

ПЕДАГОГІКА ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

ББК 74.58
УДК 337.013:796(075.8)
К.56

Рекомендовано до друку вченою радою Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка (протокол №7 від 26 червня 2012 р.)

Рецензенти

П.С. Атаманчук – доктор педагогічних наук, професор, завідувач кафедри методики викладання фізики та дисциплін технологічної освітньої галузі Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка

В.П. Горашук – доктор педагогічних наук, професор кафедри реабілітації та валеології Луганського національного університету імені Тараса Шевченка;

А.І. Шинкарюк - доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри загальної та практичної психології Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка

Ковальчук Г.П., Присакар В.В.

Педагогіка фізичної культури: Навчальний посібник / Г.П. Ковальчук, В.В. Присакар. – Кам'янець-Подільський: Видавець ПП Зволейко Д.Г., 2012. - 424 с.

ISBN 978-617-620-066-6

У посібнику викладено основні положення педагогіки фізичної культури. Зміст першого розділу включає загальні основи педагогіки фізичної культури, основи науково-педагогічних досліджень як соціального явища у системі освіти України. Другий розділ присвячений дидактиці фізичної культури, зокрема, висвітлено педагогічний процес у сфері фізичної культури, методи і засоби, форми організації занять, загальнометодологічні та інтегративні функції педагогіки, контроль, облік та оцінка навчальної діяльності учнів з фізичної культури. У третьому розділі розглянуто педагогічне управління фізичною культурою в освітніх закладах. Видання містить запитання і завдання, малюнки, таблиці, що уможливорює глибше осмислення змісту навчального матеріалу.

Для студентів факультетів фізичної культури вищих навчальних закладів, тренерів, фахівців у галузі фізичної культури і спорту.

ББК 74.58
УДК 337.013:796(075.8)
К.56

ЗМІСТ

ПЕРЕДМОВА

РОЗДІЛ I ЗАГАЛЬНІ ОСНОВИ ПЕДАГОГІКИ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

ТЕМА 1. ПЕДАГОГІКА ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ЯК НАУКА

- 1.1. Предмет, поняття та основні категорії педагогіки фізичної культури.....
- 1.2. Становлення і розвиток педагогіки фізичної культури.....
- 1.3. Джерела педагогіки фізичної культури. Народна педагогіка про фізичне вдосконалення особистості
- 1.4. Структура педагогіки фізичної культури та її зв'язок з іншими науками
- 1.5. Актуальні проблеми фізкультурно-спортивної освіти в сучасних умовах...

ТЕМА 2. ОСНОВИ НАУКОВО-ПЕДАГОГІЧНИХ ДОСЛІДЖЕНЬ В ГАЛУЗІ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

- 2.1. Сутність науково-педагогічних досліджень у фізичній культурі...
- 2.2. Методи науково-педагогічного дослідження та їх характеристика...
- 2.3. Педагогічний експеримент як комплекс методів дослідження...
- 2.4. Логіка науково-педагогічного дослідження та основні його етапи...

Тема 3. ПЕДАГОГІКА ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ЯК СУСПІЛЬНЕ ЯВИЩЕ

- 3.1. Фізична культура як соціально-педагогічне явище та її функціонування....
- 3.2. Основні фактори впливу на процес становлення і розвитку фізичної культури...
- 3.3. Роль і місце фізичної культури у формуванні особистісних якостей.....
- 3.4. Ціннісні орієнтації у структурі фізичного розвитку та вдосконалення особистості

Тема 4. ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА У СИСТЕМІ ОСВІТИ УКРАЇНИ

- 4.1. Мета і завдання фізичної культури у системі освіти...
- 4.2. Структура та основні принципи функціонування фізичної культури в навчальних закладах...
- 4.3. Організаційні, правові та нормативні основи фізичної культури у закладах освіти..
- 4.4. Шляхи та перспективи розвитку фізичної культури в Україні...

РОЗДІЛ II ДИДАКТИКА ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

Тема 1. ПЕДАГОГІЧНИЙ ПРОЦЕС У СФЕРІ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

- Поняття про педагогічний процес у сфері фізичної культури та взаємодію його учасників
- Структурні компоненти педагогічного процесу та їх особливості....
- Зміст і характеристика загальних принципів педагогічного процесу у сфері фізичної культури
- Принципи побудови занять з фізичної культури..

Тема 2. МЕТОДИ І ЗАСОБИ НАВЧАННЯ У ФІЗИЧНІЙ КУЛЬТУРІ

- 2.1. Поняття методу і прийому навчання у фізичній культурі.....

- 3) Класифікація методів навчання у фізичній культурі та оптимальний їх вибір.....
- 4) Характеристика загальних та специфічних методів навчання фізичної культури
- 5) Поняття про засоби формування фізичної культури особистості. Фізичні вправи як основний і специфічний засіб фізичної культури.....
- 6) Класифікація фізичних вправ та характеристика техніки їх виконання...
- 7) Сили природи та гігієнічні фактори як ефективні засоби фізичної культури...

Тема 3. ФОРМИ ОРГАНІЗАЦІЇ ЗАНЯТЬ З ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

- 3.1. Поняття форм організації занять з фізичної культури.....
- 3.2. Урок - основна форма організації навчання з фізичної культури. Типи уроків фізичної культури
- 8) Структура уроку фізичної культури та підготовка до його проведення.....
- 9) Форми занять фізичною культурою в умовах навчального дня.....
- 10) Форми організації занять фізичною культурою в процесі позаурочної діяльності
- 11) Особливості занять фізичною культурою за межами школи.....

Тема 4. ЗАГАЛЬНОМЕТОДОЛОГІЧНІ ТА ІНТЕГРАТИВНІ ФУНКЦІЇ ПЕДАГОГІКИ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

- 4.1. Сучасні інновації та технології у галузі фізичної культури: сутність, зміст, завдання....
- 12) Організаційна структура і технологія ігрових процесів з фізичної культури.....
- 13) Комп'ютер як засіб підвищення ефективності процесу навчання....
- 4.4. Технологія розробки діагностичного міжпредметного комп'ютерного завдання з фізичної культури...

Тема 5. КОНТРОЛЬ, ОБЛІК ТА ОЦІНКА НАВЧАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ УЧНІВ З ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

- 14) Поняття контролю, обліку та оцінки навчальної діяльності учнів.....
- 15) Зміст, види, форми і методи педагогічного контролю у навчальному процесі...
- 16) Оцінка діяльності учнів на уроках з фізичної культури.....
- 17) Критерії та педагогічні вимоги до оцінювання навчальних досягнень учнів.....

РОЗДІЛ ІІІ УПРАВЛІННЯ І ПРОЕКТУВАННЯ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ

Тема 1. ПЕДАГОГІЧНЕ УПРАВЛІННЯ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ

- 18) Історичні передумови та методологічні засади управління фізичною культурою...
- 19) Моделювання у сфері фізичної культури...
- 20) Проблема прогнозування у педагогіці фізичної культури..
- 21) Загальні функції педагогічного управління та прийняття управлінських рішень...

Тема 2. УПРАВЛІННЯ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ В ОСВІТНІХ ЗАКЛАДАХ

- 22) Сучасні умови розвитку фізичної культури у закладах освіти.....
- 23) Змістові основи педагогічно-управлінської діяльності учителя фізичної культури...
- 24) Корекція програм та програмування занять з фізичної культури в освітніх закладах...
- 25) Критерії та принципи розробки стратегії управління фізичною культурою у навчальних закладах ...

