

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: «ТИПОЛОГІЧНИЙ ПІДХІД ДО РОЗВИТКУ ФІЗИЧНИХ ЯКОСТЕЙ
ХЛОПЧИКІВ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ»

Виконав: студент 2 курсу,
FKSb1-M17 групи
спеціальності 017 Фізична культура і спорт
Майківський Сергій Євгенович
Керівник: Зубаль М. В., кандидат наук з
фізичного виховання та спорту, доцент
кафедри спорту і спортивних ігор
Рецензент: Жигульова Е. О., кандидат
біологічних наук, доцент кафедри фізичної
реабілітації та медико-біологічних основ
фізичного виховання

Кам'янець-Подільський – 2018 року

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1 СУЧАСНІ УЯВЛЕННЯ ПРО ПРИРОДНИЙ РОЗВИТОК ФІЗИЧНИХ ЯКОСТЕЙ В ОНТОГЕНЕЗІ ШКІЛЬНОГО ПЕРІОДУ	8
1.1 Розвиток фізичних якостей школярів як педагогічна проблема	8
1.2 Фізкультурно-оздоровча діяльність та рухова активність в житті школярів.....	14
1.3 Рухова активність як чинник, що обумовлює фізичну підготовленість учнівської молоді	21
1.4 Схеми визначення соматичного типу конституції дітей шкільного віку	31
РОЗДІЛ 2 МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ.....	37
2.1 Методи дослідження.....	37
2.2 Організація дослідження.....	43
РОЗДІЛ 3 РОЗВИТОК ФІЗИЧНИХ ЯКОСТЕЙ ХЛОПЧИКІВ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ З УРАХУВАННЯМ СОМАТОТИПУ	45
3.1 Вікові особливості розвитку фізичних якостей хлопчиків молодшого шкільного віку різних соматотипів	45
3.1.1 Динаміка фізичних якостей хлопчиків різних соматотипів від 7 до 10 років.....	45
3.2 Темпи розвитку фізичних якостей у хлопчиків молодшого шкільного віку з урахуванням соматотипу	55
3.3 Приріст фізичних якостей хлопчиків різних соматотипів молодшого шкільного віку.....	61
3.4 Факторний аналіз структури приросту фізичних якостей хлопчиків різних соматотипів молодшого шкільного віку	66
ВИСНОВКИ.....	79
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	82

ВСТУП

Актуальність теми. Важливим у цілеспрямованому розвитку фізичних якостей є врахування сенситивних періодів. Аналіз наукової літератури [11, с. 15-18; 23, с.118-121] свідчить про певні розбіжності у віці, впродовж якого фізичні якості хлопців на етапі 7-10 років відзначаються найбільшим приростом, тобто знаходяться в сенситивному періоді.

З іншого боку, важливою умовою ефективності фізичного виховання в загальноосвітньому навчальному закладі є реалізація диференційованого й індивідуального підходів [72]. Незаперечним є існування значних розбіжностей між індивідуальними і середньогруповими показниками фізичних якостей навіть в однаковій за статтю і віком групі учнів, що свідчить про необхідність пошуку інших ознак для їх поділу на відносно однорідні групи. Однією з ознак, що дозволяє комплексно враховувати значну кількість морфофункціональних (у тому числі рухових) та деяких інших характеристик є соматичний тип конституції індивіда [7, с. 24-29; 28, с. 38-42].

На особливості розвитку дітей і підлітків звертали увагу багато фахівців, які в аспекті їх вікової періодизації виокремлювали періоди стабільного розвитку та кризові (критичні) періоди. В аспекті зазначеного, періоди різної чутливості організму дитини в шкільні роки до дії фізичних навантажень автори позначили як «критичні періоди». Ними було виокремлено критичні періоди з найбільш високими, високими, помірно високими темпами росту певної фізичної якості й субкритичні.

Провідним в удосконаленні засобами фізичної культури фізичних якостей дітей та підлітків певної статі й віку є врахування закономірностей їх природного розвитку, основу яких складають дані про сенситивні і критичні періоди.

Узагальнення результатів досліджень в цьому напрямку дозволяє констатувати певну невідповідність в термінах сенситивних періодів більшості кондиційних якостей і деяких проявів координації.

