.

## ВИСНОВКИ

В системі підготовки фахівців галузі фізичної культури і спорту необхідно приділити увагу питанням переходу від "нормативної" оцінки фізичних якостей людини до оцінки індивідуальної толерантності до фізичного навантаження з подальшою її оптимізацією.

Без переходу від гіпокінетичного режиму життєдіяльності людини до нормокінетичного неможливо забезпечити безпеку як споживача, так і виробника спортивно-оздоровчих послуг, оскільки неможливо мінімізувати ризики розвитку супутньої патології.

Всі без винятку спортивно-оздоровчі і тренувальні заходи повинні мати оптимальне медико-біологічне забезпечення і постійний моніторинг стану здоров'я спортсменів, із застосуванням сучасних об'єктивних методик дослідження.

На підставі проведеного дослідження встановлено зменшення обсягу часу відволікань учнів на уроках, з найбільшим ефектом від використання фізкультхвилинок у молодших класах, де приріст часу відключення від роботи зменшується на 32,46%.

Зменшення ознак втоми після фізкультхвилинок на рівні несвідомого виникнення потреби перерв на відпочинок відбувається в усіх вікових групах, навіть незважаючи на здатність старшокласників контролювати свою поведінку в умовах стомлення.

Використання додаткового динамічного компоненту на уроках у початкових класах дозволило підвищити розумову працездатність на кінець уроку за рахунок збільшення інтенсивності і точності роботи із зменшенням кількості помилок

Дисбаланс між функціональними можливостями організму і величиною інформаційних навантажень у старшокласників вказує на підвищення рівня «психофізіологічної ціни» пізнавальної діяльності, що призводить до напруження та виснаження основних регуляторних систем організму.

Тому підвищення розумової працездатності учнів старшого шкільного



віку повинно мати комплексний характер з використанням профілактичних та оздоровчих заходів.

Відповідно до шкали добових енерговитрат сумарної добової рухової активності дітей 7-17 років встановлено, що серед школярів трьох вікових груп, добові енерговитрати закономірно зменшуються з віком у 1,96 рази ( $p < 0,05$ ) і транспонуються у середній рівень енерговитрат, що зумовлено особливостями навчальної діяльності і більш гіподинамічним способом життя дітей середнього і старшого шкільного віку.

Статеві відмінності рухової активності мінімізовані і характеризуються перевагою енерговитрат хлопців у 16 років лише на 45,65 ккал і 20,95 ккал - у 17 років, порівняно із дівчатами-однолітками.

Таким чином, загальновідомо, що поведінка і спосіб життя безпосередньо або опосередковано впливають на здоров'я дітей. Безсумнівно, дослідження поведінки дітей і підлітків, що пов'язано з їхнім здоров'ям, має суттєвий вплив на розробку відповідних ефективних програм щодо формування, збереження і зміцнення здоров'я дитячого контингенту.

Існують групи дітей, які надають перевагу ЗСЖ, і групи дітей з ризикованою для здоров'я поведінкою. Ці моделі формуються не самостійно та ізольовано від соціальних та культурних умов, а пов'язані з певними закономірностями. Тому формування фізичної активності школярів, як специфічного виду їх діяльності і підґрунтя ЗСЖ, повинно базуватися на основі визначення і врахування закономірностей впливу медико-соціальних і педагогічних чинників.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Алифанова Л.А. Влияние двигательной активности в процессе академического урока на здоровье и развитие школьников /Л.А. Алифанова //Педиатрия. – 2002. – №6. – С.37-41.
2. Антропова М.В. Основы гигиены учащихся /Мета Васильевна Антропова. – М.: Просвещение. – 1971. – 208с.
3. Бальсевич В.К. Основные положения концепции интенсивного инновационного преобразования национальной системы физкультурно-спортивного воспитания детей, подростков и молодежи России / В.К. Бальсевич // Теория и практика физической культуры – 2002. – №3. – С. 3-5.
4. Бальсевич В. К. Концепция альтернативных форм организации физического воспитания детей и молодежи / В. К. Бальсевич // Физическая культура: образование, воспитание, тренировка. – 1996. – № 1. – С. 8-17.
5. Бальсевич В. К. Феномен физической активности человека как социально-биологическая проблема / В. К. Бальсевич // Вопр. философии. – 1981. – № 8. – С. 78-89.
6. Бар-Ор О. Здоровье детей и двигательная активность: от физиологических основ до практического применения / О. Бар-Ор, Т. Роуналд; пер. с англ. И. Андреев. – К.: Олимп. л-ра. – 2009.– 528 с.
7. Берзінь В. І. Гігієнічні аспекти забезпечення організації навчально-виховного процесу в умовах реформування освітянських закладів /В.І. Берзінь, Р.Т. Бевз, Л.А. Стасюк [та ін.] //Актуальні питання гігієни та екологічної безпеки України : наук.-практ. конф., 24-25 травня 2007 р.: зб. тез доповідей. – К., – 2007. – С113-114.
8. Буліч Е.Г. Медичне обґрунтування активного відпочинку в трудовій та учбовій діяльності: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня доктора мед. наук: спец. 04.00.07 «Гігієна» /Е.Г. Буліч. – Київ,1994. – 39с.
9. Визитей Н. Н. Социология спорта / Н. Н. Визитей. – К. : Олимпийская литература, 2005. – 248 с.
- 10.Всемирная Декларация по здравоохранению. Принята мировым