ЛІТЕРАТУРА

ПЕРЕДМОВА

В умовах розбудови українського суспільства значну роль мають відігравати фізична культура і спорт як складники загальнолюдської культури, один з важливих факторів національного прогресу, як життєвий ресурс держави, поліпшення якого має стати головним напрямком її соціальної політики. У національній доктрині розвитку освіти України ХХІ століття відзначається, що в усіх ланках системи освіти через використання засобів фізичного виховання та фізкультурно-оздоровчої роботи закладаються основи для забезпечення і розвитку фізичного, психічного, соціального та духовного здоров'я кожного члена суспільства.

Сучасна практика навчання, підготовки і перепідготовки кадрів для різних галузей

народного господарства країни вимагає постійного підвищення професійного рівня педагогічних працівників, що забезпечують розв'язання цього важливого завдання. Ця обставина, у свою чергу, висуває нові вимоги до структури і змісту фізичної культури в освітніх закладах.

Дотримуючись загальноприйнятого твердження, що фізична культура є однією із складових частин гармонійного розвитку особистості, важливо за основу діяльності самої особистості брати потреби, мотиви, інтерес щодо зміцнення свого здоров'я через рухову активність. Це дає можливість оцінити існуючу систему фізичного виховання та фізкультурно-оздоровчої роботи з позиції не тільки її керованості державними органами, але й відповідності потребам особистості.

З огляду на це навчальний посібник «Педагогіка фізичної культури» покликаний допомогти студентам оволодіти теоретичними основами сучасної педагогіки фізичної культури, розвинути професійне мислення, оволодіти практичними вміннями і навичками, необхідними для ефективної роботи в умовах організації фізкультурно-оздоровчої роботи у закладах освіти.

Структура посібника включає такі розділи: «Загальні основи педагогіки фізичної культури», «Дидактика фізичної культури» та «Управління фізичною культурою».

Розділ «Загальні основи педагогіки фізичної культури» розкриває її основні поняття, предмет, джерела, процес становлення і розвиток науки, методологічні підходи до дослідження педагогічних явищ та методи науково-педагогічного дослідження, структуру і принципи функціонування фізичної культури у закладах освіти. Важливе місце у розділі займають організаційні, правові та нормативні основи і перспективи розвитку цієї галузі в Україні.

Розділ «Дидактика фізичної культури» подає студентам уявлення про сутність важливих понять дидактики, актуальні її проблеми на сучасному етапі розвитку національної освіти в Україні. У ньому розкрито особливості змісту та принципи побудови занять з фізичної культури, методи, засоби і форми організації урочної діяльності, контролю, обліку і оцінки навчальних досягнень учнів. Важливе місце відведено матеріалу, у якому розкривається зміст і методика позакласних занять з фізичної культури, організація фізичного виховання в літніх таборах відпочинку, фізичне виховання дітей в сім'ї та методика самостійних занять учнів фізичними вправами за місцем проживання тощо. Суттєвим доробком авторів є розкриття значення сучасних технологій навчання, що включають організаційну структуру, технологію ігрових процесів, розробку діагностичних міжпредметних комп'ютерних завдань з фізичної культури та ін.

РОЗДІЛ І. ЗАГАЛЬНІ ОСНОВИ ПЕДАГОГІКИ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

Тема 1. ПЕДАГОГІКА ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ЯК НАУКА

1.1 Предмет, поняття та основні категорії педагогіки фізичної культури

Сучасна педагогіка – це наука про виховання особистості людини. Під поняттям «виховання» тут необхідно розуміти освіту, навчання та розвиток, тобто, в найширшому

значенні. Педагогіка упродовж віків формувалася саме як наука про виховання, проте досліджує не лише виховання, але й навчання. Тому, у нашому розумінні, **педагогіка** – це сукупність теоретичних і прикладних наук, що вивчають процеси виховання, навчання і розвитку особистості людини.

Предмет педагогіки охоплює основні категорії, що виражають наукові узагальнення основних понять. До категорій відносяться: освіта, навчання, виховання і розвиток.

Освіта – основний показник рівня розвитку суспільних стосунків. За рівнем розвитку освіти визначається суспільно-економічний і соціальний статус країни. Освіта розглядається як у суспільному загальносоціальному, так і в особистісному планах. В особистісному плані – результат організованого навчання і самостійного засвоєння знань, формування на їх основі умінь, практичних навичок, розвитку творчих сил і здібностей людини. Освіта основний показник міри готовності людини до суспільно значущої праці, що визначає її стан і подальший розвиток.

Навчання – спонукання і здатність задовольнити пізнавальну активність людини через залучення її до загальних і професійних знань, способів їх здобуття, збереження, використання на практиці. З погляду практики, навчання – це процес спільної діяльності вчителя і учня, спрямований на реалізацію цілей і завдань навчання і виховання.

Виховання – цілеспрямований процес формування людини як особистості.

Розвиток – ріст щодо досягнутого рівня, зміни внутрішнього світу людини у результаті зовнішніх впливів та її власної активності.

Педагогіка за сферами діяльності охоплює: спрямованість на відтворення культурної спадщини поколінь у процесі освіти і сам процес становлення і розвитку педагогічної науки і практики.

Культура – це сукупність матеріальних і духовних цінностей, створених людиною у процесі суспільно-історичної практики, що характеризує досягнутий рівень розвитку суспільства на кожному конкретному етапі.

Однією з провідних тенденцій розвитку сучасної педагогічної науки є подальша диференціація педагогічних знань, тому поява нової галузі – **педагогіки фізичної культури** – явище закономірне. Передумовами виокремлення педагогіки фізичної культури в самостійну галузь науки про виховання стали філософські і прогресивні педагогічні традиції в галузі фізичної культури та вихід знань про педагогічні закономірності фізкультурно-спортивної діяльності за межі фізичної культури.

Для підходів щодо обґрунтування поняття фізична культура характерні різні позиції, спостерігається відсутність єдності розуміння ключових понять «фізична культура», «освіта», «виховання», «навчання», що зумовило невизначеність обсягу предмета вивчення

сучасної педагогіки фізичної культури. Найважливіші фундаментальні дослідження з педагогічних проблем фізичної культури і спорту уможливають розгляд педагогіки фізичної культури як галузі педагогічної науки, що вивчає закономірності формування особистості в процесі і під впливом занять фізичною культурою і спортом. У широкому розумінні цю дисципліну можна розглядати як наукову, що досліджує закономірності свідомого, цілеспрямованого, планомірного і організованого керівництва процесом розвитку особистості в умовах фізкультурно-спортивної діяльності, дієвість і функції загальнопедагогічних законів, надає особливої уваги процесам виховання, навчання і освіти підростаючого покоління, необхідних для закріплення фізкультурно-спортивних досягнень і пов'язаних із всебічним гармонійним розвитком особистості.

Узагальнюючи зазначені поняття, педагогіку фізичної культури можна визначити як науку про закономірності становлення підростаючого покоління в процесі фізичного розвитку, керівництво цим розвитком відповідно до їхніх можливостей, до потреб суспільства і держави. З огляду на це **педагогіка фізичної культури** є самостійною галуззю педагогічної науки, що розробляє теоретичні основи формування особистості в умовах і під впливом фізкультурно-спортивної діяльності.

Специфічною формою фізичної культури є спорт. Найсуттєвіша його особливість полягає у тому, що, розвиваючи фізичні якості через цілеспрямоване регулярне тренування, людина свою спортивну діяльність здійснює в умовах змагань. Усім добре відомо, що на сучасному етапі розвитку суспільства особливу увагу приділяють всебічному розвитку молоді. Що слід розуміти під таким розвитком? Всебічно розвинена людина – це особа з відповідним розумовим, фізичним і трудовим вихованням, яка пройшла необхідну школу морального, естетичного навчання, володіє високою виробничою культурою, різнобічною загальноосвітньою підготовкою.