З іншого боку, розвиток фізичних якостей пов'язують з темпами дозрівання органів і систем організму, що забезпечують їх прояв. Сьогодні доведено існування різних темпів морфофункціонального дозрівання дітей однакових статі й віку, які в хлопчиків можуть відрізнятися на 2,5–3 роки, що свідчить про розбіжності між термінами сенситивних періодів розвитку певних фізичних якостей.

Отже, питання сенситивних періодів розвитку фізичних якостей дітей та підлітків в онтогенезі шкільного періоду потребує подальшого вивчення і, насамперед, в напрямку встановлення таких інтегральних характеристик, що дозволяють, крім віку і статі, в комплексі враховувати значну кількість інших їх індивідуальних особливостей, а значить сприяти більш точному встановленню зазначених періодів.

Аналіз чинної програми для загальноосвітніх навчальних закладів «Фізична культура», досвід роботи викладачів свідчить, що обов'язковим для вчителя є диференціювання учнів на однорідні групи за станом фізичного розвитку, фізичної підготовленості чи фізичного здоров'я. У зв'язку з цим зазначається, що для поділу дітей і підлітків на однорідні групи необхідно використовувати ознаки, що мають біологічну основу, а значить відносно стабільні тривалий час.

Таким чином, недостатня теоретична і методична розробленість проблеми, а також сучасні зміни у методологічних підходах щодо розвитку фізичних якостей хлопців різних конституцій визначили і зумовили актуальність теми нашого дослідження.

Вивченню особливостей динаміки окремих фізичних якостей хлопців різних соматотипів присвячено незначну кількість досліджень, а саме: в 7-10 років [66, с. 22-23], 11-14 років [79, с.50-53], 7-17 років [40].

В усіх зазначених дослідженнях використовувалися неоднакові за змістом і кількістю тестові завдання, лише в окремих з них вивчались одні й ті самі хлопці [34, с. 11-14], що не сприяє встановленню певних закономірностей і обумовлених соматичним типом конституції особливостей динаміки фізичних якостей. У той же час не виявлено досліджень з комплексного вивчення процесу розвитку фізичних якостей у зазначений віковий період, виконаних на одних і тих самих хлопчиках різних соматотипів. Усе вищезазначене й обумовило вибір теми дослідження.

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Роботу виконано згідно плану роботи наукової проблемної лабораторії «Гендерні профілактично-оздоровчі технології фізичного виховання та реабілітації» на 2015-2020 рр. Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка в рамках Зведеного плану науково-дослідної роботи у сфері фізичної культури і спорту на 2016-2018 рр. Міністерства України у справах сім'ї, молоді і спорту за темою 3.1.1 «Теоретико-методичні та програмно-нормативні основи фізичного виховання учнів та студентів» (номер державної реєстрації 0107U000771).

Мета дослідження – вивчити особливості розвитку фізичних якостей хлопчиків молодшого шкільного віку з урахуванням соматичного типу конституції.

Завдання дослідження:

1. Дослідити стан проблеми розвитку і вдосконалення фізичних якостей хлопчиків молодшого шкільного віку у процесі фізичного виховання в загальноосвітніх навчальних закладах.
2. Визначити динаміку розвитку фізичних якостей в одних і тих самих хлопців різних соматотипів у 7-10 років.
3. Визначити структуру приросту фізичних якостей хлопчиків молодшого шкільного віку.

4. Провести факторний аналіз для більш детального опису темпів приросту фізичних якостей хлопчиків різних соматотипів у кожний віковий період від 7 до 10 років.

Об'єкт дослідження – розвиток фізичних якостей.

Предмет дослідження – обумовлені соматичним типом конституції особливості розвитку фізичних якостей хлопців з 7 до 10 років.

Методи дослідження. Під час вирішення встановлених завдань використовували комплекс таких взаємопов'язаних методів:

- теоретичних – аналіз, систематизацію й узагальнення наукових літературних джерел, документальних матеріалів;
- медико-біологічних – антропометрію, соматоскопію і соматометрію, спірометрію, пульсометрію, динамометрію, тонометрію;
- педагогічних – спостереження, тестування, констатувальний експеримент;
- математико-статистичних.

Наукова новизна результатів дослідження – уперше комплексно в одних і тих самих хлопців з різним соматичним типом конституції встановлено динаміку та темпи приросту фізичних якостей впродовж 7–10 років під впливом чинного змісту фізичного виховання.

