
ПОЛУЛЯЩЕНКО Т.Л.,
старший викладач, кафедра
спортивних дисциплін,
Інститут фізичного виховання
і спорту, ДЗ «Луганський
національний університет
імені Тараса Шевченка»,
м. Кремінна, Україна

ГЛОБА О.П.,
доктор педагогічних
наук, професор, кафедра
ортопедагогіки та реабілітології
факультету корекційної
педагогіки та психології, НПУ
імені М.П.Драгоманова,
м. Бровари, Україна

ПЕДАГОГІЧНІ УМОВИ ВИХОВАННЯ ФІЗИЧНИХ ЯКОСТЕЙ УЧНІВ ОСНОВНОЇ ШКОЛИ У ПРОЦЕСІ ПОЗАКЛАСНИХ ЗАНЯТЬ З ВЕЛОСИПЕДНОГО СПОРТУ

Стаття присвячена важливій проблемі виховання фізичних якостей учнів основної школи у процесі позакласних занять велосипедним спортом. У роботі проаналізовано ступінь наукової розробленості досліджуваної проблеми та її окремих питань за даними наукової психолого-педагогічної літератури, матеріалів міжнародних науково-практичних конференцій та офіційних документів. Висвітлені результати аналізу роботи секцій і груп з фізичного виховання, дитячо-юнацьких спортивних шкіл як середовища виховання психофізичних якостей у дітей шкільного віку, розкрито сутність, виокремлено критерії, показники та охарактеризовані рівні виховання фізичних якостей учнів основної школи у процесі позакласних і позашкільних занять велосипедним

спортом. Педагогічними умовами виховання фізичних якостей учнів основної школи у процесі позакласних занять велосипедним спортом визначені: створення єдиного виховного простору; педагогічна майстерність тренера-викладача; науково-методичне забезпечення процесу виховання морально-вольових і фізичних якостей у школярів-велосипедистів.

Ключові слова: психофізичні якості, морально-вольові якості, позашкільні заняття, процес виховання, фізична готовність, фізична компетентність, велосипедний спорт.

Статья посвящена важной проблеме воспитания физических качеств учащихся основной школы в процессе внеклассных занятий велосипедным спортом. В работе проанализирована степень научной разработанности исследуемой проблемы и отдельных вопросов по данным научной психолого-педагогической литературы, материалов международных научно-практических конференций и официальных документов. Освещены результаты анализа работы секций и групп по физическому воспитанию, детско-юношеских спортивных школ как среды воспитания психофизических качеств у детей школьного возраста, раскрыта сущность, выделены критерии, показатели и охарактеризованы уровни воспитания физических качеств учащихся общеобразовательной школы в процессе внеклассных и внешкольных занятий велосипедным спортом. Педагогическими условиями воспитания физических качеств учащихся основной школы в процессе внеклассных занятий велосипедным спортом определены: создание единого воспитательного пространства; педагогическое мастерство тренера-преподавателя; научно-методическое обеспечение процесса воспитания морально-волевых и физических качеств у школьников-велосипедистов.

Ключевые слова: психофизические качества, морально-волевые качества, внеклассные занятия, процесс воспитания, физическая готовность, физическая компетентность, велосипедный спорт.

The thesis is devoted to the important problem of education of moral-volitional and physical qualities of students of secondary schools in the process of curricular and extra-curricular practice Cycling. This paper analyzes the degree of scientific elaboration of the research problem and specific issues according to scientific psychological and pedagogical literature, materials of international scientific-practical conferences and official documents. The results of the analysis of work of sections and groups in physical education, youth sports schools as the medium of education of the psychophysical qualities in children of school age, the essence, criteria, indicators and characterized the levels of education of morally-strong-willed and physical qualities of students of secondary schools in the process of extra-curricular practice Cycling. Pedagogical conditions of education of physical qualities of students of basic school

in the process of extra-curricular activities Cycling defined: the creation of common educational space; pedagogical skills of the trainer-teacher; scientific and methodological support of the process of education morally-strong-willed and physical qualities of students-cyclists.