Гармонійний фізичний розвиток не є певною постійною величиною, вираженою у відповідному співвідношенні частин тіла. Можна бути високим на зріст, з міцною тілобудовою, але із слабким здоров'ям і фізично не розвиненим. Антропометричні дані, тобто відомості про розміри окремих частин тіла, самі по собі ще не визначають фізичного стану людини, її готовності до плідної суспільно корисної діяльності. Про фізичний стан, розвиток людини, її витривалість, працездатність, загартованість свідчать функції внутрішніх органів і систем, інтенсивність обміну речовин, якість окислювальних процесів, які відбуваються в організмі, робота серця за різних навантажень, стан нервової системи тощо. Отже, фізична досконалість має бути результатом гарного здоров'я, а, відтак, є основою нормальної, повноцінної життєдіяльності. Однак не саме лише здоров'я є ознакою досконалого фізичного розвитку. Краса здорового, пропорційно розвиненого тіла дає ще й

естетичну насолоду. При цьому ми захоплюємося не просто гармонією ліній, пропорцій. Краса визначається й умінням володіти своїм тілом, гарною поставою, злагодженими рухами, тобто усім тим, що залежить від правильного фізичного виховання.

Короткий екскурс до проблеми педагогіки фізичної культури спонукає висновок, що важливим засобом підвищення соціальної і трудової активності людей, задоволення їх моральних, естетичних та творчих запитів, життєво важливої потреби взаємного спілкування, розвитку дружніх стосунків між народами і зміцнення миру є фізична культура.

Відповідно до статті І Закону України «Про фізичну культуру і спорт» **фізична культура** – це «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» [15, с.66].

Фізична культура – поняття, що охоплює широке коло явищ. Цим словосполученням у нас позначають особливу сферу державної або громадської діяльності, сформований спосіб життя людини спрямований на зміцнення здоров'я, правильний фізичний розвиток, всебічне фізичне виховання і – формування морального обличчя, життєво важливих рухових навичок та умінь, підготовку до високопродуктивної праці і захисту Вітчизни.

Фізична культура людини (індивідуума) розглядається як процес оволодіння знаннями, вміннями і навичками виховної, навчальної, оздоровчої, рекреаційної діяльності з метою подальшого використання у процесі самовдосконалення, і як результат – рівень фізичного здоров'я, який людина змогла зберегти або покращити завдяки своєму бажанню, знанням, здорового способу життя та руховій активності.

Фізична культура є суспільним явищем. У широкому розумінні – це частина загальної культури нашого суспільства у сукупності досягнень в справі створення й використання спеціальних засобів фізичного вдосконалення народу. Основні показники сукупності досягнень – рівень здоров'я людей, розвитку фізичних здібностей, спортивної майстерності; ступінь проникнення фізичної культури в повсякденний побут населення нашої країни; рівень розвитку системи фізичного виховання; насамкінець, наявність відповідної матеріальної бази для систематичних занять.

Для культурного розвитку людина послідовно працює у трьох аспектах. **По-перше**, засвоює культуру, виступаючи об'єктом її впливу або, по-іншому, під впливом культури формується людська особистість, розвиваються її здібності.

По-друге, у процесі творчої діяльності особистість створює нові культурні цінності, виступаючи суб'єктом культурної творчості (пошук нових шляхів, засобів, раціональних методів фізичного виховання тощо).

По-третє, культурний розвиток полягає у тому, що культура інтегрується в сутність

самої особистості, яка живе в культурному середовищі як конкретний носій культурних цінностей, поєднуючи у собі загальне, властиве культурі в цілому, і особисте, привнесене в культуру через індивідуальний життєвий досвід, рівень знань, світогляд тощо. Зазначені аспекти фізичної культури подані на рис.1:

Аспекти фізичної культури

Діяльнісний

Результативний

Предметно-ціннісний

- надбання людиною високого рівня фізичної працездатності;
- виховання і самовиховання готовності людини взяти на себе відповідальність за свій фізичний стан і здоров'я після закінчення шкільного курсу «Фізична культура»
- матеріально-технічні засоби;
- наукові знання, методи;
- цінності, створені суспільством для забезпечення ефективності фізкультурної діяльності.

- включає доцільну рухову активність у вигляді різних форм фізичних вправ, спрямованих на формування необхідних в житті рухових умінь і навичок;
- розвиток життєво важливих фізичних здібностей;
- організацію здоров'я і працездатності.

Рис. 1

Термін «фізична культура» багатозначний, функціонує в різних значеннях. Так, наприклад, під «фізичною культурою особистості» розуміють втілені у самій людині результати використання матеріальних і духовних цінностей фізичної культури в широкому розумінні цього поняття.

Отже, **фізичну культуру особистості** можна тлумачити як сукупність рис людини,

яких набувають у процесі фізичного виховання і які виражаються в людській активній діяльності, спрямованій на усебічне вдосконалення фізичної природи та ведення здорового способу життя.

«Фізичною культурою» йменують шкільну навчальну дисципліну, профілактичні й лікувальні заняття у лікарнях та інших центрах здоров'я людини, широко використовують у виробничій сфері тощо. У таких випадках, для точності терміноопису, необхідно термін доповнювати певним прикметником, як-от: «особиста фізична культура», «шкільна фізична культура», «лікувальна фізична культура», «виробнича фізична культура» тощо.

Зміст фізичної культури і пов'язані із цим поняттям явища умовно можна розділити на дві основні частини:

- **функціонально-забезпечувальну**, подану усім тим цінним, що створюється і використовується суспільством як спеціальні засоби, методи й умови, які уможливають оптимізацію фізичного розвитку і забезпечують певний рівень фізичної підготовки людини;
- **результативну**, подану позитивними результатами фізичного розвитку і підготовки, що стало наслідком використання засобів, методів і умов.

Зазначені частини фізичної культури – єдине ціле. Перша поступово переходить до другої через практичну діяльність у процесі фізичного виховання, фізкультурно-оздоровчої діяльності та масового фізкультурно-спортивного руху. Проте між частинами фізичної культури на певних етапах її розвитку може виникати несуттєва і навіть суттєва різниця, причиною чого стає неузгодженість окремих елементів змісту. Наприклад, за високого рівня матеріального забезпечення і низького рівня кваліфікації фахівців неможливо досягти належного рівня фізичної підготовки.

Основні завдання фізичної культури полягають у постійному підвищенні рівня здоров'я, фізичного та духовного розвитку населення, сприянні економічному і соціальному прогресу суспільства, а також утвердження міжнародного авторитету України у світовому співтоваристві.

Держава регулює відносини у сфері фізичної культури і спорту через формування державної політики у цій сфері, створення відповідних державних органів, фінансового, матеріально-технічного, кадрового, інформаційного, нормативно-правового та іншого характеру, забезпечення розвитку фізичної культури і спорту, а також визнання широкого самодіяльного статусу фізкультурно-спортивного руху в Україні і комплексної взаємодії державних органів з громадськими організаціями фізкультурно-спортивної спрямованості. Держава визнає і всебічно підтримує олімпійський рух в Україні, діяльність всеукраїнських фізкультурно-спортивних товариств, національних спортивних федерацій, інших

громадських організацій фізкультурно-спортивної спрямованості [15, с.67].

