ЛЕКЦІЯ № 1

ТЕМА: ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧНІ ОСНОВИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ДОШКІЛЬНЯТ

Мета - сформувати в студентів систему базових знань про теоретико-методичні основи фізичного виховання дітей дошкільного віку.

Завдання:

1. Озброїти студентів найважливішими теоретичними знаннями щодо особливостей фізичного виховання дошкільнят.
2. Сприяти розвитку аналітичного мислення студентів, прищеплювати їм раціональні способи пізнавальної діяльності.
3. Сприяти формуванню наукового світогляду, моральних та етичних якостей студентського колективу.

Навчально-матеріальне забезпечення - мультимедійний проектор, презентація.

ПЛАН

1. Правове та нормативне забезпечення ФВ дітей.
2. Вікова періодизація дітей, їх характеристика.
3. Мета, завдання ФВ дітей дошкільного віку.
4. Контрольні якісні показники рівня фізичної культури дітей дошкільного віку.

Література

1. Бальсевич В.К. Физическая культура для всех и для каждого. – Москва: Физкультура и спорт, 1988. – 208 с.
2. Вільчковський Є.С., Курок О.І. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку: Навч. посіб. – Суми, 2004. – 428 с.
3. Русова С.Ф. Теорія і практика дошкільного виховання. - Львів-Краків-Париж: Просвіта, 1993. - 127 с.
4. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. – Ч.1. – Тернопіль: Богдан, 2001. – 272 с.
5. Закон України “Про фізичну культуру і спорт”. – К., 1993. – 22 с.
6. Цільова комплексна програма “Фізичне виховання – здоров’я нації”. – К., 1998. – 48 с.

1. Правове та нормативне забезпечення ФВ дітей.

Дане питання досить повно розглянуто у підручнику Б.М.Шияна “Теорія і методика ФВ школярів”, Том І. Тому в межах лекції розглядається зміст лише тих документів, які у вказаному посібнику не отримали достатнього висвітлення.

Зазначте, що правове, програмне та нормативне забезпечення ФВ дітей в Україні базується у таких основних документах:

- Закон України “Про фізичну культуру і спорт” (введено в дію Постановою Верховної Ради України від 24 грудня 1993 р.), (Зміни від 18 червня 1999 р.);
- Закон України “Про освіту” (підписаний Президентом України 26 березня 1996 р.);
- Цільова комплексна програма “Фізичне виховання – здоров’я нації” (Затверджено Указом Президента від 1 вересня 1998 р.);
- Програма виховання і навчання дітей дошкільного віку. “Дитина”. (Затверджено Міністерством освіти і науки України 1993 р.);
- Програма для загальноосвітніх навчальних закладів. 1-11 класи. “Основи здоров’я і фізична культура”. (Затверджено Міністерством освіти і науки України 29.11.2001 р.);
- “Державні тести і нормативи оцінки фізичної підготовленості населення України” (Затверджено Постановою Кабінету Міністрів України від 15 січня 1996 р.).

Характеристика кожного з них:

Демократичні перетворення, що розпочалися в Україні на початку 90-х років вплинули і на галузь фізичної культури та спорту. Так, у грудні 1993 року прийнятий перший державний документ галузі фізичної культури і спорту — **Закон України “Про фізичну культуру і спорт”,** який визначає загальні правові, соціальні, економічні і організаційні основи та цінності фізичної культури і спорту для збереження і зміцнення здоров’я, фізичного і духовного розвитку населення України.

У Статті 1 Закону подано чітке і доступне пояснення фізичної культури, а саме “Фізична культура — складова частина загальної культури суспільства, що спрямована на зміцнення здоров'я, розвиток фізичних, морально-вольових та інтелектуальних здібностей людини з метою гармонійного формування її особистості”. Дія Закону спрямована також і на покращення шкільного процесу фізичного виховання.

Процес ФВ у сфері освіти регламентується статтею 12 Закону України “Про фізичну культуру і спорт”, в якій вказано, що “ФВ становить органічну частину загального виховання, покликану забезпечувати розвиток фізичних, морально-вольових, розумових здібностей та професійно-прикладних навичок людини.

Започатковані Законом демократичні перетворення дали поштовх до розробки Державної програми розвитку фізичної культури і спорту в Україні, Концепції фізичного виховання в системі освіти України, Державних тестів і нормативів оцінки фізичної підготовленості населення України, Державних вимог

до системи фізичного виховання дітей, учнівської і студентської молоді та прийняття Цільової комплексної програми “Фізичне виховання – здоров’я нації”.