Key words: *psycho-physical quality, moral and volitional qualities, extracurricular activities, parenting, physical fitness, physical competence, bicycling.*

Актуальність дослідження. Демократизація і гуманізація суспільства зумовлюють необхідність пошуку шляхів посилення виховної роботи у загальноосвітніх навчальних закладах з метою формування особистості, здатної до самостійного вирішення проблем, самовизначення і творчого саморозвитку, що знайшло відображення в законах України «Про освіту», «Національній доктрині розвитку освіти України», Концепції педагогічної освіти.

На сучасному етапі розвитку педагогічної науки надзвичайно важливим завданням освіти в Україні є формування фізичного, психічного і духовного здоров'я підростаючого покоління. Державним стандартом освітньої галузі «Фізична культура і здоров'я» (2003) для основної та старшої школи (М. Зубалій, А. Борисенко, О. Леонов, О. Остапенко, Л. Іванова, Є. Столітенко) передбачено залучення до 20% дітей шкільного віку до занять у дитячо-юнацьких спортивних школах (сьогодні залучені 11% дітей); проведення акредитації ДЮСШ; оновлення та збалансування інфраструктури розвитку олімпійських видів спорту.

Реалізація на практиці змісту діючих законів і програм не дозволяє зберегти на належному рівні фізич-

ний розвиток школярів. Інтенсифікація навчання, використання технічних засобів, подовжена тривалість навчального тижня; нераціональна організація навчально-виховного процесу; навчальний стрес; зниження рухової активності й ще більш виражена гіпокінезія - це чинники, що характеризують сьогодишню освіту, призводять до зростання захворюваності, зниження рівня здоров'я молоді. Ситуація загострюється через зростаючу популярність у дитячому і молодіжному середовищі привабливих видів нефізичної діяльності (ігрові автомати, комп'ютерні ігри тощо). Уроки фізичної культури лише на 10 - 13 % компенсують необхідний для дитячого організму обсяг рухової активності [].

Така тенденція вимагає спрямувати виховний процес загальноосвітніх навчальних закладів на підвищення в учнів інтересу до занять фізичною культурою, до певних сфер фізкультурно-спортивної діяльності, розширення знань, рухових умінь та навичок у конкретному виді спорту, підвищення обсягу рухової активності як складової частини здорового способу життя.

Для підтримки високої працездатності організму необхідна щоденна м'язова робота. Діти повинні одержу-

вати певну норму фізичного навантаження щодня, потрібні додаткові форми фізичного виховання. Прищеплювати любов до занять фізичними вправами слід ще до вступу дитини до школи (Н. Денисенко, О. Дубогай, Г. Зайцева, І. Петренко, В. Язловецький). У зв'язку з цим зростає необхідність удосконалення змісту фізичного виховання учнів загальноосвітньої школи.

Вагомість позакласних і позашкільних занять обраними видами спорту у вихованні молодшої генерації спортсменів, зміцнення здоров'я, пропаганда фізичної культури серед молоді безперечна. Істотно зростає необхідність розробки інноваційних методик, що забезпечують оздоровчо-тренувальну спрямованість, ефективно формують загальну і спеціальну фізичну підготовку, сприяють індивідуальній корекції фізичних якостей і розвитку потреб до занять улюбленим видом спорту. Сьогодення об'єктивно висуває низку вимог до фізичних якостей особистості, яка здатна успішно функціонувати в умовах ринку.

Сучасні вчені (Г. Грибан, В. Зациорський, О. Зваричук, В. Ігнат'єва, Ф. Опанасюк, Т. Ротерс, А. Стафеева, О. Толкачов, С. Усольцева, В. Цапенко, В. Ягоднікова, А. Яковлев та ін.) розкривають залежність розвитку фізичних якостей від фізичного виховання, підтверджують наявність взаємозв'язку між ними в окремих видах спорту. Аналіз наукових робіт свідчить про надання переваги навчанню технічним прийомам конкретно визначеної спортивно-орієнтованої діяльності, ніж вихованню фізичних якостей у школярів [].