Педагогіка фізичної культури як наука досліджує зміст, структуру, функції фізичної культури, її принципи, завдання і засоби, розробляє понятійний апарат, а також вивчає цілі, завдання, методи і зміст фізичної культури; розкриває складні взаємозв'язки фізичної культури з іншими напрямками діяльності суспільства і усіма напрямками виховання (моральним, розумовим, трудовим, естетичним та ін.). Як одна з фахових дисциплін є стрижневою, профілюючою у навчальних планах вищих педагогічних освітніх закладів, які готують спеціалістів в галузі фізичної культури. Цим самим визначає фундаментальність фізкультурної освіти фахівця, педагогічне спрямування його діяльності, професійну компетентність як основа знань будь-якої конкретної спеціальності (тренер, інструктор, учитель, методист тощо), створює необхідні передумови і умови для професійного зростання і вдосконалення спеціаліста. Тому усі розробки специфічних проблем теорії і методики спортивного тренування усі спортивно-педагогічні дисципліни беруть за основу положення педагогіки фізичної культури.

1.2. Становлення і розвиток педагогіки фізичної культури

Фізична культура як результат багатогранної творчої діяльності суспільства успадковує культурні цінності, створені суспільством на попередніх етапах, і розвиває їх відповідно із політичними, економічними, матеріальними можливостями певної історичної епохи. Розвиваючись через працю, а також через процес своєї ігрової, пізнавальної, комунікативної діяльності, людина впливала на природу, на довкілля з допомогою своїх фізичних сил і рухових дій. Її фізичні здібності спочатку вдосконалювались «мимохідь», у процесі природного біологічного розвитку і праці. Поступово людина стала усвідомлювати, що існує залежність між підготовкою до праці і її результатами. З'являються первісні, стихійні основи навчання і виховання як необхідні передумови підготовки до життя, до праці, до багатогранної діяльності. З цього складного процесу первісної «педагогіки» поступово, з історичним розвитком суспільства, виокремлюються і основи фізичної культури як спеціальної галузі, яка може впливати на розв'язання завдань особистої фізичної підготовки людей до складних умов життя та різних потреб людської життєдіяльності. Спочатку усі ці питання з'ясовувались інтуїтивно, стихійно, або лише через пряму передачу і засвоєння досвіду попередніх поколінь. Для розв'язання усіх необхідних питань на професійному рівні потрібні були висококваліфіковані фахівці, які б володіли значним обсягом теоретичних знань і мали б для цього необхідну практичну підготовку. Тому пізніше ця діяльність виокремилася як самостійна і соціально необхідна професія.

Історія педагогіки фізичної культури озброює знаннями про причини виникнення і розвитку фізичного виховання, про традиції і звичаї, пов'язані з використанням засобів фізичної культури у процесі фізичного виховання. Кожна галузь науки, яка щойно виникала,

починала свій розвиток із нагромадження фактичного матеріалу, опису і класифікації явищ, як-от, хімія – з відкриття хімічних елементів і опису їхніх властивостей, біологія – з вивчення окремих організмів та їх видів, класифікації та систематизації. На вищому рівні розвитку знань, коли був нагромаджений достатній матеріал, наука змогла відкривати закони та формулювати узагальнювальні теорії.

Аналіз історії становлення і розвитку педагогіки фізичної культури як науки дозволяє виокремити кілька етапів.

- **Перший етап** охоплює емпіричні знання про вплив рухових дій на організм, отримані людиною у результаті повсякденної діяльності. Нагромадження емпіричних знань зумовило усвідомлення «ефекту вправлення» та пізнання способів передачі набутого досвіду. Система первісного виховання була добре адаптованою до життєвих потреб людини, умов, в яких доводилося жити і діяти молодим. Вона спрямовувалась на виховування фізичної сили, витривалості, мужності, характеру, почуттів, здатності до боротьби з небезпекою, яка супроводжувала людину на кожному кроці. Тому людина вчилася битися врукопаш і з засідки. Уже в первісному суспільстві громадське виховання мало значне місце у вихованні самостійності дитини, до неї майже ніколи не застосовували фізичну силу (побиття). Тому з раннього віку, за свідченнями історико-педагогічних досліджень, діти, особливо хлопчики, ставали значно самостійними: з 3-4 років ставили пастки для птахів, вміли управляти човном, з 6-8 років – ловили рибу, полювали, проявляли при цьому витримку і винахідливість (лежали на спині, а на долоні руки тримали годинами по кілька зерен, чекали доки не прилетить птах і сяде на долоню, щоби у цей момент зловити, затиснути його в руці). Велике значення тоді мали ігри. Хлопчики гралися у війну, влаштовували змагання. Дітей вчили попадати в ціль, ховатись, уміло і непомітно підкрадатись, міняти місце, добре бігати і стрибати. Дорослих юнаків шикували на відкритому місці й одночасно з чотирьох сторін випускали у них тупі стріли, від яких вони мали відхилятися. З раннього віку дітей привчали і до стрільби з лука. До 13-14 років більшість юнаків ставали самостійними мисливцями, не боялися виступити навіть проти великого звіра.
- **Другий етап** охоплює період рабовласницьких держав Стародавньої Греції, Риму, країн Стародавнього Сходу та середні віки. В античній Греції духовна й фізична культура тісно перепліталися, сприяли загальному розвитку. Насамперед розвивалися засоби навчання конкретних дій: володіння знаряддями праці, полювання, поведінка під час війни, виконання окремих вправ – плавання,

фехтування, метання списа, боротьба і т. ін. Філософська розробка питань, пов'язаних з фізичною стороною життя людини, цікавила, наприклад, таких великих мислителів як Арістотель і Платон. Культура тіла й рухів у стародавній Греції й Римі тісно пов'язувалася з багатьма сторонами суспільної діяльності, ораторським, військовим мистецтвом. Саме античний світ подарував нам Олімпійські ігри. Із нагромадженням досвіду та усвідомленням значення виховання для духовного й фізичного формування людини з'явилася наука педагогіка, яка на початках свого розвитку займалася питаннями розумового й фізичного (тілесного) виховання. Розвиток знань та з'ясування специфіки процесу фізичного розвитку визначили суттєву відмінність його цілей, принципів, засобів, методів від розумового виховання, що спонукало виокремлення самостійної галузі знань – науки про власне фізичне (тілесне) виховання.

У часи середньовіччя інтелектуальний зміст фізичної культури значно втратив своє значення: рухова діяльність людини ототожнювалася з грубою силою, спроможністю придушувати слабшого. Це зумовило значну відмінність у розумовому і фізичному розвитку людини. Такий стан зберігся й на перших етапах розвитку капіталістичного суспільства, коли на виробництві все ще переважала мускульна сила людини, праця вимагала від неї значної за обсягом і інтенсивністю рухової діяльності.

Третій етап охоплює період від епохи Відродження й до кінця XIX ст. На цьому етапі розвиток окремих методик виявив, що в основі їх здійснення лежать загальні фундаментальні закономірності. Так, методика навчання гімнастики, легкоатлетичних та інших вправ має у своїй основі загальні закономірності формування рухових навичок, розвиток рухових якостей та загальні закономірності управління цими процесами. Так відбулася інтеграція наукових знань у єдину педагогіку фізичної культури.

У XVI-XVII ст. намагання лікарів, педагогів, філософів узагальнити висновки щодо пізнання природи людини, її соціальної ролі у суспільстві, проблеми виховання особистості зумовили усвідомлення важливості фізичної культури. Створюються різні системи поглядів (теорії) щодо її педагогічних і соціальних аспектів. Зокрема, теорія Я. Коменського (1592-1670) ґрунтувалася на переконанні, що заняття фізичними вправами повинні проводитися на основі трудових умінь дитини та сприяти її підготовці до життя, забезпечувати фізичне й моральне виховання. Педагог ніколи не вказував на спеціальні уроки фізичної культури, але у його творах уперше зустрічається така форма фізичної підготовки дітей, яка вводиться до навчального плану і пов'язується з теоретичними уроками.