Згідно ст.. 26 цього Закону розроблена друга державна програма розвитку ФКіС в Україні, яка має назву **Цільова комплексна програма “Фізичне виховання – здоров’я нації”** і розрахована на 1999-2005 роки (далі ЦКП).

Кожна програма починається з пояснювальної записки. В ЦКП наголошується, що з початку 90-х років чисельність контингенту дітей і підлітків, залучених до регулярних занять у ДЮСШ, підліткових фізкультурно-спортивних клубах за місцем проживання, у спортивних секціях підприємств, установ та організацій скоротилася на 620 тисяч чоловік. В першу чергу це негативно позначилося на стані здоров’я дітей та підлітків, призвело до посилення антисоціальних проявів серед зазначеного контингенту. Так на 63% збільшилась кількість неповнолітніх, притягнутих до кримінальної відповідальності. Майже кожний десятий злочин в Україні вчиняється підлітками. На 60% збільшилася кількість неповнолітніх, що вживають наркотики.

ЦКП визначає необхідні зміни у підходах суспільства до зміцнення здоров’я людини як найвищої гуманістичної цінності і пріоритетного напрямку державної політики. Реалізація ЦКП передбачає збільшення чисельності дітей та підлітків, які регулярно займаються різними видами фізкультурно-оздоровчої та спортивної роботи, що має забезпечити зниження рівня злочинності серед підлітків та молоді майже на 30%, зниження вдвічі дітей, учнівської та студентської молоді, і 90% які мають відхилення у фізичному розвитку.

Що повинно покращити навчально-виховну сферу.

У навчально-виховній сфері фізичне виховання має закласти основи забезпечення та розвитку фізичного і морального здоров’я, комплексного підходу до формування розумових і фізичних якостей особистості, вдосконалення фізичної та психологічної підготовки до активного життя і професійної діяльності на принципах індивідуального підходу, пріоритету оздоровчої спрямованості, широкого використання різноманітних засобів і форм фізичного удосконалення, безперервності цього процесу.

Наголошується, що основними **принципами** змін у ФВ учнівської молоді у системі освіти є:

1) формування учнівської молоді потреби в зміцненні здоров’я засобами фізичної культури і спорту;

2) розроблення і реалізація ефективного дидактичного наповнення змісту ФВ у навчальних закладах;

3) збільшення обсягу рухової активності дітей, учнів залежно від психофізіологічної потреби в рухах;

4) удосконалення матеріально-технічного забезпечення з урахуванням сучасного економічного становища держави;

5) оптимізація управління ФВ дітей і молоді.

Для реалізації вказаних принципів у ЦКП передбачено низку відповідних заходів.

Законодавче регулювання у сфері освіти здійснюється на підставі **Законів України «Про освіту», «Про вищу освіту»** та інших, а також відповідних законодавчих актів.

Недоліками значної частини законодавчих актів є те, що окремі їхні статті не враховують особливостей **функціонування** фізкультурних структур у ринкових умовах.

Значна частина задекларованих положень залишається невиконаною і деколи механічно переписується з однієї постанови в іншу, фактично не існує системи контролю за виконанням попередніх рішень.

Разом з тим в галузі фізичної культури і спорту України створено достатню програмно-нормативну базу для успішного й ефективного розвитку сфери.

Освіта — основа інтелектуального, культурного, духовного, соціального, економічного розвитку суспільства і держави.

Метою освіти є всебічний розвиток людини як особистості та найвищої цінності суспільства, розвиток її талантів, розумових і фізичних здібностей, виховання високих моральних якостей, формування громадян, здатних до свідомого суспільного вибору, збагачення на цій основі інтелектуального, творчого, культурного потенціалу народу, підвищення освітнього рівня народу, забезпечення народного господарства кваліфікованими фахівцями.

Освіта в Україні ґрунтується на засадах гуманізму, демократії, національної свідомості, взаємоповаги між націями і народами.