Особливе значення в процесі занять фізичною культурою і спортом, слід приділяти розвитку вольових якостей учня і спортсмена, оскільки будь-які спортивні досягнення це, в

першу чергу, результат зусилля волі, прояв рис характеру спортсмена, які дозволили б йому з одного боку гармонійно поєднувати заняття спортом з іншими заняттями, а з іншого - успішно реалізувати свої спеціальні навички та вміння під час змагань [].

Удосконалюючи процес формування фізичної культури учнів, насамперед, за їх активної участі у фізкультурно-оздоровчих і спортивно-масових заходах, можна створити таку виховну систему, яка сприятиме їхньому становленню як особистості. Тобто, формування фізичної культури створює умови для розвитку різноманітних зв'язків учнів, допомагає набути у них досвіду самостабілізації у мікро- і макрооточенні, зміцнити власну життєспроможність [].

Розкриттю названих проблем присвячено праці Г. Бочарової, О. Примакова, Ю. Мануйлова (школа – центр активної виховної роботи з учнями у мікрорайоні), Л. Ніколаєвої (зміст діяльності учнів у дитячих і юнацьких об'єднаннях), Р. Белова, (організація і проведення фізкультурно-оздоровчої роботи за місцем проживання), Б. Ведмеденка, О. Леонова, А. Романова (робота шкільних і позашкільних клубів за інтересами), В. Семеніва (діяльність спортивно-педагогічних комплексів). У наукових дослідженнях Т. Круцевич, Г. Корди, М. Фіцули висвітлюються особливості виховної роботи в учнівському колективі, визначено його впливи на становлення й розвиток особистості учнів. У дослідженнях О. Вацеби, Л. Волкова, С. Закопайла, М. Зубалія, Ю. Компанійця, О. Куца, В. Лабскіра, Б. Шияна, В. Язловецького та інших розкрито педагогічний потенціал фізкультурно-спортивної роботи, визначено педагогічні умови впливу занять фізичною культурою на виховання учнів різного віку.

Зіставлення сучасних вимог до виховання фізичних якостей учнів основної школи і результатів аналізу існуючої практики організації позакласних занять фізичними вправами дозволяє констатувати невідповідність, яка надала змогу виокремити низку суперечностей:

- між потребами, запитами й інтересами школярів до свого психофізичного вдосконалення та існуючою практикою виховання фізичних якостей учнів загальноосвітньої школи;
- між сучасними вимогами, які ставляться суспільством до школярів, і реальною фізичною підготовленістю, рівнем виховання морально-вольових і фізичних якостей;
- між необхідністю гармонійного розвитку школярів і недостатнім рівнем педагогічних умов їхнього виховання в умовах організованих позакласних і позашкільних занять обраними видами спорту.

Наявна система фізичного виховання у навчальних закладах не сприяє гармонійному розвитку школярів (С. Гозак, М. Булатова, О. Литвин, О. Советова, М. Поляничко, О. Андреева, Т. Круцевич, Н. Москаленко). Лише впровадження в загальноосвітніх навчальних закладах новітніх оздоровчих технологій дозволить поліпшити стан їхнього здоров'я. Розробка і впровадження нових технологій оздоровчих занять зі школярами у навчальний процес є одним з актуальних завдань сучасного фізичного виховання (С. Ізаак, В. Горашук, В. Вишневський, J. Carter, О. Харитоновна, F. Brooks та ін.).

Метою нашого дослідження визначено обґрунтування та експериментальна перевірка педагогічних умов виховання фізичних якостей учнів

основної школи у процесі позакласних занять велосипедним спортом.