Погляди Дж. Локка (1632-1704), викладені у книзі «Думки про виховання дітей» (1693), зводилися до виховання здорового джентльмена, здатного досягти особистого

благополуччя. Людині, вважав він, насамперед, необхідно зміцнювати здоров'я, систематично доглядати за тілом, займатися цілеспрямованими фізичними вправами.

Система фізичного виховання Ж.-Ж. Руссо (1712-1778) відрізнялася за вже диференційованим вихованням хлопчиків і дівчаток. Він вважав, що хлопчиків змалку слід загартовувати, купати у холодній воді, привчати до фізичних вправ з метою розвитку сили й виховання волі. Фізичне виховання дівчаток має полягати у розвитку легкості, витонченості, грації рухів.

Г. Песталоцці (1746-1827) намагався з допомогою гармонійного розвитку фізичних, розумових і моральних здібностей покращити становище трудящих, особливо селян. У його педагогічній системі фізичне виховання пов'язувалось із трудовою і побутовою діяльністю дітей. Через застосування «Азбуки умінь», яку автор мріяв створити, діти вчилися би піднімати вагу, боротися, виконувати прості рухи, набувати необхідних навичок. Так діти поступово повинні готуватись до трудової і військової діяльності.

Німецькі вчені К. Маркс та Ф. Енгельс звернули увагу на фізичне виховання як частину всебічного гармонійного виховання особистості та визначали його місце у комуністичному вихованні на тривалий період, аж до 90-х років ХХ ст. Їхнє тлумачення фізичного виховання стало основою методологічних досліджень багатьох учених бувшого Радянського Союзу та інших країн світу.

Однією з характерних рис педагогіки другої половини ХІХ століття А. Дістервег вважав спрямування уваги учнів на зміцнення фізичних і духовних задатків, на розвиток почуттів, мислення і волі дитини. Заняття гімнастикою тіла і духу, на думку вченого, є вищою метою розвитку енергійного характеру вихованців. Принцип гармонійної освіти вимагає повного розвитку тіла і духу (здоровий дух у здоровому тілі). Ніякий вид, ніяка сторона розвитку не повинні приносити шкоду іншій. Здоров'я, фізичний розвиток, зміцнення, формування тіла так само важливі, як ті ж властивості, що стосуються душі, тому що одне неможливе без іншого.

Четвертий етап охоплює створення теорії і методики фізичного виховання як самостійної наукової й навчальної дисципліни (період кінця ХІХ ст. до 1917 р.). Великий внесок у її розвиток вчених К.Ушинського (1824-1871), П. Лесгафта (1837-1909), Г. Демені (1850-1917) та ін. Тоді П. Лесгафт розробив теорію фізичного освіти, яка була спрямована на формування знань, умінь, навичок в галузі рухової діяльності. Він визначив принципи, форми і методи використання фізичних вправ для фізичного й інтелектуального розвитку людини. У працях П. Лесгафта теорія фізичного виховання ґрунтувалася на процесі навчання фізичних вправ, що дозволило розробити «Керівництво з фізичної освіти дітей шкільного віку». Автор прагнув обґрунтувати систему фізичного виховання у відповідності з фізіологічними

закономірностями і віковими особливостями учнів, що стало підставою для формування педагогічних принципів послідовності, наступності, гармонійності фізичного розвитку. Г. Демені, розробляючи систему навчання рухів, звертав увагу на послідовність переходу від простих вправ до складних, від легших до важчих, від відомих до невідомих. Ним була запропонована класифікація фізичних вправ за координаційною структурою і т. ін. Природно, що ці теорії як у педагогічному, так і у соціологічному аспектах відображали економічні, політичні, культурні умови життя суспільства та певні філософські й наукові концепції.

П'ятий етап інтенсивного розвитку науки про фізичне виховання започаткувався після 1917 р. і був спрямований на біологічне обґрунтування рухової активності, педагогічних принципів її використання та соціальної обумовленості фізичного виховання як складової частини виховання всебічно гармонійно розвиненої особистості.

Праці фізіологів І. Сеченова (фізіологія нервової системи, дихання, втоми, природа довільних рухів і психічних явищ тощо), І. Павлова (фізіологія вищої нервової діяльності, життєдіяльності єдиного організму у взаємозв'язку із зовнішнім середовищем), М. Введенського та О. Ухтомського (процеси збудження та гальмування нервової і м'язової тканини), М. Бернштейна (фізіологія побудови рухів), Г. Фольборта, Д. Ділла (розвиток процесів втоми і відновлення) та інших учених стали основою обґрунтування педагогічних закономірностей фізичної культури, теорії навчання рухових дій, розвитку рухових можливостей вже не лише для гармонійного розвитку, але й для спортивного вдосконалення. У 50-60 – ті роки ХХ ст. особливо інтенсивно почали розвиватися спеціалізовані розділи біологічних дисциплін, у яких обґрунтували систему підготовки спортсменів (спортивна фізіологія, біомеханіка, біохімія та ін). Виникла об'єктивна необхідність інтеграції знань, нагромаджених різними галузями наук щодо підготовки спортсменів. В результаті диференціації знань у теорії і методиці фізичного виховання виокремилися наука про спорт. Каталізатором її прискореного розвитку, особливо в останні десятиліття, виявився спорт вищих досягнень, який стрімко прогресував у напрямку олімпійського і професійного міжнародного спортивного руху. Це стало своєрідною природною лабораторією, що зосередила значні дослідницькі ресурси на пошуках нових шляхів виявлення та максимального розвитку здібностей людини. Сьогодні теорія спорту сформувалася у багатьох країнах світу як профільуючий предмет професійної підготовки фахівців зі спорту.

Визначне місце серед українських педагогів, які у своїх працях висвітлювали проблеми фізичної культури, належить професорові Григорію Ващенку. Він відомий як видатний педагог-мислитель, психолог, теоретик фізичного виховання, творець національної системи тіловиховання. Ідеї, погляди щодо фізичного виховання, підтверджені історичним досвідом інших народів, Г.Ващенко виклав у книзі «Тіловиховання як засіб виховання волі і

характеру», видану у Мюнхені в 1956 році. Вивчення і глибокий аналіз досвіду минулого та наявних систем фізичного виховання дали можливість вченому сформулювати засади творення української системи тіловиховання. Такими засадами, вважає Г. Ващенко, є:

1. Тіловиховання – не як окрема галузь формування людської особистості, а його органічна частина, міцно поєднана з вихованням розумовим, моральним, естетичним.

2. Завдання тіловиховання не тільки вбачається у тому, щоб зміцнити здоров'я, розвинути рухові якості, а й сприяти утвердженню духовних сил людини, зокрема зміцненню її волі, вихованню наполегливості, вмінню керувати своїм тілом як знаряддям духу.

3. Керівники тіловиховання української молоді повинні усвідомлювати завдання, висунуті перед народом історією: створення незалежної соборної України, розбудова її господарства, розвиток духовної культури. Виконання цих завдань вимагає певних якостей духу і тіла.

4. Керівникам тіловиховання необхідно ознайомитися з його історією розвитку у різних народів, бо така історія повчальна з погляду і позитивного, і негативного.