Практичне значення роботи. Матеріали та результати дослідження можуть бути використані в подальших наукових дослідженнях, для розробки індивідуальних і належних нормативів фізичної підготовленості учнів 1-12 класів загальноосвітніх навчальних закладів, при організації їхнього навчального процесу, підготовці студентів факультетів фізичного виховання закладів вищої освіти, післядипломній освіті фахівців з фізичного виховання.

Апробація результатів дослідження. Основні результати дипломної роботи магістра обговорювались на звітній науковій конференції студентів, магістрантів Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка (м. Кам'янець-Подільський 25 квітня 2018 року). Опубліковані у збірнику матеріалів наукових досліджень студентів і магістрантів Кам'янець-

Подільського національного університету імені Івана Огієнка (Факультет фізичної культури).

Структура та обсяг дипломної роботи. Роботу викладено на 90 сторінках, з яких 81 основного тексту, що містить 12 таблиць і 13 рисунків. Дипломна робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків, списку 80 використаних літературних джерел.

ВИСНОВКИ

1. Дані наукової та науково-методичної літератури свідчать, що основу вдосконалення фізичних якостей складають дані про сенситивні періоди їх розвитку, які частково не співпадають при порівнянні інформації чинної програми з фізичного виховання та різних дослідників. У той же час, нами не виявлено досліджень, спрямованих на вивчення особливостей структури приросту фізичних якостей хлопчиків різних соматотипів упродовж 7-9 років. Аналіз літературних джерел виявив, що основу вдосконалення фізичних якостей складають дані про сенситивні періоди їх розвитку, які частково не співпадають при порівнянні інформації чинної програми з фізичного виховання та різних дослідників, що свідчить про існування протиріччя між теорією і практикою в питанні ефективності вирішення відповідного завдання, а одна з причин зазначеного полягає в суттєвих розбіжностях між хлопцями однакового віку в морфофункціональних показниках, рівні розвитку фізичних якостей. Урахувати в комплексі ці та деякі інші індивідуальні особливості можна, використавши одну з інтегральних характеристик – соматичний тип конституції, а з існуючих способів його діагностики – схему Штефко-Островського в модифікації С. С. Дарської. Разом з тим, маловивченим в аспекті зазначеного є питання наявності чи відсутності розбіжностей між сенситивними періодами розвитку фізичних якостей хлопчиків різних соматотипів у 7-10 років, а виконані на одному і тому самому контингенті комплексні дослідження цих якостей взагалі відсутні.

2. Щорічні темпи приросту результатів по відношенню до їх загальних змін у хлопчиків різних соматотипів суттєво відрізняються між собою, що свідчить про неспівпадіння в них сенситивних і критичних періодів розвитку всіх досліджуваних фізичних якостей та необхідність урахування отриманих даних у процесі фізичного виховання.

3. Структура щорічного приросту фізичних якостей у хлопців різних соматотипів суттєво відрізняється між собою за якісним складом в деякі періоди – також і за кількістю факторів, що її визначають. Аналогічними розбіжностями характеризується кожний період з 7 до 9 років у хлопців однакового соматотипу. Зазначене свідчить про неоднаковий внесок кожної фізичної якості в загальну структуру їх приросту, а отже про різну кількість занять, спрямованих на розвиток певної фізичної якості впродовж навчального року.

4. У хлопчиків молодшого шкільного віку різних соматотипів розвиваються всі фізичні якості, але відзначаються неоднаковою динамікою, щорічними темпом приросту і кількістю показників, які в кожному соматотипі щорічно суттєво покращуються, погіршуються чи не змінюються, що призводить до розбіжностей між цими типами в субкритичних та періодах високого (сенситивні), середнього, низького темпів розвитку зазначених якостей.

