

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 «САМОРЕАЛІЗАЦІЯ І САМОЗДІЙСНЕННЯ ДИТИНИ У ШКІЛЬНІЙ
СПОРТИВНІЙ СЕКЦІЇ»**

Виконав: студент 2 курсу, групи FK1-M23,
спеціальності 014 Середня освіта
(Фізична культура)

Маматов Олег Олегович

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

Рецензент: Галаманжук Л. Л.,
доктор педагогічних наук, професор

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1 САМОРЕАЛІЗАЦІЯ І САМОЗДІЙСНЕННЯ ДИТИНИ У ШКІЛЬНІЙ СПОРТИВНІЙ СЕКЦІЇ ЯК ПЕДАГОГІЧНА ПРОБЛЕМА.....	8
1.1 Самореалізація і самоздійснення у системі фізичного виховання.....	8
1.2 Самостійні заняття як форма самореалізації і самоздійснення дитини у фізичному вихованні.....	17
1.3 Інноваційні ідеї і підходи до формування бажання дитини здійснювати саморозвиток у шкільному фізичному вихованні	24
РОЗДІЛ 2 МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ.....	30
2.1 Методи дослідження	30
2.2 Організація дослідження	34
РОЗДІЛ 3 ХАРАКТЕРИСТИКА МОРФОФУНКЦІОНАЛЬНОГО СТАНУ УЧНІВ БАЗОВОЇ ШКОЛИ.....	35
3.1 Статистична характеристика емпіричних даних хлопчиків.....	35
3.2 Зміна у показниках морфофункціонального стану хлопчиків	36
3.3 Зміна у соматичному здоров'ї хлопчиків.....	40
3.4 Зміна у фізичних можливостях хлопчиків.....	43
3.5 Факторний аналіз фізичного стану хлопчиків.....	44
3.6 Взаємозв'язки зміни фізичного здоров'я та фізичної підготовленості хлопчиків.....	49
РОЗДІЛ 4 ОРГАНІЗАЦІЙНО-МЕТОДИЧНІ УМОВИ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ САМОРЕАЛІЗАЦІЇ І САМОЗДІЙСНЕННЯ ДИТИНИ У ШКІЛЬНІЙ СПОРТИВНІЙ СЕКЦІЇ	53
ВИСНОВКИ....	57
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	60

ВСТУП

Актуальність теми. Успіх фізичного виховання у закладі загальної середньої освіти значною мірою визначається забезпеченням самоздійснення і самореалізації дитини. Без усвідомленого, систематичного та мотивованого навчання неможливо досягти успіху у вирішенні завдань фізичного виховання [15; 71].

Одним із важливих аспектів є урахування в дитини комплексу індивідуальних особливостей, адже це сприятиме формуванню його інтересу і бажання до здійснення фізичної активності [17; 38]. Іншим аспектом проблеми є вибір оптимальних засобів, методів, параметрів фізичного навантаження, що становитимуть педагогічні технології і методики, спрямовані на вирішення означеної проблеми та можуть використовуватися учителями для досягнення визначеної мети [35; 39].

Чинна програма з фізичної культури для дітей різного віку [34] визначає рівень фізичного розвитку, здоров'я, підготовленості як критерії для реалізації диференційованого, індивідуального підходів до дітей у процесі фізичного виховання. Зазначені відзначаються лабільністю, тобто зміною відповідних характеристик під впливом різних зовнішніх чинників а отже лише частково відображають індивідуальні особливості дітей [32; 63].

Засвідчено можливість покращити окремі показники фізичного стану підлітків у процесі фізичного виховання, враховуючи особливості щорічної зміни структури їхніх показників фізичного стану.

Проведене нами анкетування школярів 5-х класів (248 осіб) показало: близько 71,8% вважають, що заняття фізичною культурою зміцнюють організм, однак самотійно тренуються близько 30% міських, 21% – райцентру і тільки 4% сільських, які в основному виконують сільгоспроботу. У спортивних секціях займаються 31% (і це тільки міські діти), самотійно роблять ранкову зарядку 31,5% школярів. Усі розуміють, що розвиватися

фізично необхідно, цікаво і, на перший погляд, нескладно. Проте до самостійної роботи з фізичної культури школярі не підготовлені.

