

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ДВНЗ «ПРИКАРПАТСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ВАСИЛЯ СТЕФАНІКА»

Факультет фізичного виховання і спорту

Кафедра фізичної терапії, ерготерапії

СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

ПРОПЕДЕВТИКА ДИТЯЧИХ ЗАХВОРЮВАНЬ

Освітня програма «Фізична терапія, ерготерапія»

Перший (бакалаврський) рівень

Спеціальність 227 Фізична терапія, ерготерапія

Галузь знань 22 Охорона здоров'я

Затверджено на засіданні кафедри
фізичної терапії, ерготерапії
Протокол №1 від “28” серпня 2020 р.

Івано-Франківськ - 2020

ЗМІСТ

1. Загальна інформація
2. Анотація до курсу
3. Мета та цілі курсу
4. Компетентності
5. Результати навчання
6. Організація навчання курсу
7. Система оцінювання курсу
8. Політика курсу
9. Рекомендована література

1. Загальна інформація	
Назва дисципліни	Пропедевтика дитячих захворювань
Викладач (-і)	Заставна О.М.
Контактний телефон викладача	0982255898
E-mail викладача	zastavnaom@gmail.com olha.zastavna@pnu.edu.ua
Формат дисципліни	Лекційні, практичні заняття
Обсяг дисципліни	3 кредити ЄКТС
Посилання на сайт дистанційного навчання	www.d-learn.pnu.edu.ua
Консультації	понеділок 13.30
2. Анотація до курсу	
Дисципліна призначена для студентів третього курсу спеціальності 227 Фізична терапія, ерготерапія та покликана сформувати у них цілісну систему знань щодо вивчення анатомії, фізіології, патології, основ психології, фізичної реабілітації, кінезітерапії, фізіотерапії, спецкурсів за темою спеціалізації опанувати знання про основи пропедевтики дитячих захворювань занять, сформувати у студентів практичні навички пропедевтики дитячих захворювань занять, в яких реалізуються різні види пропедевтики дитячих захворювань; ознайомити їх із особливостями реалізації різних видів анатомії, фізіології, патології, основ психології, фізичної реабілітації, кінезітерапії, фізіотерапії.	
3. Мета та цілі курсу	
навчити студентів розробляти та обґрунтовувати на підставі вивчення анатомії, фізіології, патології, основ психології, фізичної реабілітації, кінезітерапії, фізіотерапії, спецкурсів за темою спеціалізації опанувати знання про основи пропедевтики дитячих захворювань.	
4. Компетентності	
ЗК 01. Знання та розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності. ЗК 09. Навички використання інформаційних і комунікаційних технологій. ЗК 10. Здатність до пошуку, оброблення та аналізу інформації з різних джерел. ЗК 11. Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями. ЗК 12. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях. СК 02. Здатність аналізувати будову, нормальний та індивідуальний розвиток людського організму та його рухові функції. СК 03. Здатність трактувати патологічні процеси та порушення і застосовувати для їх корекції придатні засоби фізичної терапії, ерготерапії. СК 04. Здатність враховувати медичні, психолого-педагогічні, соціальні аспекти у практиці фізичної терапії, ерготерапії. СК 06. Здатність виконувати базові компоненти обстеження у фізичній терапії та/або ерготерапії: спостереження, опитування, вимірювання та тестування, документувати їх результати СК 10. Здатність проводити оперативний, поточний та етапний контроль стану пацієнта/клієнта відповідними засобами й методами (додаток 3) та документувати отримані результати.	

СК 11. Здатність адаптовувати свою поточну практичну діяльність до змінних умов.					
5. Результати навчання					
ПР 03. Використовувати сучасну комп'ютерну техніку; знаходити інформацію з різних джерел; аналізувати вітчизняні та зарубіжні джерела інформації, необхідної для виконання професійних завдань та прийняття професійних рішень.					
ПР 04. Застосовувати у професійній діяльності знання біологічних, медичних, педагогічних та психосоціальних аспектів фізичної терапії та ерготерапії.					
ПР 06. Застосовувати методи й інструменти визначення та вимірювання структурних змін та порушених функцій організму, активності та участі, трактувати отриману інформацію.					
ПР 07. Трактувати інформацію про наявні у пацієнта/клієнта порушення за Міжнародною класифікацією функціонування, обмеження життєдіяльності та здоров'я (МКФ) та Міжнародною класифікацією функціонування, обмеження життєдіяльності та здоров'я дітей та підлітків (МКФ ДП).					
ПР 12. Застосовувати сучасні науково-доказові дані у професійній діяльності.					
6. Організація навчання курсу					
Обсяг курсу					
Вид заняття			Загальна кількість годин		
Лекційні заняття			12		
Практичні заняття			18		
самостійна робота			60		
Ознаки курсу					
Семестр	Спеціальність		Курс (рік навчання)	Нормативний / вибірковий	
5	227 Фізична терапія, ерготерапія		3	В	
Тематика курсу					
Тема, план	Форма заняття	Літер атура	Завдання, год	Вага оцінки	Термін виконання
Змістовий модуль 1. Особливості проведення фізичної реабілітації у педіатрії	Лекції Практичні заняття Самостійна робота	1,4,7, 11	12 18 60		Жовтень- Грудень 20р
Тема 1. Характеристика вікових періодів дитинства Схема нормального психомоторного розвитку дитини		1,2,19, 20	Характеристика вікових періодів дитинства Схема нормального психомоторного розвитку дитини Вивчити анатомо-фізіологічні особливості	5 балів	Жовтень