Відповідно до мети визначені наступні **завдання дослідження**:

1. Узагальнити теоретичні знання й практичний досвід організації та змісту фізичного виховання учнів загальноосвітньої школи у процесі позакласних і позашкільних занять.
2. Розкрити сутність виховання фізичних якостей учнів основної школи у процесі позакласних занять обраним видом спорту.
3. Визначити структуру, виявити якісні та кількісні характеристики й охарактеризувати рівні виховання фізичних якостей учнів основної школи у процесі позакласних занять велосипедним спортом.
4. Теоретично обґрунтувати й експериментально перевірити ефективність педагогічних умов виховання фізичних якостей учнів основної школи, які займаються велосипедним спортом, у процесі позакласної роботи.

Теоретичний аналіз психолого-педагогічної наукової літератури з проблеми дослідження засвідчив, що впровадження позакласної форми навчання та виховання школярів передбачає специфічну педагогічну діяльність тренерів-педагогів, спрямовану на виявлення і задоволення індивідуальних потреб учнів у процесі навчально-тренувальних занять. Таку педагогічну діяльність ми тлумачимо як психолого-педагогічний супровід в умовах позакласних занять обраними видами спорту. Підтверджено, що організація позакласних занять обраним видом спорту є важливою ланкою існуючої в Україні системи фізкультурно-спортивного руху, в якій здійснюється різнобічна підготовка юних учнів-спортсменів, формуються їх морально-вольові та фізичні якості, за-

гартується характер і воля. Важливу роль у цьому процесі відіграє первинний колектив, тренувальна група (секція), де школярі опановують не тільки техніку обраного виду спорту, але й високу культуру міжособистісних відносин, відповідальність за морально-психологічний стан усього колективу.

У дослідженні фізичні якості ми розглядаємо як розвинуті у процесі виховання та цілеспрямованої підготовки рухові задатки людини, що визначають її можливості успішно виконувати певну рухову діяльність. Виховання фізичних якостей - це педагогічний процес, спрямований на фізичний розвиток особистості з метою підвищення його рівня. Отже, терміном «розвиток» позначаємо зміни, що відбуваються в організмі; терміном «виховання» – дії, необхідні, щоб ці зміни відповідали поставленій меті.

Виховання та розвиток здатності до прояву фізичних і вольових якостей завжди проходять на основі деяких загальних закономірностей:

- відповідно принципу поступовості, треба починати підготовку з подолання незначних труднощів, поступово підвищуючи їх інтенсивність. Це сприяє формуванню впевненості у своїх силах;
 - необхідно давати установку на обов'язкове виконання поставленого завдання;
 - створювати умови для прояву енергійних вольових напружень, розвивати здатність до тривалих вольових зусиль, в тому числі й при монотонній діяльності;
 - домагатися підвищення рівня результативності вправ та забезпечувати надходження інформації про дії для усвідомлення [].
- Встановлено, що до специфічних

показників психофізичного розвитку школярів відносяться: активне ставлення до тренувальних навантажень, наявність стійких гігієнічних звичок, свідомо турбота про своє харчування, здоров'я, зовнішній вигляд, суворе дотримання спортивного режиму, коректні взаємини із суперниками і спортивними суддями, самоконтроль у виразі емоцій і агресивності під час змагань. Показниками фізичної компетентності є: швидке розуміння настанов тренера, використання раніше засвоєних засобів дій, самостійність, гнучкість поведінки, економічність дій.

Специфіка діяльності велосипедиста пред'являє певні вимоги, диференційовані по значущості. Визначення середнього коефіцієнту фізичних якостей учнів надало можливості побачити як окрему особистість, так і всю навчально-тренувальну групу, спрямовуючи діяльність тренера-викладача на посилення тих чи інших якостей, уміло підбирати адекватний комплекс вправ для індивідуальної та групової роботи.