За цих умов доцільно використовувати такі підходи, засоби впливу на підлітків, котрі б відповідали гуманістичному принципу – “спонукати”, а не “примушувати”, підвищували інтерес до діяльності, на яку їх орієнтує педагог, забезпечували перебудову мотиваційної сфери учнів, формували позитивну спрямованість на самостійну оздоровчу діяльність, що значною мірою залежить від умінь учителя готувати підлітків до самостійних занять фізичною культурою.

Отже, враховуючи важливу роль уроків фізичного виховання та занять у спортивній секції з обраного виду спорту, а також умови зниження рухової активності (у тому числі фізкультурно-спортивної та оздоровчої), виникає потреба у розробці теоретико-методичних рекомендацій, пов'язаних із забезпеченням самоздійснення і самореалізації дитини у процесі фізичного виховання.

Дипломна робота магістра зроблена відповідно до плану науково-дослідної роботи на 2019-2024 роки наукової лабораторії «Гендерні профілактично-оздоровчі технології фізичного виховання та реабілітації» Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Роботу виконано у рамках колективної теми «Програмування профілактично-оздоровчих і розвивальних технологій фізичної активності дітей та молоді». Роль автора полягає у такому: на теоретичному рівні було одержано необхідну ретроспективну інформацію; на емпіричному рівні одержана поточна інформація стосувалася даних про морфофункціональні показники, показники здоров'я, фізичної підготовленості й працездатності учнів базової школи.

Об'єкт дослідження – шкільне фізичне виховання.

Предмет дослідження – зміни у комплексі показників учнів базової школи.

Мета дослідження – сприяти на практиці забезпеченню самоздійснення і самореалізації учнів базової школи.

Завдання дослідження:

1. Вивчити стан реалізації проблеми самоздійснення і самореалізації дітей у системі фізичного виховання.
2. Визначити зміну і взаємозв'язки у морфофункціональних показниках, соматичному здоров'ї, фізичній працездатності й підготовленості учнів базової школи.
3. Розробити організаційно-методичні умови для забезпечення самоздійснення і самореалізації учнів базової школи.

Методи дослідження. Для вирішення поставлених завдань були використані різні методи дослідження, що залежало від рівня дослідження. Так, на теоретичному рівні основними методами такі, що використовували методи з групи загальнонаукових, зокрема аналіз, синтез, узагальнення наукових, джерел інформації. За допомогою цих методів опрацьовували інформацію джерел інтернету, а також літературні й документальні джерела. Останні обирали для опрацювання з фонду бібліотеки і репозитарію Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Частково необхідний матеріал отримали з наукометричних баз Scopus та Web of Science. Тут використовували ключові слова, їхні комбінації й аббревіатури.

На емпіричному рівні передбачалося збір поточної інформації з використанням таких методів: педагогічний експеримент, педагогічне тестування, комплекс медико-біологічних методів, методи математичної статистики.

Педагогічні методи, а саме тестування, дозволило одержати дані для опрацювання з позиції фізичної підготовленості. Педагогічний експеримент був організований як констатувальний, а це дозволяло адекватній організації дослідження.

Медико-біологічні методи, а саме антропометрію, пульсометрію, спірометрію, динамометрію, сфігмоманометрію було

використано для отримання даних щодо морфофункціональних характеристик, показників здоров'я та фізичної працездатності.

Для опрацювання отриманих емпіричних даних було застосовано адекватні методи математичної статистики. Такі методи дозволили отримати інформацію про середнє арифметичне, стандартне відхилення, помилку середнього, критерій Стюдента, парний кореляційний аналіз.

Практичне значення одержаних результатів. Одержані у дослідженні дані дозволяють певною мірою створити передумови для забезпечення самоздійснення і самореалізації учнів у процесі фізичного виховання та шкільній спортивній секції. Пропоновані теоретичні та емпіричні дані можуть використовуватися під час лекційних занять, проведення практичних занять для здобувачів вищої освіти на першому (бакалаврському) та другому (магістерському) рівнях вищої освіти за спеціальностями А4 «Середня освіта (Фізична культура)» та А7 «Фізична культура і спорт».