<u>Стаття 3.</u> Право громадян України на освіту

1. Громадяни України мають право на безкоштовну освіту в усіх державних навчальних закладах незалежно від статі, раси, національності, соціального і майнового стану, роду та характеру занять, світоглядних переконань, належності до партій, ставлення до релігії, віросповідання, стану здоров'я, місця проживання та інших обставин. Це право забезпечується:

- розгалуженою мережею закладів освіти, заснованих на державній та інших формах власності, наукових установ, закладів післядипломної освіти;
- відкритим характером закладів освіти, створенням умов для вибору профілю навчання і виховання відповідно до здібностей, інтересів громадянина;
- різними формами навчання — очною, вечірньою, заочною, екстернатом, а також педагогічним патронажем.

2. Держава здійснює соціальний захист вихованців, учнів, студентів, курсантів, слухачів, стажистів, клінічних ординаторів, аспірантів, докторантів та інших осіб незалежно від форм їхнього навчання і типів закладів освіти, де вони навчаються, сприяє здобуттю освіти в домашніх умовах.

3. Для одержання документа про освіту громадяни мають право на державну атестацію.

4. Іноземні громадяни, особи без громадянства здобувають освіту в закладах освіти України відповідно до чинного законодавства та міжнародних договорів.

Фізичне виховання школярів у нашій державі є невід'ємною частиною системи **освіти,** важливим компонентом їх гуманітарного виховання, формування у них патріотичних почуттів, фізичного та морального здоров'я, вдосконалення фізичної і психологічної підготовки до активного життя і професійної діяльності.

У Національній доктрині розвитку освіти підкреслюється важливе значення **фізичного виховання як невід’ємної складової освіти,** що забезпечує набуття

кожною людиною необхідних обґрунтованих наукових знань про здоров’я і засоби його зміцнення на основі комплексного підходу до гармонійного формування всіх складників здоров’я, удосконалення фізичної та психологічної підготовки до активного життя і професійної діяльності.

Наступні документи. Програма виховання і навчання дітей дошкільного віку “Дитина” та навчальна програма для 1-11 класів “Основи здоров’я і фізична культура” є базовою програмою, яка визначає мінімальний рівень фізкультурної освіти, яку держава зобов’язується забезпечити всім учням, незалежно від типу і форми власності навчального закладу, в якому вони навчаються, регіону проживання, національності, індивідуальних особливостей. Аналіз цих документів передбачений у наступних лекціях.

2. Вікова періодизація дітей, їх характеристика.

Відомо, що впродовж життя послідовно змінюються вікові періоди розвитку індивідуума (дитини).

Вікові періоди – певний термін, необхідний для завершення морфологічного і функціонального розвитку окремих тканин, органів та організму в цілому.

В сучасній науці немає загальноприйнятої класифікації періодів росту та розвитку, а також їх вікових границь. До досягнення зрілого віку виділяють такі періоди:

I. Період новонародженості (неонатальний період) – від народження до 28 днів. Відбувається адаптація організму в зв’язку з переходом від внутріутробних до зовнішніх умов існування. В цей період формується мале коло кровообігу, легеневе дихання, харчування грудним молоком, та ін. В цьому періоді виділяють **ранній неонатальний період** (період гострої адаптації) – перший тиждень після народження.

II. Грудний або молодший ясельний період – від 28 днів до 1 року. Відбувається швидкий ріст тіла та інтенсивний розвиток функцій центральної нервової системи. Характеризується грудним харчуванням. З 5-6 місяців змішане харчування, а до кінця року – харчування дорослої людини.

III. Раннє дитинство (перед дошкільний або старший ясельний період) – від 1 до 3 років.

IV. Перше дитинство або дошкільний вік – від 3 до 6 років. Раннє і перше дитинство об’єднують в період молочних зубів.

V. Друге дитинство (молодший шкільний вік) – хлопчики від 6 до 12 років, дівчатка від 6 до 11 років.

Віковий період хлопчиків від 10 років, дівчат від 8-9 років до 12-13 років називають **препубертатний період.**

VI. Підлітковий вік (пубертатний або період статевого дозрівання, старший шкільний вік) – хлопчики від 12 до 16 років, дівчата від 11 до 15 років. Характеризується перебудовою ендокринної і вегетативної систем і бурхливим розвитком психічної діяльності.