Аналіз наукових засад дослідження дав змогу констатувати, що категорія «виховання фізичних якостей» передбачає активний вплив на зростання показників фізичного розвитку. Фізичні якості - це розвинуті у процесі виховання і цілеспрямованої підготовки рухові задатки людини, які визначають її можливості успішно виконувати певну рухову діяльність. Процес навчання учнів-велосипедистів органічно пов'язаний з вихованням фізичних якостей школярів і характеризується високою інтенсивністю, швидкими змінами ситуації, проявами силових якостей, широкою різноманітністю використовуваних технічних прийомів. Все це вимагає від них не тільки відповідної техніко-тактичної підготовки,

але й виховання морально-вольових і фізичних якостей, вміння реалізувати їх у складних тренувальних ситуаціях і під час участі у змаганнях.

Нами виокремлено основні педагогічні умови виховання фізичних якостей учнів у процесі позакласних занять велосипедним спортом, а саме: створення єдиного виховного простору «Школа - Секція», яке можливе за наявності наступних чинників: пріоритетності виховної діяльності, інтеграції ресурсів середовища тренувальної групи для оптимального використання його виховного потенціалу і забезпечення різноманіття просторів самореалізації суб'єктів, сформованості та розвитку системи соціального партнерства: тренер-викладач – учень-спортсмен, залучення суб'єктів середовища до реалізації завдань виховання, технологія прогнозування, орієнтації і спортивного відбору; педагогічна майстерність тренера-викладача, складовими якої є його педагогічні здібності (дидактичні, експресивні, науково-педагогічні, комунікативні, особистісні, організаторські, здібності до розподілу уваги, мажорні, конструктивні, психомоторні, гностичні, проектувальні і конструктивні, організаторські, дидактичні, експресивні, комунікативні, академічні і спеціальні, селекційні та прогностичні), що забезпечують підтримку і допомогу у вихованні індивідуальності школярів; підготовка науково-методичного забезпечення для виховання фізичних якостей школярів у навчально-тренувальних групах, що складається з пояснювальної записки, обґрунтування моделі педагогічного процесу виховання фізичних якостей, і базується на принципах, які органічно пов'язані між собою і охоплюють усі аспекти процесу виховання фізичних якостей юних спортсменів, спрямовуючи їх на

фізичну готовність і на формування цілісної особистості; організація психолого-медико-педагогічного супроводу учнів основної школи у процесі позакласних та позашкільних занять велосипедним спортом.

Важливе місце у виховній роботі відводилося стимулюванню, що передбачало залучення учнів до активної реалізації своїх творчих планів, формування умінь і навичок самостійно займатися фізичними вправами в домашніх умовах. Для цієї діяльності характерними були високі мотиви, що формувалися в процесі фізкультурно-спортивної роботи і спортивного вдосконалення. Отримуючи задоволення і віру у власні можливості, учні прагнули позитивно зарекомендувати себе в колективі однолітків, отримати їхнє визнання, повагу.

Комплексний аналіз і систематизація психолого-педагогічних досліджень дали змогу визначити власні позиції щодо тлумачення поняття «психолого-педагогічний супровід» як педагогічного феномена. Зміст поняття «психолого-педагогічний супровід школярів» нами визначено як вид психолого-педагогічної діяльності, що передбачає виявлення потреб і розвиток індивідуальних можливостей школярів у процесі позакласних занять обраним видом спорту. Під час наукового пошуку визначено потреби школярів у фокусі психолого-педагогічного супроводу: загальнонавчальна, що проявляється у здійсненні ефективної самостійної навчальної діяльності; соціоінтегративна, як міжособистісна взаємодія з усіма суб'єктами навчально-тренувального процесу; соціокультурна, як взаємодія з представниками секційних занять. Відповідно до міри прояву та специфічності ці потреби детермінують процесуальне й ресурсне забезпечення педагогічно супрово-

ду школярів в умовах позакласних і позашкільних занять велоспортом.

За результатами формувального експерименту виявлено, що впровадження авторських педагогічних технологій в процес навчання сприяє підвищенню соціонавчальної інтегрованості школярів-спортсменів. Зменшилась чисельність «ізолюваних» учнів у зв'язку зі станом здоров'я (з 42,31% до 15,38%, $p \leq 0,05$); зросли показники взаємодії учнів в межах навчально-тренувальної групи (з 7,69% до 26,92%, $p \leq 0,05$); зменшився обсяг зовнішньої допомоги (з 76,97% до 67,23%, $p \leq 0,05$).