- здоровоохранительным сообществом на Пятьдесят первой сессии Всемирной ассамблеи здравоохранения в мае 1998 г. [Электронный ресурс]: – Режим доступа: <http://www.euro.who.int/Document/Health21/wa540ga199herusin.pdf>
11. Глобальная стратегия по питанию, физической активности и здоровью. Всемирная организация здравоохранения [Текст]. – Женева, 2004. – 18 с.
  12. Гончарук Є.Г. Комплексна оцінка стану здоров'я дітей і підлітків як гігієнічна проблема: методологічні та прикладні аспекти /Є.Г. Гончарук, В.Г. Бардов, І. В. Сергета [та ін.] //Журнал АМН України. – 2003. – Т.9. – №3. – С.523-541.
  13. Гребняк М. П. Соціально-медичні фактори ризику для здоров'я дитячого населення / М. П. Гребняк, А. Дмитренко, В. В. Машиністов [та ін.] // Мед. перспективи. – 2006. – Т. XI, № 4. – С 121-123.
  14. Даниленко Г.М. Гігієнічні основи системної оптимізації формування здоров'я дітей в умовах загальноосвітнього навчального закладу / [автореф. дис. на здобуття наук. ступеня д.м.н.: спец. 14.02.2001 "Гігієна"]. – К., 2007. – 40 с.
  15. Демографічна ситуація в Україні у 2010 році. Експрес-випуск.. [Електронний ресурс]: Офіційний сайт Державний Комітету статистики України . – Режим доступу: [www.ukrstat.gov.ua](http://www.ukrstat.gov.ua) – Назва з домашньої сторінки Інтернету.
  16. Дудіна О.О., Слабкий Г.О., Моїсеєнко Р.О. та ін. Ситуаційний аналіз стану охорони здоров'я дітей та підлітків в Україні. Ч. II. Забезпечення принципу соціальної справедливості відносно здоров'я дітей і підлітків // Вісник соціальної гігієни та організації охорони здоров'я України. – 2015. – № 2. – С. 8-16.
  17. Закон України «Про фізичну культуру і спорт» № 3809-ХІІ від 24.12.93 із змінами, внесеними згідно із Законом № 453-УІІ від 19.05.2015 [Електронний ресурс] - Режим доступу: <http://zakon5.rada.gov.ua/laws/show/3808-12>
  18. Звіт з фізичної культури і спорту за 2015 рік [Електронний ресурс]: – Офіційний сайт Міністерства освіти, науки, молоді і спорту України. Режим доступу: [http://www.kmu.gov.ua/sport/control/uk/publish/article?art\\_id=103148&cat\\_id=91814](http://www.kmu.gov.ua/sport/control/uk/publish/article?art_id=103148&cat_id=91814) – Назва з домашньої сторінки Інтернету.