5. Створена система фізичного виховання не може залишатися незмінною упродовж багатьох років. Вона змінюється у зв'язку із новими завданнями, які ставить перед народом історія. Крім того, слід брати до уваги невпинний розвиток наук, що пов'язані з питаннями тіловиховання. Керівники фізичного виховання повинні ретельно стежити за досягненнями науковців і вміло застосовувати їх на практиці.

6. У тіловихованні, як і в інших галузях, виховання треба поєднувати із самовихованням. Це означає: а) вихованець сам розуміє потребу і сенс фізичного виховання; б) розуміє завдання, які стоять перед українським народом і усвідомлює свої обов'язки перед ним; в) не тільки ретельно і з бажанням виконує накази керівників під час походів і занять фізичними вправами, а й за певною системою сам займається тіловихованням.

7. За інших умов тіловиховання, вважає Г. Ващенко, може обернутися на муштру, а це, як відомо, не дає добрих наслідків у вихованні молоді [7, с.23].

Питання фізичного виховання, висвітлені у педагогічній спадщині Г. Ващенка, актуальні й нині при розв'язанні багатьох питань творення дієвої системи, спрямованої на гармонійний розвиток особистості.

Одночасно формувалася й узагальнювалася дисципліна, здійснювалася спроба інтеграції наукових знань до «Теорії фізичної культури». Першою навчальною книгою став підручник з «Теорії фізичної культури», виданий Г. Дюпероном у 1926 році. Фізична культура, у його розумінні, це не тільки виконання фізичних вправ у спеціально відведений час, але й усі сторони життя, які можуть позначитися на стані тіла і входять до кола фізичної культури: сон, харчування, одяг, способи праці, гігієна, загартовування, масаж та ін.

Завданнями фізичної культури Г. Дюперон вважав: «лікування хворого організму; зміцнення й охорону слабкого організму та який розвивається; підтримання здорового та вдосконалення нормального організму».

Зазначений етап у 70-х роках ХХ ст. характеризується подальшою інтеграцією знань у загальну теорію фізичної культури, що здійснювалась за активної розробки теорії такими ученими, як В. Видрін, Б. Євстаф'єв, Л. Матвєєв, Ю. Ніколаєв, М. Пономарьов, В. Столяров та ін. Суттєвий вплив на формування теорії фізичної культури мають й інші науки, як-от соціологія, антропологія, соціальна психологія, загальна теорія виховання та інші. За своїм основним змістом загальна теорія фізичної культури належить до суспільних гуманітарних наук, оскільки її цікавить людина та соціальні фактори її спрямованого розвитку і виховання. Водночас широко поданий природничо-науковий зміст, оскільки вона орієнтована на пізнання особливостей фізичної культури як специфічного фактора вдосконалення природних якостей та здібностей людини, оптимізації її фізичного стану і фізичного розвитку. За визначенням Л. Матвєєва, «теорія фізичної культури (її загальні основи) є інтегративною системою наукових знань про сутність фізичної культури, взятої в цілому, про загальні закономірності її функціонування, спрямованих на використання й подальший розвиток, передусім у системі факторів виховання, соціального формування особистості та оптимального розвитку життєвих сил людини» [24, с.19].

Вплив соціальних, політичних та ідеологічних умов 70-80-х років ХХ ст. зумовив розвиток й тлумачення теорії фізичної культури як одного з дійових засобів виховання «будівника комунізму» – гармонійно розвиненої та соціально активної особистості, яка готова до праці й оборони суспільства комуністичного типу. На першому місці розглядалися завдання тоталітарної держави: людина повинна підготувати себе для праці на благо держави та до захисту держави і заради цього підтримувати свою готовність якнайдовше. Звідси і назва нормативного комплексу «Готовий до праці й оборони». Початкова ідея теорії фізичної культури Г. Дюперона як культури тіла і здоров'я людини розчинилася в ідеологізації й політизації науки. Нехтування пріоритетами інтересів особистості за всієї доступності засобів і форм фізичної культури не зумовило загальне здоров'я нації. Не можна з примусу зробити людину здоровою та щасливою. Стан здоров'я людини формується її спадковістю та умовами життя. Оскільки діти не тільки успадковують хвороби батьків, а й набувають ще своїх, то упродовж життя двох-трьох поколінь за несприятливих соціально-економічних умов у державі та життєвих умов населення відбувається зниження рівня фізичного і психічного здоров'я суспільства в цілому.

Питаннями здорового способу життя, здоров'я і рухової активності починають займатися медики, що зумовило з'яву нової науки – валеології (бути живим і здоровим).

У міру того як зростали потреби у фізичному вихованні певних вікових груп людей, піднімалося його суспільне значення, виокремилася низка соціально важливих компонентів і форм використання фізичної культури. Це – щоденні побутові форми самостійного заохочування людей до фізичної культури, виробнича фізична культура, рекреаційна, реабілітаційна та інші форми фізичної культури, що все більше заповнюють бюджет вільного часу, режим відпочинку та культурної діяльності населення.

Шостий етап розвитку фізичної культури можна співвіднести із 90-ми роками ХХ ст. Пріоритети особистісних потреб у галузі державної політики зумовили нові зрушення у розвитку фізичного виховання. Упродовж століть засоби фізичного виховання в основному носили прикладний характер (трудовий, військовий), що сприяло виокремленню класичних видів спорту: легкої атлетики, гімнастики, плавання, фехтування, стрільби, боротьби та ін.

Необхідність проведення активного розважального дозвілля зумовило розвиток ігрових видів, які приваблюють людей ситуацією, що постійно змінюється, ігровою інтригою – ігри з м'ячем: волейбол, баскетбол, футбол, теніс та ін. До 1990-х років ці традиційні види широко впроваджувалися для усіх вікових груп населення як обов'язкові та добровільні форми занять з фізичної культури. На основі традиційних видів спорту почали інтенсивно розвиватися нові види рухової активності. Потреба населення в рекреаційних розвагах й оздоровленні з використанням рухової активності розвиває пропозиції. Відкриття фізкультурно-оздоровчих груп на комерційній основі викликає природну конкуренцію та бажання запропонувати щось нове, відмінне від того, що вже є. Заняття фізичними вправами певних груп суспільства переходять з розряду нецікавих і обов'язкових до розряду модних, елітарних. Таким чином, інтенсивно розвивається методика використання традиційних видів гімнастики, акробатики, плавання, важкої атлетики в рекреаційно-оздоровчих цілях, що веде до використання зарубіжних нових технологій у вигляді сучасних тренажерних пристосувань, нових видів рухової активності – аеробіки, шейпінгу, степ-аеробіки, слайд-аеробіки та ін. На основі інтеграції різних видів вправ виникають нові їх види: поєднання аеробіки і плавання – аква-аеробіка, велосипеда і гімнастики – велокінетика, акробатики і вправ зі скакалкою – роуп-скіпінг та ін. Інтенсивний розвиток фізичної культури випереджає теорію, яка повинна створити наукову основу, виявити загальні та специфічні закономірності дії нових видів рухової активності на організм людини, визначити можливість їх застосування в різні вікові періоди, способи дозування навантажень, норми. Тому одне з найважливіших завдань педагогіки фізичної культури – забезпечення виховання, розпочинаючи з найраніш дитячого віку, фізично міцного молодого покоління з гармонійним розвитком фізичних і духовних сил. Це потребує всебічного заохочення до всіх видів масового спорту й фізичної культури, в тому числі у школі, залучення до фізкультурного руху

дедалі ширших верств населення, особливо молоді.