Апробація результатів дослідження. Основні результати дослідження викладалися на наукових конференціях. Такими були: щорічна Всеукраїнська науково-практична інтернет конференції «Формування здорового способу життя студентської та учнівської молоді засобами освіти» (Кам'янець-Подільський, 2023, 2024 роки); науково-практична конференція аспірантів, викладачів, магістрантів Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка (Кам'янець-Подільський, 2023, 2024 роки).

Публікації. Окремі результати дослідження були викладені в одній науковій публікації – О. Маматов, Г. Єдинак: Деякі аспекти створення дитині можливостей здійснювати самореалізацію і самоздійснення у шкільному фізичному вихованні. *Збірник матеріалів наукових досліджень студентів і магістрантів Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Факультет фізичної культури [Електронний ресурс].*

Кам'янець-Подільський : Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2024. Вип. 16. С. 98-102.

Структура та обсяг дипломної роботи магістра. Роботу викладено на 66 сторінках, з яких 59 – основного тексту. Обсяг роботи передбачає вступ, чотири розділи, висновки, список 71 використаного джерела інформації.

ВИСНОВКИ

1. Аналіз наукової та науково-методичної літератури свідчить, що проблема комбінованої дії екологічних та соціальних факторів на організм дитини потребує наукового вивчення та узагальнення з метою обов'язкового урахування під час реалізації комплексу заходів, пов'язаних з нейтралізацією негативних наслідків такої дії засобами фізичного виховання. Серед такого комплексу одне з провідних місць посідає самореалізації і самоздійснення дитини у напрямі практичної реалізації рухової активності. Остання може відбуватись у різних формах, проте провідною тут повинна бути секційна робота у школі.

2. Одним із важливих завдань забезпечення самореалізації та самоздійснення є вдосконалення програми фізичного виховання учнів, відповідне нормативне забезпечення цього процесу, оскільки загальновідомо, що прагнення показати високий результат стимулює, заохочує і спонукає до дій, яка у нашому випадку стосується рухової активності. Проте діти відрізняються між собою рівнем вияву різних психофізіологічних і рухових показників. Свідченням цього є встановлення стандартів і складання оціночних таблиць фізичного стану, що не завжди відповідають реаліям, а значить потребують корекції, передусім на місцевому рівні. Ураховуючи оздоровчу спрямованість фізичного виховання, під час розробки стандартів фізичної підготовленості, функціональних можливостей і здоров'я необхідно передбачити відображення в цих індивідуальних особливостей та заохочувати дітей до додаткових занять стимулювальними балами у цих стандартах.

3. Встановлено, що у період 13-14 років динаміка антропометричних показників хлопчиків характеризуються певними особливостями. Так, найбільші річні величини приросту в довжині тіла (12,4%), маси тіла (18,6%) та ЖЄЛ (21,2%) встановлено у смт. Стара Ущиця, що разом із зменшенням

жировідкладень на 35,7% та відносно високими значеннями ОГК вказує на більш виразні ростові процеси у 13-річних хлопчиків цього населеного пункту порівняно з однолітками м. Дунаївці та Кам'янця-Подільського. У них такі процеси відбуваються значно повільнішим темпом. У 14-річному віці темпи приросту в окремих показниках дещо змінюються, – в першу чергу в мешканців усіх населених пунктів збільшується індекс фізичного розвитку, але водночас зберігається тенденція, встановлена у віці 13 років.

4. Динаміка розподілу хлопчиків за функціональними рівнями стану соматичного здоров'я виявила, що найбільшою кількістю середніх оцінок відзначаються підлітки Кам'янця-Подільського, – відповідно 44,2-58,3 та 32,5-54,2%, найменшою – однолітки із Старої Ущиці – 14,3-33,3% у хлопчиків, 8,3% – у 13-річних.