Результати діагностики свідчать, що якісно змінилися особливості організації та реалізації навчально-тренувального процесу на кожному з його етапів. Якісні зміни відбулися на рівні оцінювального етапу, оскільки тренери-педагоги стали приділяти увагу характеристиці всього спектра особистісних потреб юних велосипедистів. Результати дослідження засвідчили якісні зміни на планувальному етапі, оскільки чисельно збільшилося адаптування змісту, процесу й результату оволодіння спеціальними вміннями та навичками з урахуванням потреб учнів. Зросла увага до планування участі учнів-спортсменів у колективних формах роботи. Зафіксовано, що на практичному етапі зросла увага до педагогічної підтримки та психолого-педагогічного супроводу процесу виховання фізичних якостей (з 38,27% до 53,09%, $p \leq 0,01$), морально-вольових якостей (з 40,74% до 61,73%, $p \leq 0,01$), загальнонавчальних (з 54,94% до 72,84%, $p \leq 0,01$); соціоінтегративних (з 19,14% до 54,94%, $p \leq 0,01$). Якісні зміни виявлено на контрольно-рефлексивному етапі педагогічного експерименту. Встановлено, що застосування педагогічних умов сприяло усвідомленню

спільної відповідальності тренера й учнів-спортсменів щодо забезпечення індивідуальних потреб учнів (з 32,14% до 57,14%, $p \leq 0,05$). Змінилися погляди тренерів-педагогів стосовно пріоритетності організації спеціального середовища «Школа - Секція» (з 7,14% до 21,43%, $p \leq 0,01$).

Аналіз результатів експерименту засвідчив, що тренери-педагоги змінили свої уявлення та засоби здійснення психолого-педагогічного супроводу під впливом формувального етапу, коли вони мали змогу підвищити фаховий рівень щодо питань організації позакласних та позашкільних навчально-тренувальних занять учнів загальноосвітньої школи (з 0,00% до 85,71%, $p \leq 0,01$) й отримати фахову консультацію (з 0,00% до 85,71%, $p \leq 0,01$).

Результати формувального експерименту переконливо доводять, що технологія використання педагогічних умов виховання фізичних якостей учнів основної школи та психолого-педагогічного супроводу цього процесу сприяла зростанню їхньої навчальної активності та ініціативності, а відтак, і їхній соціонавчальній інтегрованості. З метою досягнення цілісності виховання фізичних якостей учнів-велосипедистів, зазначені педагогічні умови було використано в комплексі, оскільки між ними існує зв'язок і взаємозалежність.

Визначено, що поняття «виховання фізичних якостей» свідчить про зміни, причиною яких є спеціальне втручання, цілеспрямована робота з прогнозом результатів, воно є складовою фізичного виховання і сприяє розв'язанню соціально обумовлених завдань: всебічному і гармонійному розвитку школярів у тренувальних групах, досягненню високої стійкості до соціально-екологічних умов, підвищенню адаптивних властивостей

організму. Виховання фізичних якостей здійснюється в процесі занять фізичним вправами за спеціально розробленими методиками, є цілісним процесом, об'єднуючим окремі взаємозв'язані сторони вдосконалення фізичних, функціональних і психологічних можливостей людини.

Важливою умовою виховання фізичних якостей учнів основної школи є підвищення педагогічної майстерності тренера-викладача, його кваліфікації і вдосконалення особистісних якостей. Тренер-викладач має володіти теорією фізкультурно-спортивної роботи, технікою педагогічних прийомів, їх комбінаціями, методикою навчання і виховання, спрямованою на розвиток необхідних фізичних якостей учнів; мистецтвом вірцевого показу техніки виконання вправ, які вивчають учні в умовах позакласних занять; розвинутою творчою уявою, літературною мовою і педагогічним тактом; здібностями до збудження духу змагальності серед юних спортсменів; мистецтвом організатора, витримкою, вмінням сприймати критичні зауваження й бути самокритичним; фанатичною відданістю улюбленому

виду спорту та фізкультурно-спортивній роботі.