Література

- Абасов З. Понятийно-терминологический аппарат инновационной педагогической деятельности / Абасов З.А. // *Философия образования*. – 2006. – №1(15). – С. 56-62.
- Амосов Н.М., Бендет Я.А. *Физическая активность и сердце*. – К.: Здоров'я, 1984. – 230 с.
- Амосов Н.М., Муравов И.В. *Сердце и физические упражнения*. – 2-е изд., перераб. и доп. – К.: Здоров'я, 1985. – 80 с.
- Антоненць М.Я. Проблеми діяльності вчителя у педагогічній спадщині Василя Сухомлинського: монографія / Михайло Антоненць. – 5-те вид., доповн. – К.: Четверта хвиля, 2012. – 224 с.
- Бесєдіна Л.М., Сторубльов О.І. *Педагогічна майстерність, активні методи навчання та методична робота у навчальних закладах : Методичний посібник*. – Видання 2-е, перероблене. – К.: Логос, 2009. – 204 с.
- Булич Э. Г. *Здоровье человека* / Э. Г. Булич, И. В. Муравов. -К. : Олімпійська література, 2003. – 424 с.
- Булич Э. Г. *Физическая культура и здоровье* / Э. Г. Булич. – М. : Знание, 1991. – 64 с.
- Вацеба О.М. *Нариси з історії західноукраїнського спортивного руху*. – Івано-Франківськ: Лілея – НВ, 1997. – 332 с.
- Ващенко Г. *Тіловиховання як засіб виховання волі і характеру*. – Мюнхен: «Авангард», 1956. – 54 с.
- Викторова Л. *Инновационные процессы в образовании* / Викторова Л.В. // *Инновации в образовании*. – 2002. – №2. – С.6.
- Воробйов М. І. *Практика в системі фізкультурної освіти* / М. І. Воробйов, Т. Ю. Круцевич. – К.: Олімпійська література, 2006. – 192 с
- Выдрин В.М. *Теория физической культуры*. – Л.: ГДОИФК, 1988. – 272 с.
- Гончаренко С.У. *Український педагогічний словник*. – К.: Либідь, 1997. – 376 с.
- Гужаловский А.А. *Основы теории и методики физической культуры*. – М: Физкультура и спорт, 1986. – 366 с.
- Даниленко Л. *Управління процесом здійснення інноваційної діяльності в системі загальної середньої освіти* / Даниленко Л.І. // *Післядипломна освіта в Україні*. – 2003. – №3. – С.70-74.
- Державна програма розвитку фізичної культури і спорту на 2007-2011 роки // *Зібрання законодавства України. Постанови та розпорядження кабінету міністрів України 45/2006 від 8-15 листопада 2006 р. №1594* – К.: Український інформаційно-правовий центр, 2006. – №1. – С. 51-74.
- Дуткевич Т.В. *Кофліктологія з основами управління: Навчальний посібник*. – Кам'янець-Подільський, 2004. – 352 с.
- Закон України „Про фізичну культуру і спорт” // *Зібрання законодавства України. Звід законів України* – К.: Український інформаційно-правовий центр, 2000. – №3. – С. 66-97.
- Закон України «Про фізичну культуру і спорт» // *Вчитель*. – 2010. – №9. – С.19-36.
- Иванова Т.В. *Культурологическая подготовка будущего учителя : монография* / Т.В.

- Іванова. – К. : ЦВП, 2005. – 282 с.
- Іванова Л.І. Фізичне виховання з відхиленнями у стані здоров'я: метод. посібник / Л.І. Іванова. – К.: Літера ЛТД, 2012. – 320 с.
 - Иващенко Л. Я. Самостоятельные занятия физическими упражнениями / Л. Я. Иващенко, Н. П. Страпко. – К. : Здоров'я, 1988. – 156 с.
 - Колычев В.А. Физическая культура и социальное здоровье населения. – М.: Сов. спорт, 1998. – 112 с.
 - Круцевич Т. Ю. Контроль в физическом воспитании детей, подростков и юношей / Т. Ю. Круцевич, М. И. Воробьев. – К. : НУФВСУ, 2005. – 196 с.
 - Круцевич Т.Ю. Методы исследования индивидуального здоровья детей и подростков в процессе физического воспитания. – К.: Олимпийская литература, 1999. – 232 с.
 - Кулініч І.О. Психологія управління: Навч. посіб. – К.: Знання, 2008. – 292 с.
 - Ложкин Г.В., Повякель Н.И. Практическая психология конфликта. – К.: МАУП, 2002. – 256 с.
 - Максименко А. М. Основы теории и методики физического воспитания : учеб. пособие. – 2-е изд. / А. М. Максименко. – М. : Воениздат, 2001. – 319 с.
 - Массовая физическая культура в вузе. / Под ред. В.А. Маслякова, В.С. Матяжова. – М.: Высш. шк., 1991. – 189 с.
 - Матвеев Л. П. Теория и методика физической культуры : учебник для вузов. – 2-е изд. / Л. П. Матвеев. – М. : РИО РГУФК, 2002. – Ч. 1. – 173 с.
 - Матвеев Л. П. Теория и методика физической культуры : учебник для ИФК / Л. П. Матвеев. – М. : ФиС, 1991. – 543 с.
 - Матвеев Л.П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов. – К.: Олимпийская литература, 1999. – 320 с.
 - Матвеев Л.П., Мельшиков С.В. Методика физического воспитания с основами теории. М.: Просвещение, 1991. – 191 с.
 - Методика фізичного виховання школярів; навчально-методичний посібник / [Солопчук М. С, Бесарабчук Г. В., Солопчук Д. М., Боднар А. О.] – Кам'янець-Подільський : Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2011. – 292 с.
 - Минаев Б. Н. Основы методики физического воспитания школьников : учебн. пособие для педвузов / В. Н. Минаев, Б. М. Шиян. – М. : Просвещение, 1989. – 220 с.
 - Навчальна програма з фізичної культури. 5-11 класи / Фізична культура в школі: 5-11 класи: методичний посібник / за загальною редакцією С.М. Дятленка. – К.: Літера ЛТД, 2011. – С.64-345.
 - Настольная книга учителя физической культуры / под ред. Л. Б. Кофмана. – М. : Физкультура и спорт, 1988. – 496 с.
 - Національна доктрина розвитку фізичної культури і спорту. Затверджено Указом Президента України від 28 вересня 2004 року № 1148/2004 // Міністерство юстиції України. Офіційний вісник України №39. Щотижневий збірник актів законодавства. 15 жовтня. – К., 2004. – С.23-31.
 - Нетрадиційні види спорту : навчальний посібник / [Солопчук М. С, Шишкін О. П., Стасюк І. І., Солопчук Д. М.]. – Кам'янець-Подільський : Кам'янець-Подільський державний університет, редакційно-видавничий відділ, 2006. – 104 с.
 - Новосельский В. Ф. Методика урока физической культуры в старших классах : учебно-методическое пособие / В. Ф. Новосельский. – К. : Рад. шк., 1989. – 128 с.
 - Новосельський В.Ф. Професія: вчитель фізичної культури. – К.: Знання, 1991. – 48 с.
 - Опанасенко Г.Л., Попова Л.А. Медицинская валеология. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2000. – 248 с.
 - Орбан-Лембрик Л.Е. Соціальна психологія : Навчальний посібник. – К.: Академвидав, 2005. – 448 с.