5. Отримані дані свідчили про суттєве покращення в хлопчиків різних соматотипів усіх фізичних якостей з 7 до 10 років, але з виразними особливостями їх щорічних змін, що полягали в неоднаковій спрямованості та прирості результатів в певний період. Одна з причин зазначеного може полягати в неоднакових періодах, упродовж яких у хлопців різних соматотипів інтенсифікуються й уповільнюються процеси росту, що в першому випадку призводить до незначного покращення лише окремих фізичних якостей, у той час як в іншому – до суттєвого збільшення більшості з них. Разом з тим, в останньому випадку склад таких якостей в хлопців однакового віку, але різної соматичної конституції, суттєво відрізняється між собою. Зазначене обумовлює необхідність детальнішого вивчення особливостей розвитку фізичних якостей хлопців, насамперед, в аспекті щорічних темпів їх приросту по відношенню до загального (визначеного у 7 і 10 років) приросту, що сприятиме встановленню обумовленої типом соматичної конституції гетерохронії в розвитку

досліджуваних якостей з виокремленням сприятливих і найменш сприятливих періодів для цілеспрямованого впливу на них у процесі фізичного виховання.

6. В молодшому шкільному віці у хлопчиків різних соматотипів відбувається розвиток усіх фізичних якостей. Разом з тим, він відзначається неоднаковими величинами приросту та, кількістю результатів, які суттєво покращуються впродовж кожного року навчання.

7. Структура щорічного приросту фізичних якостей у хлопців різних соматотипів суттєво відрізняється між собою за якісним складом в деякі періоди – також і за кількістю факторів, що її визначають. Аналогічними розбіжностями характеризується кожний період з 7 до 10 років у хлопців однакового соматотипу. Зазначене свідчить про неоднаковий внесок кожної фізичної якості в загальну структуру їх приросту, а отже про різну кількість занять, спрямованих на розвиток певної фізичної якості впродовж навчального року.

Проведене дослідження не претендує на вичерпне розв'язання всіх аспектів піднятої проблеми. Подальші дослідження доцільно спрямувати на вдосконалення шляхів і способів реалізації отриманих емпіричних даних у напрямку підвищення ефективності змісту фізичного виховання в загальноосвітньому навчальному закладі для вирішення оздоровчих завдань, на розробку диференційованих належних нормативів оцінки фізичної підготовленості школярів, перевірку ефективності використання цих даних при спортивному відборі та підготовці юних спортсменів.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Абрамов М. С. Морфофункциональные показатели студентов и их зависимость от двигательной активности. Теория и практика физической культуры. 1985. № 2. С. 32.

2. Акопян С. С. Влияние различных режимов двигательной активности на физическое состояние взрослого мужского населения Армении : автореф. дис. на соиск. науч. степени канд пед. наук: спец. 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки и оздоровительной физической культуры». М., 1995. 22 с.

3. Алябышев А. П., Карпеев А. Г. Стандартная программа определения координационных способностей в связи с ориентацией на сложно технические виды спорта. М., 1985. С. 156–157.

4. Анохин П. К. Очерки по физиологии функциональных систем. М.: Медицина, 1975. 402 с.

5. Апанасенко Г. Л., Науменко Р. Г. Физическое здоровье и максимальная аэробная мощность. Теория и практика физической культуры. 1988. № 4. С. 29–31.

6. Апанасенко Г. Л. Эволюция биоэнергетики и здоровье человека. СПб.: МГП „Петрополис”, 1992. 123 с.

7. Арєф’єв В. Г., Єдинак Г. А. Фізична культура в школі (молодому спеціалісту): навч. посіб. Кам’янець-Подільський: ПП Буйницький О.А., 2007. 248 с.

8. Арутюнян Л. А. Совершенствование образа жизни личности как социальная задача: проблема постановки и реализации целей. : автореф. дис. на соиск. науч. степени док. филос. наук. М., 1985. 45 с.

9. Аршавский И. А. Физиологические механизмы и закономерности индивидуального развития. М.: Наука, 1982. 270 с.

10. Астанова Е. В. О некоторых тенденциях в развитии физической активности студентов педагогического вуза. Здоровый образ жизни и физическая культура студентов: Социологические аспекты. Москва-Харьков, 1990. Вып. 1. С. 45–51.

11. Бальсевич В. К. Онтокинезиология человека. М.: Теория и практика физической культуры, 2000. 275 с.

12. Бальсевич В. К., Запорожанов В. П. Физическая активность человека. К.: Здоров'я, 1987. 224 с.

13. Башкиров П. Н. Учение о физическом развитии человека. М.: Изд-во МГУ, 1962. 340 с.

14. Беглецов А. Н. Формирование двигательного навыка в барьерном беге у детей 7-11 лет: автореф. дис. на соиск. научн. степени канд. пед. наук: спец. 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки и оздоровительной физической культуры». Киев, 1982. 22 с.