Аналогічна картина встановлена для кількості вище середнього рівня здоров'я: м. Кам'янець-Подільський – 2,8-7,0% хлопчиків; м. Дунаївці – 2,6% у 14 років та 2,9-6,3% у 13 і 14 років; смт. Стара Ущиця – відсутній.

Низьким рівнем відзначаються: смт. Стара Ущиця – 14,3% хлопчиків у 13 років, 8,3% і 16,7%; у м. Дунаївці та Кам'янці-Подільському таких не встановлено. При цьому, в усіх населених пунктах найбільша кількість школярів 13-14 років відзначається нижче середнім рівнем здоров'я.

5. Встановлено, що загальною особливістю 13-14-річних школярів є суттєве зниження швидкісної сили в стрибках, рухливості у попереку, координації в човниковому бігу та рівновазі, швидкісних можливостей у бігу ($p < 0,05 \div 0,001$). Разом з тим підлітки, які мешкають у сільській місцевості та в умовах малого міста відзначаються меншими, порівняно з однолітками Кам'янця-Подільського, величинами прояву швидкісної сили та гнучкості, хоча рівень рухової активності учнів знаходиться практично на однаковому рівні.

6. Результати факторного аналізу свідчать про певні спільні ознаки, обумовлені особливості структури фізичного стану підлітків і дозволяють виокремити головні з них: антропометричні та фізіометричні показники в

кожному віці розташовуються поряд з руховими тестами, що може вказувати на взаємний вплив їх фізичної підготовленості та соматичного здоров'я; певні відмінності у факторній структурі підлітків, які мешкають в різних умовах вказує на необхідність її урахування і, зокрема, шляхом реалізації диференційованого підходу до змісту процесу фізичного виховання.

7. На підставі отриманих даних запропоновано найбільш оптимальну спрямованість і співвідношення засобів педагогічного впливу в процесі фізичного виховання підлітків, мешканців різних територіальних утворень.

Запропоновані тести для використання у практиці секційної роботи для формування самореалізації та самоздійснення хлопчиків у діяльності секції з виду спорту.

Запропоновано 3 варіанти програм, спрямованих на вирішення різних завдань фізичного виховання, що сприятимуть посилення мотивації хлопчиків до самореалізації та самоздійснення у процесі фізичного виховання. Рекомендується використання цих варіантів програми у секційній діяльності в закладі загальної середньої освіти.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Апанасенко Г. Л., Попова Л. А., Магльований А. В. Санологія (медичні аспекти валеології) : підручник. Львів : Кварт, 2011. 303 с.
2. Арєф'єв В. Г., Єдинак Г. А. Фізична культура в школі (молодому спеціалісту) : навч. посібник. Кам'янець-Подільський : Абетка-Нова, 2001. 383 с.
3. Арєф'єв В. Г. Основи теорії і методики фізичного виховання. Кам'янець-Подільський : ПП Буйницький О. А., 2011. 368 с.
4. Арєф'єв В. Г. Теоретико-методичні засади диференціації розвивально-оздоровчих занять з фізичної культури учнів основної школи : авторєф. дис... д-ра пед. наук: 13.00.02 Національний педагогічний ун-т імені М. П. Драгоманова. Київ, 2014. 40 с.
5. Безверхня Г. В. Мотивація до занять фізичною культурою та спортом школярів 5-11 класів : авторєф. дис. канд. наук з фіз. вих. і спорту : 24.00.02 ЛДУФК. Львів, 2014. 23 с.
6. Бєрбєнець О. С., Семененко В. П., Ткачук С. В. Формування відношення учнів 6-7 класів до предмету «Фізична культура» в закладах середньої освіти. *Молодий вчений*. № 4.3. 2018. С. 1-4.
7. Босенко А. І. Методичні засади розвитку адаптаційних можливостей учнів основної школи у процесі занять фізичним вихованням : авторєф. дис... д-ра пед. наук : 13.00.02 Чернігівський національний пед. ун-т імені Т. Г. Шевченка. Чернігів, 2017. 43 с.
8. Васкан І. Г. Розвиток рухової активності підлітків у позаурочній діяльності : авторєф. дис... канд. пед. наук : 13.00.02 Східноєвропейський національний ун-т імені Лесі Українки. Луцьк, 2015. 20 с.
9. Васьков Ю. В. Теорія і методологія дидактичних основ фізичного виховання у загальноосвітніх навчальних закладах : монографія. Харків : Ранок; 2011. 392 с.