VII. Юнацький період – хлопчики старші 16 років, дівчатка старші 15 років до переходу дорослого організму.

Вікова періодизація дітей

№	Вік	Назва вікового	Назви груп дитячого садка і класи ЗОШ

	(від - до)	періоду	
I	Від народження до 28 днів	Неонатальний період	Новонародження
II	Від 28 днів – до 1 року	Молодший ясельний період	Грудний
III	Від 1 до 3 років	Раннє дитинство (старший ясельний період)	Переддошкільний вік
IV	Від 3 до 6 років	Перше дитинство	Дошкільний вік
V	Хл. від 6 до 12 р. Дів. від 6 до 11 р.	Друге дитинство	Молодший шкільний вік
VI	Хл. від 12 до 16 р. Дів. від 11 до 15 р.	Підлітковий вік (пубертатний період)	Середній шкільний вік
VII	Хл. стар. 16р. - 21р. Дів. стар. 15р - 20р.	Юнацький період	Старший шкільний вік

3. Мета, завдання ФВ дітей дошкільного віку.

Спрямованість системи виховання та основні закономірності її функціонування відображено у меті, завданнях та загальних принципах, виходячи з яких здійснюється педагогічна діяльність з фізичного виховання підростаючого покоління у нашому суспільстві.

Вся педагогічна система, її зміст, форми і методи залежать, насамперед, від тієї мети, яка лежить в її основі, або від виховного ідеалу до якого вона прагне. ***Мета*** **-** це очікуваний результат діяльності, до якого прагне людина.

Мета виховання, яку ставлять перед собою люди та суспільство, містить прогноз результатів, які передбачається досягнути внаслідок спрямованих на дитину педагогічних впливів, втілюючи їх у необхідний ступінь її фізичного та рухового розвитку, у придбання життєво-важливих знань, умінь та навичок. При цьому мета відображає певні суспільні потреби, що визначаються об'єктивними умовами життя суспільства на сучасному етапі його існування.

Метою фізичного виховання, починаючи з раннього дитинства, є формування фізично досконалої людини, зміцнення здоров'я та підвищення її працездатності.

Ця мета відображає суспільні та особисті інтереси кожної людини. Вона реалізується у вигляді конкретних матеріальних показників: рівня здоров'я, фізичного розвитку, рухової підготовленості та творчого довголіття.

Мета фізичного виховання дітей дошкільного віку – це зміцнення здоров’я, правильний фізичний розвиток, розвиток рухів і виховання навичок здорового способу життя.

Мета фізичного виховання має об'єктивний характер, тому що вона відображає потребу нашого суспільства у всебічно фізично підготовлених людях для творчої праці та інших суспільне важливих видів діяльності. Праця як необхідна умова існування людей, є головним фактором у формуванні мети фізичного виховання підростаючих поколінь. Автоматизація та механізація виробництва ставить принципово нові вимоги щодо удосконалення фізичних сил та здібностей людини.

Мета фізичного виховання розкривається та конкретизується в **загальних завданнях**, які вирішуються залежно від особливостей вікового розвитку дітей. Дошкільний період має велику пластичність та сприйнятливість до засобів фізичної культури. У цей час створюються найбільші можливості для реалізації оздоровчих, освітніх та виховних завдань.

Будь-яка **мета** реалізується шляхом її конкретизації в цілому комплексі послідовних, тісно взаємопов’язаних **завдань**.

У ФВ **дітей дошкільного віку** вирішуються такі **<u>завдання:</u>**

1. Загартування, підвищення опору дитячого організму до впливу умов зовнішнього середовища.
2. Укріплення опорно-рухового апарату, формування раціональної постави.
3. Сприяти підвищенню функціональних можливостей організму.

<u>Оздоровчі завдання</u> спрямовані на охорону життя, зміцнення здоров'я, всебічний фізичний розвиток, загартування та удосконалення функцій організму дітей, підвищення фізичної та розумової працездатності.

Їх вирішенню сприяє створення відповідних умов (раціонального режиму, харчування та ін.), урізноманітнення організаційних форм фізичного виховання (заняття, ранкова гімнастика, рухливі ігри тощо), підвищення рухової активності дітей протягом дня та ін.

Основним результатом вирішення *оздоровчих* завдань повинно бути покращання фізичного стану дитини, її фізичного розвитку, підвищення захисних властивостей та стійкості організму до різних захворювань, опірності до негативних умов зовнішнього середовища.

<u>Освітні завдання</u> спрямовані на формування певних систем рухових умінь та навичок; ігрових дій; здобування доступних уявлень та знань про користь занять фізичною культурою, іграми, про основні гігієнічні вимоги та правила.