15. Булгакова Н. Ж., Чеботарев И. В. Возрастные закономерности физического развития, определяющие содержания занятий физическими упражнениями. Коломна, 1997. С.20–23.

16. Бунак В. В. Антропометрия. М.: Медгиз, 1940. 368 с.

17. Бурханов А. И. Физическое развитие и состояние здоровья студентов младших курсов. Гигиена и санитария. 1984. № 12. С. 45–48.

18. Бутин И. М., Викулов А. Д. Развитие физических способностей детей. М.: Изд-во ВЛАДОС-ПРЕСС, 2002. 80 с.: ил. (Б-ка учителя начальной школы).

19. Вайнбаум Я. С. Дозирование физических нагрузок школьников. М.: Просвещение, 1991. 64 с.

20. Верхошанский Ю. В. Основы специальной физической подготовки спортсменов: [учеб. пособие]. М.: Физкультура и спорт, 1988. 331 с.

21. Виленский М. Я., Каповский Г. К. Мотивационно-ценностное отношение студентов к физическому воспитанию и пути его направленного

формирования. Теория и практика физической культуры. 1984. № 10. С. 39–42.

22. Власов В. И. Экспериментальные исследования методики воспитания быстроты и скорости бега у детей младшего и среднего возраста: автореф. дис. на соиск. науч. степени канд. пед. наук: спец. 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки и оздоровительной физической культуры». М.: ВНИИ ФК, 1971. 22 с.

23. Волков Л. В. Физическое воспитание учащихся. К.: Радянська школа, 1988. 183 с.

24. Волков Л. В. Теория и методика детского и юношеского спорта: учебник. К.: Олимпийская литература, 2005. 296 с.

25. Воропай С. Динаміка прояву силових здібностей 4-13 річних дітей центрального регіону України. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві. Луцьк, 2002. С. 176–178.

26. Выготский Л. С. Собрание сочинений: [т. 4]. М.: Педагогика, 1984. С. 244–258.

27. Губа В. П. Морфобиомеханический подход как основа возрастного физического воспитания и спорта. Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 1999. № 3/4. С. 21–26.

28. Губа В. П. Морфобиомеханические исследования в спорте. М.: СпортАкадемПресс, 2000. 120 с.

29. Гужаловский А. А. Физическое воспитание школьников в критические периоды развития. Теория и практика физической культуры. 1977. № 7. С. 12–14.

30. Дарская С. С. Техника определения типов конституции у детей и подростков. Оценка типов конституции у детей и подростков. М., 1975. С. 45–54.

31. Должункова И. П. Методика индивидуального дозирования нагрузок на выносливость при физическом воспитании студентов

подготовительного отделения : автореф. дис. на соиск. науч. степени канд. пед. наук: спец. 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки и оздоровительной физической культуры». М., 1991. 22 с.

32. Дорохов Р. Н., Губа В. П. Спортивная морфология: учебн. пособ. М.: СпортАкадемПресс, 2002. 236 с.

33. Дробний П. Д. Паспортизація фізичного розвитку дітей молодшого шкільного віку на базі антропометричних критеріїв оцінки: дис. ...канд. пед. наук : 13.00.04. Харків, 1994. 145 с.

34. Единак Г. А. Индивидуализация процесса развития двигательных способностей юношей 15-17 лет разных соматических типов на уроках физической культуры: автореф. дис. на соиск. науч. степени канд. пед. наук: спец. 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки и оздоровительной физической культуры». М.: НИИ ФДиП РАО, 1992. 23 с.

35. Ежевская К. А. Особенности динамики показателей скоростных способностей детей 4-5 лет в условиях стандартной тестовой тренировочной программы в детском саду. Теория и практика физической культуры. 1995. № 3. С. 15–18.

36. Жабин Ю. Ф., Жуковский Ю. Т. Совершенствование физического воспитания студентов в нефизкультурных вузах на основе спортивной ориентации. Теория и практика физической культуры. 1986. № 3. С. 19.

37. Железняк Ю. Д., Петров П. К. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте: [учеб. пособие]. М.: Издательский центр «Академия», 2002. 264 с.

38. Жолдак В. И. Социология физической культуры и спорта: учеб. Пособие. М.: МОГИФК, 1992. 251 с.