19. Здорові діти – здорова нація. Витяг із доповіді Міністра освіти і науки України С.М. Ніколаєнка на засіданні підсумкової колегії МОНУ «Про підсумки розвитку загальної середньої та дошкільної освіти у 2006-2007 н.р. та завдання на 2007-2008 н.р.» /С.М. Ніколаєнко //Основи здоров'я та фізична культура. – 2007. – № 9. – С.4-12.
20. Здоровье-21. Основи політики досягнення здоров'я для всіх в Європейському регіоні ВОЗ [Текст]. – Копенгаген, 1999. Європейська серія по досягненню здоров'я для всіх, № 6. – 310 с.
21. Івахно О.П. Соціально-гігієнічний моніторинг здоров'я дитячого населення України у дошкільному віці / О.П. Івахно //Гігієна населених місць. – 2007. – Вип.50. – С.296-299.
22. Калиниченко І.О. Формування здоров'я школярів в умовах навчального закладу /І.О. Калиниченко, О.О. Єжова //Довкілля та здоров'я. – 2003. – №3(26). – С.60-64.
23. Калиниченко І.О. Гігієнічна оцінка обсягу і форм рухової активності підлітків 14-17 років / І.О. Калиниченко, М.Ю. Антомонов // Гігієна населених місць. – К., 2005. – Вип. 45. – С. 364-369.
24. Калиниченко І.О. Оцінка факторів ризику формування патології у підлітків навчально-виховних закладів / І.О. Калениченко, М.Ю. Антомонов // Гігієна населених місць. – К., 2004. – Вип. 43. – С. 503-507.
25. Калініченко І.О. Особливості функціонального стану організму школярів залежно від організації фізичного виховання / С.В. Гозак, О.Т. Єлізарова // Довкілля та здоров'я. – 2012. – №1 (60). – С. 44-48.
26. Калініченко І.О. Гігієнічна оцінка впливу умов та організації навчально-тренувального процесу на функціональний стан організму дітей, які займаються різними видами спорту / І.О. Калиниченко, О.О. Скиба // Довкілля та здоров'я. – 2014. – №3 (70). – С. 36-40.
27. Калініченко І.О. Медичні аспекти організації фізкультурно-спортивного руху серед учнівської молоді/ І.О. Калініченко // Теорія та методика фізичного виховання. – 2008. – № 3. – С . 47-49.

- 28.Калініченко І.О. Соціально-гігієнічні аспекти формування здорового способу життя дитячого населення / І.О. Калиниченко // Вісник соціальної гігієни та організації охорони здоров'я України. – 2010. – № 1. – С. 78-84.
- 29.Кириленко О. М. Соціологічний аналіз спортивної активності населення України [Текст] / О. Кириленко // Соціологія: теорія, методи, маркетинг. – 2015. – № 3. – С.169-187.
- 30.Кобяков Ю.П. Концепция норм двигательной активности человека /Ю.П. Кобяков //Теория и практика физической культуры. – 2003. – №11. – С.20-23.
- 31.Комков А. Г. Организационно-педагогическая технология формирования физической активности школьников /А. Г. Комков, Е. Г. Кирилова // Физическая культура : воспитание, образование, тренировка. – 2002. – №1. – С. 2-4.
- 32.Концепція загальної середньої освіти (12-річна школа) // Інформаційний збірник Міністерства освіти і науки України. – 2002. – №2. – С. 2-22.
- 33.Криволапчук І.А. Немедикаментозна профілактика і корекція наслідків шкільного стресу: можливості фізических упражнень / І.А. Криволапчук // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2004. – №1. – С. 12-16.
- 34.Круцевич Т.Ю. Методи дослідження індивідуального здоров'я дітей і підлітків в процесі фізического виховання / Т.Ю. Круцевич. – К.: Олімпійська література, 1999. – 232 с.
- 35.Лубышева Л. И. Социальное и биологическое в физической культуре человека в аспекте методологического анализа / Л. И. Лубышева // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 1996. – № 1. – С. 7-11.
- 36.Лубышева Л.И. Технология реализации инновационны проектов совершенствования систем физического воспитания на региональном – уровне / Л.И. Лубышева // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2002. – №3. – С. 5-9.

37. Лук'янова О.М. Проблеми здоров'я здорової дитини та наукові аспекти профілактики його порушень / О. М. Лук'янова // Мистецтво лікування. – 2015. – № 2. – С. 6-15.
38. Лупаренко С.Є. Сутність, види та особливості здоров'язберігаючих технологій у дітей в умовах сучасного навколишнього середовища / С.Є Лупаренко, О.І. Попов, П.І. Потейко // Гігієна населених місць. – №55. – 2010. – С. 382-386.
39. Международная программа СИНДИ // Мед. вести. – 1997. – № 2. – С. 24-25.
40. Навчальна програма з фізичної культури для загальноосвітніх навчальних закладів „Фізична культура” (5-9 класи), затверджена наказом МОН від 23.10.2017 № 1407 / [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://mon.gov.ua/storage/app/media/.../programy-5-9...2017/fizichna-kultura-5-9.doc>
41. Нормирование физической нагрузки у школьников и метод контроля: методические рекомендации / [под ред. Р.В. Силла]. – Таллин, 1978. – 54 с.
42. Обзорная сводка о состоянии здоровья в Украине, 2012. ВОЗ. Европейское региональное бюро ВОЗ – Копенгаген, 2010 [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.euro.who.int/pubrequest>
43. Объем и характер двигательной активности школьников, проживающих в условиях городской и сельской местности / Н.С. Кончиц, Т.Н. Васильева, Ю.Н. Кабанов [и др.] // Здоровье, обучение, воспитание детей и молодежи в XXI веке: материалы Международного конгресса (Москва, 12-14 мая 2004 г.) / М-во здравоохранения. – М.: Издатель НИЦЗД РАМН, 2004. – С. 80-82.
44. Панасюк В.П. Научные основы проектирования педагогических систем внутришкольного управления качеством образовательного процесса / В.П. Панасюк. – М.: Изд-во Исслед. центра проблем качества подготовки специалистов, 1997. – 297 с.
45. Показники та соціальний контекст формування здоров'я підлітків : моногр. / О.М. Балакірева, Т.В. Бондар, Д.М. Павлова та ін. ; наук. ред. О.М.