Протягом дошкільного віку у дитини необхідно створити так звану «школу рухів», до якої належать формування та удосконалення життєво важливих умінь та навичок з ходьби, бігу, стрибків, метань предметів, лазіння, ходьби на лижах, плавання, їзди на велосипеді та ін.

Зміцнення здоров'я дітей, покращання їх фізичного розвитку передбачає формування культурно-гігієнічних вмінь та навичок. Засвоєння їх дитиною відбувається під керівництвом дорослих. Вона привчається мити руки, чистити зуби, охайно їсти, слідкувати за своїм одягом. Все це сприяє формуванню самостійності та організованості, акуратності, бережливості, поважного ставлення до дорослих та своїх однолітків.

Виховні завдання спрямовані на формування позитивних моральних та вольових рис характеру дитини засобами фізичної культури.

Сучасна педагогіка та психологія стверджують, що моральна сутність людини має прояв у єдності її свідомості, поведінки та почуттів. Одним із головних джерел морального виховання у навчальній діяльності дітей є її зміст. З цієї позиції зміст навчально-рухової діяльності в системі фізичного виховання дошкільників має великі можливості для реалізації завдань з виховання моральних та вольових якостей дітей тому, що містить всю різноманітність інтелектуальних, пізнавальних, емоційних та моральних компонентів.

Заняття з фізичної культури, рухливі ігри, вправи спортивного характеру сприяють вихованню у дітей дисциплінованості, колективізму, рішучості, сміливості та інших якостей, необхідних кожній людині. Наприклад, щоб стати сміливим, треба навчитися долати страх, стикаючись з небезпекою. На заняттях з

фізичної культури деяким дітям буває страшно пройти по гімнастичній лаві або колоді, перестрибнути через перешкоду, виконати лазіння по гімнастичній стійці та ін. Однак вони (іноді за допомогою вихователя) переборюють свій страх і виконують рух, що, безумовно, сприяє вихованню сміливості.

Застосування різноманітних фізичних вправ та рухливих ігор сприяє формуванню вмінь орієнтуватися у просторі, розвиває винахідливість та кмітливість. Якщо рухи виконуються правильно, невимушене і разом з тим виразно, емоційно, то це позначається на естетичних почуттях, сприяє розумінню дитиною краси рухів.

Зміст навчально-рухової діяльності дітей передбачає багато ситуацій, які дозволяють використовувати їх для виховання почуття відповідальності, стриманості, поваги до своїх товаришів та ін.

Доброзичливе ставлення, повага до дитини повинні бути основою педагогічної позиції вихователя у формуванні її моральних та вольових якостей у процесі проведення різних форм фізичної культури в дошкільному закладі.

Процес фізичного виховання дошкільників характеризується комплексністю впливу на особистість дитини. Наприклад, якщо вихователь проводить заняття з фізичної культури на належному методичному рівні, він одночасно реалізує комплекс оздоровчих, освітніх та виховних завдань. Виконання загальнорозвиваючих вправ, основних рухів (з оптимальним дозуванням), участь в рухливій грі позитивно впливають на покращання фізичного розвитку дитини, удосконалення функціональних можливостей її організму, формування правильної постави, розвиток фізичних якостей. Одночасно формуються уміння та навички в фізичних вправах, які виконують діти. Чітка організація заняття та рухова діяльність дітей сприяють вихованню в них позитивних **моральних** та вольових рис характеру.

4. Контрольні якісні показники рівня фізичної культури дітей дошкільного віку.

Відомі науковці В.К.Бальсевич і В.А.Запорожанов (1987) розробили такі **контрольні якісні** показники рівня фізичної культури дітей дошкільного віку:

- ✓ Знання основних правил гігієни, проведення ранкової зарядки та розпорядку дня.
- ✓ Володіння елементарними руховими вміннями і навичками (підтримання правильної постави, ходьба, біг, стрибки, метання, плавання, кидки і передачі м’яча, пересування на лижах і ковзанах).
- ✓ Виконання контрольних показників фізичної підготовленості.
- ✓ Вміння грати в рухливі та спортивні ігри (за спрощеними правилами).
- ✓ Інтерес до оцінки рівня своєї фізичної підготовленості.
- ✓ Щоденна ранкова гімнастика і регулярне виконання загартувальних процедур.
- ✓ Інтерес до подій спортивного життя сім’ї, спортивного клубу, досягнення видатних спортсменів.