10. Вільчковський Е. С., Денисенко Н. Ф., Цось А. В., Шиян Б. М. Оптимізація фізичного виховання дитини у вітчизняній системі освіти : монографія. Запоріжжя : ЗОППО, 2010. 250 с.
11. Воропай С. Динаміка прояву силових здібностей 4–13-річних дітей центрального регіону України. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*. 2002. С. 176–178.
12. Галаманжук Л. Л., Балацька Л. В., Єдинак Г. А. Організація і методика фізичної активності дітей дошкільного віку з формування рухового потенціалу : навч. посібник. Кам'янець-Подільський : ТОВ «Друкарня Рута», 2014. 160 с.
13. Галаманжук Л. Л., Єдинак Г. А. . Основи наукових досліджень : навч.-метод. посібник. Кам'янець-Подільський : Рута, 2019. 189 с.
14. Галаманжук Л. Л. Превентивний розвиток рухової активності дітей дошкільного віку : монографія. Кам'янець-Подільський : ПП «Медобори-2006», 2015. 500 с.
15. Герасимчук А. Ю., Галаманжук Л. Л., Єдинак Г. А. Програмування занять фізичними вправами превентивної спрямованості для 6-річних дітей: навч. посібник. Кам'янець-Подільський : ТОВ «Друкарня Рута», 2014. 180 с.
16. Добринський В. С. Рейтингова оцінка фізичної підготовленості підлітків як засіб підвищення мотивації до систематичних занять фізкультурою : автореф. дис.. канд. наук з фіз. виховання та спорту : 24.00.02 Львівський державний ун-т фізичної культури. Львів, 2000. 18 с.
17. Дубогай О. Д., Завидівська Н. Н. Фізичне виховання і здоров'я : навч. посібник. Київ : УБС НБУ, 2012. 270 с.
18. Дутчак М. В. Спорт для всіх в Україні: теорія та практика : монографія. Київ : Олімп. л-ра, 2009. 279 с.
19. Дутчак М. В., Круцевич Т. Ю., Трачук С. В. Концептуальні напрями вдосконалення системи фізичного виховання школярів і студентів для впровадження здорового способу життя. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2010. № 2. С. 116-119.

20. Дутчак М. Перспективні напрями наукового супроводження реалізації національної стратегії з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року «рухова активність – здоровий спосіб життя – здорова нація». *Вісник Прикарпатського ун-ту. Серія: Фізична культура*, 2017. Випуск 27-28. С. 89-93.

21. Дубогай О. Д. Комплексна методика вивчення й оцінки рухового розвитку організму молодших школярів. *Основи здоров'я та фізична культура*. 2007. № 6. С. 10-13.

22. Єдинак Г. А., Мисів В. М., Юрчишин Ю. В. Фізична культура у загальноосвітньому навчальному закладі : навч. посібник. Кам'янець-Подільський : Рута, 2014. 251 с.

23. Єдинак Г. А., Плахтій П. Д., Яценюк Ю. П. Фізична культура в школі (молодому спеціалісту) : метод. посібник. Кам'янець-Подільський : Абетка, 2000. 305 с.

24. Зубаль М. В., Єдинак Г. А. Організаційно-методичні основи вдосконалення фізичних якостей хлопців 7–17 років у процесі фізичного виховання : метод. рекомендації. Кам'янець-Подільський, 2008. 156 с.

25. Іванова Л. І., Путров С. Ю., Карпюк Р. П. Теорія і методика оздоровчої фізичної культури: навч. посібник. Київ : Козарі, 2010. 276 с.

26. Клепальський Д. М. Вплив спортивних свят на формування мотивації учнів 12-13 років до занять фізичними вправами : кваліфікаційна робота... магістра. 014 Сумський держ. пед. ун-т імені А. С. Макаренка. Суми, 2021. 63 с.