39. Зайцева В. В. Методология индивидуального подхода в оздоровительной физической культуре на основе современных информационных технологий: автореф. дис. на соиск. науч. степени доктора

пед. наук: спец. 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки и оздоровительной физической культуры»; 03.00.13 «Физиология человека и животных». М., 1995. 41 с.

40. Зубаль М. В. Динаміка фізичних якостей хлопців різних соматотипів у 7-17 років. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: наукова монографія [за ред. проф. Єрмакова С.С.]. Харків: ХДАДМ (ХХП), 2008. № 5. 168 с. (укр., рос., польс., англ. мов.).

41. Зубцов Р. Г. Исследование особенностей скоростно-силовой подготовленности студентов в процессе учебного года. Теория и практика физической культуры. 1982. № 11. С. 68–70.

42. Иванова О. А., Поддубная Ж. В. Все о стретчинге. М: Национальная школа аэробики, 1991. 32 с.

43. Карпеев А. Г. Двигательная координация человека в спортивных упражнениях баллистического типа: [учеб. пособие]. Омск: СибГАФК, 1998. 322 с.

44. Клиорин А. И., Чтецов В. П. Биологические основы учения о конституциях человека. Л.: Наука, 1979. 164 с.

45. Козлов В. И. Прогрессирование дефицита двигательной активности у студенток и выбор средств его компенсации: автореф. дис. на соиск. науч. степени канд пед. наук: спец. 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки и оздоровительной физической культуры» М.-Малаховка, 1995. 16 с.

46. Колобов В. М. Динамика физической подготовленности студентов БМСХ в соответствии с требованиями комплекса ГТО. Соверш. системы физ. восп. студенческой молодежи: Тез. докл. X респуб. науч-метод. конф. Могилев, 1985. С. 74–75.

47. Колосовская Л. А., Левина Е. П., Куликовский С. П. Формирование интереса к самостоятельным занятиям физической культурой студентов-

медиков. Межд. науч. конгресс "Физич. культ, спорт, туризм в новых условиях развития стран СНГ. Минск: Тессей, 1999. С. 184–186.

48. Коршевер Н. Г. Физиологическая оценка адаптации и прогнозирования успешности профессионального обучения и становления молодых военных специалистов: автореф. дис. на соиск. науч. степени док. мед. наук: спец. 14.03.03. «Нормальная физиология». Казань-Самара: Казан. нац. мед. ун-т, 1995. 41 с.

49. Костюкевич В. М. Спортивна метрологія: навч. посіб. для студентів факультетів фізичного виховання педагогічних університетів. В.: ДОВ «Вінниця», ВДПУ, 2001. 183с.

50. Кравчук А. И. Исследование способности управлять своими движениями у детей 4-7 лет с учетом их возраста, пола и двигательной подготовленности. Пути управления технической подготовкой спортсменов. Омск: ОГИФК, 1980. С. 14–15.

51. Круцевич Т. Ю. Управление физическим состоянием подростков в системе физического воспитания: автореф: дис. на соиск. науч. степени доктора наук по физ. восп. и спорту: спец. 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення». К.: НУФВиСУ, 2000. 44 с.

52. Кузнецова З. И. Когда и чему: Критические периоды развития двигательных качеств школьников. Физическая культура в школе. 1976. № 1. С. 7.

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

54. Кыверялг А. А. Методы исследования в профессиональной педагогике: [учеб. пособ.]. Таллин: Валгус, 1980. 334 с.

55. Лабскир В. М. Социологический анализ физической культуры будущих инженеров. Здоровье студентов. Здоровый образ жизни и физ. культ. студентов: Социологические аспекты. [Под ред. Лабскира В.М. и Столярова В.И.]. Москва-Харьков, 1990. Вып. 1. С. 10–43.

56. Линець М. М. Основи методики розвитку рухових якостей: [навч. посіб.]. Львів: Штабар, 1997. 272 с.

57. Любомирский Л. Е. Закономерности развития сенсомоторных функций у детей школьного возраста: автореф. дис. на соиск. науч. степени доктора биол. наук: спец. 03.00.13 «Физиология человека и животных». М., 1989. 35 с.

58. Лях В. И. Сенситивные периоды развития координационных способностей школьников. Теория и практика физической культуры. 1990. № 9. С. 10–14.