Рекомендована література

Базова

1. Демінський А.Ц. Основы теории и методики физического воспитания. – Донецк: АО Донеччина, 1995. – 520 с.
2. Линець М.М. Основи методики розвитку рухових якостей. – Львів: Штабар, 1997. – 208 с.

3. Масовая физическая культура в вузе: Учеб. пособие под ред. В.А.Маслякова, В.С.Матяжова. – Москва: Высшая школа, 1991.–240 с.
4. Матвеев Л. П. Методика физического воспитания с основами теории : учеб. пособ. для студентов ин-тов и учащихся пед. училищ / Л. П. Матвеев, С. Д. Мельников. – М. : Просвещение, 1991. – 191 с.
5. Матвеев Л. П. Теория и методика физического воспитания : учебн. для ин-тов физ. культуры / под. ред. Л. П. Матвеева, А. Д. Новикова. – 2-е изд., испр. и доп. – М. : Физкультура и спорт, 1976. – Т. 1. – 303 с. ; Т. 2. – 256 с.
6. Матвеев Л. П. Теория и методика физической культуры / А. П. Матвеев. – М. : Физкультура и спорт, 1991. – 543 с.
7. Романенко В.А. Двигательные способности человека. – Донецк: Новый мир, УКЦентр, 1999. – С. 245-296.
8. Теория и методика физического воспитания. Т.1. Общие основы теории и методики физического воспитания: Учебн. для студентов высших учебных заведений физического воспитания и спорта. /Под ред. Т.Ю.Круцевич, К., Олимпийская литература, 2003. – с. 424.
9. Теория и методика физического воспитания. Том 2. Методика физического воспитания различных групп населения /Под.ред. Т.Ю.Круцевич. – К: Олимпийская литература, 2003. – 392 с.
10. Теория и методики физического воспитания: Учебн. для студентов фак. физ. культуры пед. ин-тов по спец. 03.03. Физ. культура / Под ред. Б.А.Ашмарина. - М.: Просвещение, 1990. - 287 с.
11. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учеб. пособие для студ. высших учеб. заведений. – 2 –е изд. испр. доп. – М.: Издательский центр «Академия», 2001. – 480 с.
12. Шиян Б. М. Методика фізичного виховання школярів: практикум / Б. М. Шиян. – Л. : Світ, 1993. – 184 с.
13. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів : [підруч. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту] / Б. М. Шиян. – Т. : Навчальна книга – Богдан, 2004. – Ч. 1. – 272 с. – ISBN 966-7924-55-6.
14. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів : [підруч. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту] / Б. М. Шиян. – Т. : Навчальна книга – Богдан, 2004. – Ч. 2. – 248 с. – ISBN 966-609-005-8.
15. Шиян Б. М. Теорія фізичного виховання / Б. М. Шиян, В. Г. Папуша, Є. Н. Приступа. – Л. : ЛОНМІО, 1996. – 220 с.

Допоміжна

1. Леко Б. Теоретико-методологічні та психолого-валеологічні виміри процесу фізичного виховання у вищих навчальних закладах //Молода спортивна наука України – Львів, 2004, Т3. – С.198-205.
2. Національна доктрина розвитку фізичної культури і спорту: проект. – „Спортивна газета”, 4 грудня 2003.
3. Пидкасистый П. И. Психолого-дидактический справочник преподавателя высшей школы / П. И. Пидкасистый, Л. М. Фридман, М. Г. Гарунов. – М. : Пед. общество России, 1999. – 354 с.
4. Пономарев Н.И. Возникновение и первоначальное развитие физического воспитания. -М: ФиС, 1970 - 284 с.
5. Тер-Ованесян А.А. Педагогические основы физического воспитания. Москва, ФиС, 1978.
6. Фізичне виховання. Навчальна програма для вищих навчальних закладів України III-IV рівні акредитації. – Київ, МОіНУ, 2003, 33 с.
7. Фізичне виховання. Навчальна програма для вищих навчальних закладів України III-IУ рівні акредитації. – Київ, МОіНУ, 2003, 33 с.
8. Язловецкий В. С. Физическое воспитание детей с ослабленным здоровьем / В. С. Язловецкий. – К. : Здоров’я, 1991. – 232 с.

14. Інформаційні ресурси

1. Матеріали лекцій.
2. Бібліотека.
3. Мережа Інтернет .