27. Круцевич Т. Ю., Воробйов М. І., Безверхня М. М. Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків і молоді : навч. посібник. Київ : Олімп. л-ра, 2011. 224 с.

28. Курок О. І. Психолого-педагогічні аспекти навчання складним руховим діям : навч. посібник. Глухів : РВВ ГДПУ, 2006. 137 с.

29. Левандовська Л. Ю. Диференціація фізичного виховання підлітків з урахуванням психофізичних особливостей : автореф. дис... канд. наук з фіз.

виховання та спорту : 24.00.02 ДВНЗ «Прикарпатський національний ун-т імені Василя Стефаника». Івано-Франківськ, 2017. 19 с.

30. Маліков М. В., Богдановська Н. В., Сватсьєв А. В. Функціональна діагностика у фізичному вихованні та спорті : навч. посібник. Запоріжжя : ЗНУ, 2006. 246 с.

31. Мандюк А. Б. Рухова активність в інформаційному середовищі учнів загальноосвітніх шкіл віком 12-14 років. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія : Педагогічні науки*. 2018. Вип. 152(2). С. 97-101.

32. Малхазов О. Р. Психологія та психофізіологія управління руховою діяльністю: монографія. Київ: Євролінія, 2002. 320 с.

33. Марчик В. І., Мінжоріна І. Л. Функціональні проби та індекси в дослідженні фізичного стану людини : метод. рекомендації. Кривий Ріг : КДПУ, 2016. 64 с.

34. Навчальна програма з фізичної культури для загальноосвітніх навчальних закладів. 5-9 класи. Рівень стандарту. Київ, 2021. 110 с.

35. Носко М. О., Воєділова О. М., Гаркуша С. В., Носко Ю. М. Рухова активність і заняття фізичними вправами як необхідна умова здоров'язбереження. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія : Педагогічні науки*. 2018. Вип. 151(2). С. 44-51.

36. Олексієнко Я. І. Формування мотивації до занять фізичною культурою у школярів – запорука зміцнення їхнього здоров'я. – URL: www.pdaa.edu.ua/np/pdf2/5.pdf

37. Омеляненко В. Л., Кузьмінський А. І. Теорія і методика навчання : навч. посібник. Київ : Знання, 2008. 415 с.

38. Остапенко О. Виховання в учнів 8-9 класів інтересу до занять фізичною культурою. *Фізичне виховання в школі*. 2002. № 2. С. 19–23.

39. Платонов В. М. Рухові якості та фізична підготовленість спортсменів. Київ : Олімп. л-ра, 2017. 656 с.

40. Рибковський А. Г., Канішевський С. М. Системна організація рухової активності людини: монографія. Донецьк : ДонНУ, 2003. 436 с.
41. Ровний А. С., Ровний В. А., Ровна О. О. Фізіологія рухової активності : підручник. Харків, 2014. 343 с.
42. Сергієнко Л. П., Чекмарьова Н. Г., Хаджинов В. А. Психомоторика: контроль та оцінка розвитку: навч. посібник. Харків: ОВС, 2012. 270 с.
43. Теорія і методика фізичного виховання. Загальні основи теорії та методики фізичного виховання : підручник [в 2-х т. / за ред. Т. Ю. Круцевич]. Київ : Олімп. л-ра, 2008. Т. 1. 391 с.
44. Теорія і методика фізичного виховання. Загальні основи теорії та методики фізичного виховання: підручник [в 2-х т. / за ред. Т. Ю. Круцевич]. Київ: Олімп. л-ра, 2008. Т. 2. 367 с.
45. Худолій О. М. Загальні основи теорії і методики фізичного виховання: навч. посіб. 2-е вид, стереот. Харків: ОВС, 2008. 408 с.
46. Худолій О. М., Іващенко О. В Основи науково-дослідної роботи у фізичному вихованні і спорті: навч. посібник. Харків: ОВС, 2014. 320 с.
47. Шиян Б. М., Єдинак Г. А., Петришин Ю. В. Наукові дослідження у фізичному вихованні та спорті : навч. посібник. 2-е вид., стереот. Кам'янець-Подільський : Рута, 2013. 280 с.
48. Щербань П. М. Прикладна педагогіка : навч.-метод. посібник. Київ : Вища школа, 2002. 215 с.
49. Щорічна доповідь про стан здоров'я населення України та санітарно-епідемічну ситуацію, 2018 рік. Київ, 2019. 358 с.
50. Armstrong, N., Mechelen, W. V. (2009). *Paediatric exercise science and medicine*. 2nd ed. NY: Oxford university press.
51. Bailey, R. (2010). *Physical education for learning*. Continium International Publishing Group.
52. Bouchard, C., Blair, S. N., Haskell, W. L. (2007). *Physical activity and health*. Champaign, IL: Human Kinetics.