59. Лях В. И. Тесты в физическом воспитании школьников: пособ. [для учителя]. М.: ООО „Фирма „Издательство АСТ”, 1998. 272 с.

60. Лях В. И. Координационные способности: диагностика и развитие. М.: ТВТ Дивизион, 2006. 290 с.

61. Макареня В. В., Зеленюк О. В. Физическое самосовершенствование студента: метод. реком. для самостоятельных занятий спортивной ходьбой и бегом. К.: КМИУАНМ, 1998. 10 с.

62. Маломужев И. М. Методика применения регулярных беговых тренировок в подготовке студентов: автореф. дис. на соиск. науч. степени канд пед. наук: спец. 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки и оздоровительной физической культуры». М.-Малаховка, 1991. 20 с.

63. Маслов М. С. Учение о конституциях и аномалиях конституции в детском возрасте. Л.: «Наркомздрав», 1925. 87 с. (Анатомія та її застосування).

64. Матвеев А. П., Мельников С. Б. Методика физического воспитания с основами теории: учеб. пособие [для студентов пед. ин-тов и учащихся пед. уч-щ]. М.: Просвещение, 1991. 191 с.: ил.

65. Медико-біологічні основи валеології: [навч. посібник / за заг. ред. П.Д. Плахтія]. Кам'янець-Подільський: Кам'янець-Подільський державний педагогічний університет, інформаційно-видавничий центр, 2000. 408 с.

66. Морфофункциональные, психофизиологические показатели и двигательные качества детей 7-10-летнего возраста разных типов конституции: [метод. рекоменд./ под ред. В. Ю. Давыдова]. Волгоград: ВГИФК, 1994. 32 с.

67. Мухамедалиев А. А., Асарбаева А. К. Особенности психических качеств и свойств личности студентом в процессе занятий физической культурой и спортом. Психологическое обеспечение подготовки спортсменов: сб. науч. статей. Алма-Ата, 1987. С. 122–128.

68. Никитюк Б. А., Гладышева А. А. Анатомия и спортивная морфология: учеб. пособ. [для институтов физ. культуры]. М.: Физкультура и спорт, 1989. 176 с., ил. (практикум).

69. Никитюк Б. А. Интеграция знаний в науках о человеке (интегративная анатомическая антропология). М.: СпортАкадемПресс, 2000. 440 с.

70. Основы теории и методики физической культуры: [учебн. для техн. физ. культуры / под ред. А. А. Гужаловского]. М.: Физкультура и спорт, 1986. 352 с.

71. Попенченко В. В. Пути повышения эффективности учебного процесса по физическому воспитанию студентов в вузе: метод. пособие для преподавателей вузов. М.: Высшая школа, 1979. 125 с.

72. Програма для загальноосвітніх навчальних закладів. Фізична культура. 5-12 класи: навчально-практичне видання. Ірпінь: ВТФ «Перун», 2005. 272 с.

73. Реблиц Г. Задачи и содержание физического воспитания в вузах ГДР. Вопросы физического воспитания студентов: межвуз. сборн. Ленинград, 1978. 96 с.

74. Ровний А. С. Сенсорні механізми управління точнісними рухами людини. Харків: ХаДАФК, 2001. 220 с.: ил., табл. Бібліогр. С. 206–218.

75. Рогинский Я. Я. Можно ли связать строение тела с характером ? Природа. 1972. № 2. С. 52–59.

76. Сергієнко Л. П. Тестування рухових здібностей школярів. К.: Олімпійська література, 2001. 439 с.

77. Спортивная метрология: [учеб. для ин-тов физ. культуры / под ред. В. М. Зациорского]. М.: Физкультура и спорт, 1982. 256 с.

78. Федорак О. В., Єдинак Г. А. Уроки фізичної культури для хлопців-підлітків: корекція фізичного стану на основі врахування типу соматичної конституції. Кам'янець-Подільський: ПП Зарицкий А.М., 2005. 64 с.

79. Хрисанфова Е. Н., Перевозчиков И. В. Антропология. М.: Изд-во МГУ, 1991. 421 с.

80. Штефко В. Г., Островський А. Д. Схемы клинической диагностики конституцио-нальных типов. М.-Л.: Медгиз, 1929. 56 с.