- Балакірева. – К. : ЮНІСЕФ, Укр. ін-т соц. дослідж. ім. О. Яременка, 2014. – 156 с.
46. Полька Н.С. Взаємозв'язок морфофункціонального стану організму учнів 2-3 класів з режимом їх життєдіяльності / Н.С. Полька, С.В. Гозак, А.Г. Платонова // Формування здоров'я дітей, підлітків та молоді в умовах навчального закладу: I Всеукраїнська науково-практична конференція: матеріали конф. [Суми, 17-19 квітня 2006 р.] / Міністерство освіти і науки України, Сумський державний педагогічний університет ім. А.С. Макаренка. – Суми: СумДПУ ім. А.С. Макаренка, 2006. – С. 265-269.
47. Полька Н.С. Гігієна дитинства: невідкладні організаційні заходи / Н.С. Полька, Н.Я. Яцковская, Г.М. Єременко // Актуальні питання гігієни та екологічної безпеки України (треті марзеєвські читання): зб. тез доповідей наук.-практ. конф. / ДУ "Інститут гігієни та медичної екології ім. О.М. Марзеєва АМН України". – К., 2011. – Вип. 7. – С. 102-103.
48. Полька Н.С. Концепція гігієнічного супроводу управління якістю фізичного виховання у навчальних закладах / Н.С. Полька, І.О. Калениченко // Довкілля та здоров'я. – №3. – 2012. – С. 46-51.
49. Полька Н.С. Оптимізація фізичного виховання у загальноосвітніх навчальних закладах / Н.С. Полька, С.В. Гозак, Е.Т. Єлізарова // Довкілля та здоров'я. – 2013. – №2. – С. 12-17.
50. Програма для загальноосвітніх навчальних закладів „Фізична культура” (5-12 класи) / [Відповід. за випуск Дятленко СМ.]; Міністерство освіти і науки України. – К: ВТФ „Перун”, – 2005. – 280 с.
51. Профилактика через первичное здравоохранение. Рекомендации для улучшения качества работы / СИНДИ. – Копенгаген. – ЕРБ ВОЗ, 2003. – 165 с.
52. Прутська О.О., Литвак А.І. Фінансово-економічна діяльність у сфері фізичної культури та спорту України / О.О. Прутська, А.І. Литвак // [Електронний ресурс]: Режим доступу: <http://intkonf.org/den-prutska-oo-litvak-ai>

finansovo-ekonomichna-diyalnist-u-sferi-fizichnoyi-kulturi-ta-sportu-ukrayini/ –

Назва здомашньої сторінки Інтернету.