- Основи теорії і методики фізическої культури : учебник для ТФК / под. ред. А. А. Гужаловского. – М. : ФиС, 1986. – 387 с.
- Папуша Г. П. Теорія і методики фізичного виховання у схемах і таблицях : навчальний посібник / Г. П. Папуша. – Тернопіль : Підручники і посібники, 2010. – 128 с.
- Педагогічна майстерність: Підручник / І.А. Зязюна, Л.В. Крамущенко, І.Ф. Кривонос та ін.; За ред. І.А. Зязюна. – 2-ге вид., допов. і переробл., – К.: Вища шк., 2004. – 422 с.
- Педагогика: Учеб. пособие для студентов пед. ин-тов / под. ред. Ю.К. Бабанского. – М.: Просвещение, 1983. – 608 с.
- Педагогика физической культуры и спорта: учебник / под. ред. С.Д. Неверковича. – М.: Физическая культура, 2006. – 528 с.
- Педагогика физической культуры : учебник / коллектив авторов ; под общ. ред. В.И. Криличевского, А.Г. Семенова, С.Н. Бекасовой. – М.: КНОРУС, 2012. – 320 с.
- Петлицький М. Методичні рекомендації щодо проведення уроків фізичної культури // Фізичне виховання в школі. – 2008. – № 4-5 . – С.12
- Петровська Т.В. Майстерність спортивного педагога: навч. посіб. / Т.В. Петровська. – К.: Олімп. л-ра, 2012. – 184 с.
- Плахтій П.Д. Фізіологічні основи фізичного виховання школярів. – Кам'янець-Подільський, 2001. – 216 с.
- Подласый И.П. Педагогика. Новый курс: Учебник для студ. пед. вузов: В 2 кн. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2000. – Кн. 1: Общие основы. Процесс обучения. – 576 с.
- Психология. Словарь / Под. общ. ред. А.В. Петровского, М.Г. Ярославского. – М.: Политиздат. – 2-е изд., 1990. – 494 с.
- Психологія вирішення конфліктів: Навч. посібник для студентів вищих навч. закладів / В.О. Джелалі. – Х.-К., 2006. – 320 с.
- Психологічний словник. За ред. члена-коресподента АПН СРСР В.І. Войтка. – К.: Вища школа, 1982. – 216 с.
- Решетников Н. В. Физическая культура / Н. В. Решетников, Ю. Л. Кислицын. – М. : Академия, 2001. – 152 с.
- Синиця І.О. Педагогічний такт і майстерність учителя. – К.: Рад. школа, 1981. – 319 с.
- Сінгаєвський С.М. Педагогічне управління. Учитель фізичної культури: професія, діяльність, навчання. – Кам'янець-Подільський: Кам'янець-Подільський державний педагогічний університет, інформаційно-видавничий відділ, 1999. – 160 с.
- Скібіцька Л.І. Конфліктологія: Навчальний посібник. Друге видання. – К.: Кондор, 2011. – 384 с.
- Словник іншомовних слів // За ред. О.С. Мельничука. – К.: АН УРСР, 1974. – 775 с.
- Статут Львівської братської школи 1586 року. Порядок шкільний // Історія української школи і педагогіки: хрестоматія / упоряд. О.О. Любар; за ред. В.Г. Кременя. – К.: т-во «Знання», КОО, 2003. – С.61-65.
- Столяров В. И. Методологические принципы определения понятий в процессе научного исследования физической культуры и спорта: Учеб. пособие. – М.: ГЦОЛИФК, 1984. – 96 с.
- Стратегія реформування освіти в Україні. – К.: МОН України, 2003. – 296 с.
- Сухарев А. Г. Здоровье и физическое воспитание детей и подростков. – М.: Медицина, 1991. – 272 с.
- Сухомлинський В.О. Лист про педагогічну етику // Вибр. твори: у 5 т. – К.: Радянська школа, 1977. – Т.5. – С.591-600.
- Сухомлинський В.О. Сто порад учителям / В.О. Сухомлинський // Вибр. тв.: в 5-ти т. – К.: Рад. школа, 1976. – т.2. – с.420-425.
- Сухомлинський В.О. Серце віддаю дітям / В.О. Сухомлинський // Вибр. тв.: в 5-ти т. – К.: Рад. школа, 1977. – т.3. – с.5-279.

- Теория и методика физической культуры / Под ред. Ю.Ф. Курамшина. – М.: Советский спорт, 2003. – 464 с.
- Теория и методика физической культуры / подред. Ю. Ф. Курамшина, В. И. Попова. – СПб.: СПб ГАФК им. П. Ф. Лесгафта, 1999. – 374 с.
- Теорія і методика фізичного виховання : у 2 т. / за ред. Т. Ю. Круцевич. – К. : Олімпійська література, 2008. – Т. 1: Загальні основи теорії і методики фізичного виховання. – 392 с.
- Теорія і методика фізичного виховання : у 2 т. /за ред. Т. Ю. Круцевич. – К. : Олімпійська література, 2008. – Т. 2: Методика фізичного виховання різних груп населення. – 368 с.
- Тимушкин А. В. Физическая культура и здоровье : учеб. пособие / А. В. Тимушкин, Н. Н. Чесноков, С. С. Чернов. – М. : СпортАкадемПресс, 2003. – 139 с.
- Типова навчальна програма з дисципліни «Теорія і методика фізичного виховання» / укл.: Т. Ю. Круцевич, Б. М. Шиян, Ю. В. Петришин та ін. – К. : Науковий світ, 2007. – 18 с.
- Ушинский К.Д. Родное слово // Избр. пед. соч.: В двух т. – М.: Педагогика, 1974. – Т.2. – с.269-343.
- Ушинский К.Д. Человек как предмет воспитания. Опыт педагогической антропологии // Избранные педагогические сочинения. Т.1. Под ред. А.И. Пискунова (отв. ред.), Г.С. Костюка, Д.О. Лордкипанидзе, М.Ф. Шабаевой. – М.: Педагогика, 1974. – С.229-547.
- Философский энциклопедический словарь / [сост. С.С. Аверинцев, Э.А. Араб-Оглы, Л.Ф. Ильичов]. – 2-е изд. – М. : Советская энциклопедия. 1989. – 814 с.
- Фізична культура в школі 10-11 класи : методичний посібник / за заг. ред. С. М. Дятленка. – К. : Літера ЛТД, 2010. – 64 с.
- Фізична культура в школі 5-9 класи : методичний посібник / за заг. ред. С. М. Дятленка / – К. : Літера ЛТД, 2009. – 176 с.
- Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта. – М.: Академия, 2000. – 480 с.
- Цьось А. В. Фізичне виховання в календарній обрядовості українців. – Луцьк: Надстир'я, 2000. – 376 с.
- Цьось А.В., Довганюк В.М., Ковальчук Н.М. Планування навчальної роботи з фізичної культури в школах I-III ступенів. – Луцьк: Надстир'я, 1998. – 364 с.
- Шапар В.Б. Психологічний тлумачний словник. – Х.: Прапор, 2004. – 640 с.
- Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів : підруч. для студентів вищ. навч. закл. / Б. М. Шиян. – Тернопіль : Навчальна книга – Богдан, 2004. – Ч. 1. – 272 с.
- Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів: підруч. для студентів вищ. навч. закл. / Б. М. Шиян. – Тернопіль : Навчальна книга – Богдан, 2004. – Ч. 2. – 248 с.
- Шиян Б. М. Теорія фізичного виховання / Шиян Б. М., Папуша В. Г. – Тернопіль : Збруч, 2000. – 184 с.
- Шиян Б. М. Теорія фізичного виховання / Шиян Б. М., Папуша В. Г., Приступа С. Н. – Львів : ЛОНМЩ, 1996. – 220 с.
- Шиян Б.М., Вацеба О.М. Теорія і методика наукових педагогічних досліджень у фізичному вихованні та спорті: Навчальний посібник. – Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2008. – 276 с.