53. Bryman, A. (2015). *Social research methods*. London: Oxford university press.
54. Creswell, J. W. (2013). *Research design: qualitative, quantitative, and mixed methods approaches*. London: Sage publications.
55. Di Tore, P. A., Schiavo, R., D'isanto, T. (2016). Physical education, motor control and motor learning: theoretical paradigms and teaching practices from kindergarten to high school. *Journal of Physical Education and Sport*, 16(4), 1293-1297. doi: 10.7752/jpes.2016.04205
56. Galamandjuk L., Siedlaczek-Szwed A., Iedynak G., Dutchak M., Stasjuk I., Prozar M., Mazur V., Bakhmat N., Veselovska T., Kljus O., Marchuk D. (2019). Evaluation of the physiological characteristics of girls with different handedness using various types of physical training. *Journal of Physical Education and Sport*, Vol 19 (Supplement issue 4), 1386-1390, doi: 10.7752/jpes.2019.s4201
57. Green, K. (2005). *Physical education*. Mayer & Mayer Verlag.
58. Hardman, K. (2011). *Contemporary issues in physical education*. Mayer & Mayer Verlag.
59. Iedynak, G., Galamandjuk, L., Dutchak, M., Balatska, L., Herasymchuk, A., Mazur V. (2017). Effectiveness of different options for teaching children basic movements due to certain handedness. *Journal of Physical Education and Sport*. 17(2). 582-589. doi:10.7752/jpes.2017.02088
60. Katzmarzyk, P. T., Silva, M. J. C. (2013). *Growth and maturation in human biology and sports*. Coimbra: University press.
61. Kirk, D., MacDonald, D., Suliva, M. O. (2013). *The handbook of physical education*. Universidad de Granada: SAGE knowledge.
62. Mackinnon, L. T., Ritchie, C. B., Hooper, S. L., Abernethy, P. J. (2003). *Exercise management: concepts and professional practice*. Champaign, IL: Human Kinetics.
63. Malina, R. M., Bouchard, C., Bar-Or, O. (2004). *Growth maturation and physical activity*. Champaign, IL: Human Kinetics.

64. Rowland, T. (2005). *Children's exercise physiology*. 2nd ed. Champaign, IL: Human Kinetics.
65. Schmidt, R. A., & Lee, T. (2013). *Motor learning and performance: from principles to application*. Champaign, IL: Human Kinetics.
66. Stidder G. (2010). *The really useful physical education book*. London: Tatlor & Francis.
67. Thomas, J. R., Nelson, J. K., & Silverman, S. J. (2011). *Research methods in physical activity*. 6th ed. Champaign, IL: Human Kinetics.
68. Vincent, W. J. (2005). *Statistic in kinesiology*. 3-rd ed. Champaign, IL: Human kinetics.
69. Wilmore, J. H., Costill, D. L., Kenney, L. W. (2012). *Physiology of sports and exercise*. 5th ed. Champaign, IL: Human Kinetics.
70. Wuest, D. A., Bucher, Ch. A. (2005). *Foundations of physical education and sport*. Mosby: Year Book Inc.
71. Zatsiorsky, V. M. (2002). *Kinetics of Human Motion*. Champaign, IL: Human Kinetics.