53. Роль аспектов мотивации к физическому воспитанию при формировании здоровья подростков /Ю.А. Алексеева, А.Ф. Виноградов, А.Б. Барашкова [и др.] //Профессиональное гигиеническое обучение. Формирование здорового образа жизни детей, подростков молодежи: материалы Всероссийской научно-практической конференции с международный участием, (Москва, 2006 г.) /Институт возрастной физиологии РАО. – М.: Изд-во Научного Центра Здоровья Детей РАМН., 2006. – 37 с.
54. Сапуга І.Є. Стан здоров'я дітей України. Фактори «ризиків» шкільного середовища /І.Є. Сапуга //Основи здоров'я та фізична культура. – 2014. –№9. –С.12-14.
55. Сердюк А. М. Гігієнічні проблеми збереження здоров'я дітей в сучасних умовах реформування освіти України /А.М. Сердюк, Н.С. Полька, Г.М. Єременко [та ін.] //Гігієна населених місць. – 2015. -Вип.43. – С.402-406.
56. Сердюковская Г.Н. Гигиеническая оценка обучения учащихся в современной школе /Г.Н. Сердюковская, СМ. Громбах. – М.: Медицина, 1975. – 170с.
57. Сила Р.В. Гигиеническая норма двигательной активности для школьников среднего и старшего школьного возраста /Р.В. Сила //Сборник докладов II республиканского съезда эпидемиологов, микробиологов, инфекционистов и гигиенистов. – Таллинн, 1972. – С. 258-261.
58. Сила Р.В. К гигиеническому обоснованию нормы нагрузки на уроке физического воспитания / Р.В. Сила, М.З. Теосте // Гигиенические основы физического воспитания и спорта детей и подростков: материалы Всесоюзной научной конференции (Таллинн, 1975 г.). – Таллинн, 1975. – С. 152-157.
59. Сохань Л. Соціально-психологічна аура особистості: цивілізаційний аспект /Л.Сохань // Українське суспільство 1994-2004. Моніторинг соціальних змін / [за ред. В. Ворони, М. Шульги] – К.: Інститутсоціології НАН України, 2004. – С. 428-436.



60. Стамбулова Н.Б. Оценка двигательной активности подростков методом формализованного самоотчета /Н.Б. Стамбулова, Л. Кэйл //Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 1997. – №2. – С. 27-31.
61. Стан здоров'я підлітків та особливості їхнього способу життя /Н.В. Медведовська, С.Д. Пономаренко, Т.К. Кульчицька [та ін.] //Україна. Здоров'я нації. – 2014. – №3 - 4. – С. 27-30.
62. Сидоренко Т. П. Вплив різних чинників на процес формування здоров'я здорових підлітків / Сидоренко Т. П., Бердник О. В. // Медичні перспективи. – 2010. – Т. 15. - № 4. – С. 106-109.
63. Сухарев А.Г. Гигиеническое нормирование двигательной активности детей и подростков /А.Г. Сухарев //Научные основы гигиенического нормирования физических нагрузок для детей и подростков: сборник науч. трудов /науч. ред. А.Г. Сухарев. – М.: ВНИИГДиП, 1980. – С. 16-22.
64. Сухарев А.Г. Здоровье и физическое воспитание детей и подростков /А.Г. Сухарев. – М.: Медицина, 1991. – 272 с.
65. Теория управления: [учебник] / Под общ. ред. А.Л. Гапоненко, А.П. Панкрухина. – М.: Изд\_во РАГС, 2003. – 558 с.
66. Указ Президента України 9 лютого 2016 року № 42/2016 Про Національну стратегію з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року "Рухова активність - здоровий спосіб життя - здорова нація" [Електронний ресурс]: Режим доступу: <http://dsmsu.gov.ua/index/ua/material/22253> – Назва з домашньої сторінки Інтернету.
67. Україна спортивна у цифрах і коментарях, 2015 рік. [Текст] – К.: Державний Комітет України з питань фізичної культури і спорту, 2015. – 230 с.
68. Українське суспільство 2000-2010: соціологічний моніторинг [Текст] – К. Інститут соціології НАН України, 2008. – 85 с.
69. Физическая активность и здоровье в Европе: аргументы в пользу действий. Европейское региональное бюро ВОЗ [Текст]. –Копенгаген: ВОЗ, 2006. – 41 с.
70. Ходорівська Н. Ситуаційні негативи в повсякденності людини: спроба рефлексії / Н. Ходорівська // Українське суспільство 1994-2004. – Моніторинг соціальних

змін / [за ред. В.Ворони, М.Шульги].– К.: Інститут соціології НАН України, 2004. – С. 403-414.

- 71.Хрипкова А. Г. Возрастная физиология и школьная гигиена: [пособие для студентов пед. ин-тов] /А.Г. Хрипкова, М.В. Антропова, Д.А. Фарбер. – М.: Просвещение, 1990. – С.100-101.
- 72.Щорічна доповідь про стан здоров'я населення, санітарно-епідемічну ситуацію та результати діяльності системи охорони здоров'я України. 2016 рік / за ред.. Шафранського В.В.; МОЗ України, ДУ «УІСД МОЗ України». – К., 2017. – 452 с.
- 73.Cale L Interventions to promote young people's physical activity-issues, implications and recommendations for practice / Lorraine Cale, Jo Harris// Health Education Journal. – 2006. –Vol. 65 (4). – P. 320-337.