Експериментальна робота підтвердила ефективність технології створення педагогічних умов для виховання фізичних якостей учнів основної школи у процесі організованих позакласних і позашкільних занять велосипедним спортом. Експериментальна перевірка розробленої методики виявила її педагогічну доцільність та ефективність. Одержані в процесі експериментальної роботи результати засвідчили досягнення сформульованої мети, виконання поставлених завдань та підтвердили висунуту робочу гіпотезу.

Проведене дослідження не вичерпує всіх проблем, пов'язаних з вихованням фізичних якостей учнів-спортсменів у навчально-тренувальних групах. Перспективними напрямками майбутніх досліджень вважаємо: створення індивідуальних корекційних програм психофізичної підготовки учнів-спортсменів для участі у змаганнях у складі збірних команд міста, області, України.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Костюкевич В. М. *Управление тренировочным процессом футболистов в годичном цикле подготовки* / В. М. Костюкевич. – Вінниця : Планер, 2006. – 683 с.
2. Круцевич Т. Ю. *Теория и методика физического воспитания : в 2 т. : учеб. [для студ. ВУЗов физ. воспитания и спорта]* / Т. Ю. Круцевич. – К. : Олимп. лит., 2003. – Т. II. – 2003. – 391с
3. Лях В. І. *Методика фізичного виховання учнів* / В. І. Лях // посібник для вчителя. – М.: Просвещение, 2000 – 153 с.
4. Петренко І. Г., *Аналіз напрямків модернізації процесу фізичного виховання студентів ВНЗ* / І. Г. Петренко // «Молодий вчений» No 2 (17) 2015, електронні ресурси : <http://molodyvcheny.in.ua/files/journal/2015/2/410.pdf>

5. Формування рухових якостей учнів основної школи у процесі позакласних занять з велосипедного спорту / Колективна монографія за ред. Ю. М. Полумященко; авт. кол.: Т. М. Бугеря, О. П. Глоба, О. М. Костенко, Т. Л. Полумященко, А. В. Радченко, Т. С. Станєва, В. А. Терещук / Старобільськ: ДЗ «ЛНУ імені Тараса Шевченка», 2015. – 199с.

TRANSLITERATION OF RESOURCES:

1. Kostjuevych V. M. Upravlenye trenirovochnym processom futbolystov v godychnom cykle podgotovky / V. M. Kostjuevych. – Vynnyca : Planer, 2006. – 683 s.
2. Krucevych T. Ju. Teoryja y metodyka fizyčeskogo vospytanyja : v 2 t. : ucheb. [dlja stud. VUZov fiz. vospytanyja y sporta] / T. Ju. Krucevych. – K. : Olymp. lyt., 2003. – T. II. – 2003. – 391s
3. Ljah V. I. Metodyka fizyčnogo vyhovannja uchniv / V. I. Ljah // posibnyk dlja vchytelja. - M.: Prosveshhenye, 2000 – 153 s.
4. Petrenko I. G., Analiz naprjamki modernizacii' procesu fizyčnogo vyhovannja studentiv VNZ / I. G. Petrenko // «Molodyj vchenyj» No 2 (17) 2015, elektroni resursy : <http://molodyvcheny.in.ua/files/journal/2015/2/410.pdf>
5. Formuvannja ruhovyh jakostej uchniv osnovnoi' shkoly u procesi pozaklasnyh zanjat' z velosypednogo sportu / Kolektyvna monografija za red. Ju. M. Poluljashhenko; avt. kol.: T. M. Bugerja, O. P. Globa, O. M. Kostenko, T. L. Poluljashhenko, A. V. Radchenko, T. S. Stanjeva, V. A. Tereshhuk / Starobil's'k: DZ «LNU imeni Tarasa Shevchenka», 2015. – 199s.