	Лекції Практичн і заняття Самостій на робота	організму дитини, психомоторний розвиток дитини. Вихідний рівень знань: поняття про періоди дитячого віку, класифікація, розвиток, захворювання. 1.Онтогенез – це сукупність послідовних морфологічних, фізіологічних і біохімічних перетворень організму від його зародження до кінця життя. 2.Класифікація періодів дитячого віку : підготовчий етап, період внутрішньоутробного розвитку, період новонародженості, грудний вік, шкільні періоди, 3.Період внутрішньоутробного розвитку: а) період формування спадковості. б) формування соматичного та репродуктивного здоров'я батьків. в) перед концептуальний період (підготовка до зачаття). 4.Період внутрішньоутробного розвитку плода :термінальний, період імплантації, ембріональний період, неофетальний, фетальний період 5.Період новонародженості : поділяється на		
--	--	---	--	--

			інтранатальний, неонатальний, перинатальний період. 6.Грудний вік. 29- го дня життя до року, характеризується інтенсивним збільшенням ваги і росту. 7.Шкільні періоди Тем росту і розвитку, пропорції тіла, формування опорно – рухового апарату. Нервова система і органи чуття швидко розвиваються 1 2 11		
Тема 2. Особливості об'єктивного обстеження дітей	Лекції Практичн і заняття Самостій на робота	3,5,16 ,22	Особливості об'єктивного обстеження дітей Вивчити анатомо-фізіологічні особливості організму дитини, особливості розвиток дитини, принципи їх обстеження. Вихідний рівень знань: поняття про особливості організму дитини, фізичний розвиток дитини, класифікація, розвиток. Фізичний розвиток - це сукупність морфологічних і функціональних ознак організму, що характеризують процеси	5 балів	Жовтень

			його росту та біологічного дозрівання, запас фізичних сил. Адекватний фізичний розвиток є найоб'єктивнішим показником здоров'я: більш високим показникам здоров'я відповідають кращі показники розвитку. II 1 4 11		
Тема 3. Анатомо-фізіологічні особливості нервової системи та опорно-рухового апарату дітей, принципи їх обстеження		4,7,15,21	Мета анатомо-фізіологічні особливості нервової системи та опорно-рухового апарату дітей Аспекти та принципи їх обстеження (за періодичністю, характером організації, правовим статусом, інтенсивністю навантаження, кількістю учасників, формою, типологією). Фізична вправа, як основний засіб фізичної терапії. Функції фізичних вправ, їх ознаки. Класифікація фізичних вправ (за розвитком фізичних якостей, за структурою, за потужністю	5 балів	Жовтень.

	Лекції Практичн і заняття Самостій на робота		енергообміну та ін.). Ефективність занять фізичним вправами. Методи фізичної терапії, поняття, види. Загально педагогічні методи: словесний, наочний, практичний. Метод навчання техніки фізичних вправ: методи цілісної та розчленованої вправи допоміжні методи (вибірково- розчленований, вправляння з безпосередньою допомогою викладача, вправляння в уявленні (ідеомоторний метод) вправляння в імітації рухів, безперервної вправи, інтервальної вправи, комбінованої вправи, ігрової вправи, змагальної вправи) У новонародженої дитини ЦНС належить провідна роль, вона зв'язує у ціле всі внутрішні органи і регулює процеси, що протікають в них, виступає як посередник між організмом у цілому та зовнішнім середовищем. Темпи розвитку нервової системи відбуваються тим швидше, чим менша дитина. Особливо		
--	--	--	--	--	--

			енергійно вони проходять впродовж перших 3 місяців життя. Закладка і утворення кісткової системи відбувається пізніше інших систем організму – на 5 тижні внутрішньоутробного розвитку. Остаточна структура кісток формується після народження дитини і відбувається в тому віці, коли дитина ходить. 1 4 11		
Тема 4. Анатомо-фізіологічні особливості дихальної та серцево-судинної систем дітей, принципи їх обстеження	Лекції Практичн і заняття Самостій на робота	3,8,12 ,19	Мета вивчити анатомо-фізіологічні особливості дихальної та серцево-судинної системи у дітей. Семіотика уражень і захворювань. Вихідний рівень знань: поняття про анатомо-фізіологічні особливості дихальної та серцево – судинної системи, класифікація, розвиток, захворювання. Семіотика уражень і захворювання Під час дослідження органів дихання в дитини треба звернути особливу увагу на такі моменти: 1. Збираючи	5 балів	Листопад

			анамнез 2. Під час огляду – оцінити положення хворої дитини, стан шкіри та слизових оболонок, наявність ціанозу, форму грудної клітки. 3. Під час пальпації – на болючість при її проведенні, характер голосового тремтіння, деформації грудної клітки, симетричність товщини шкірної складки, набряк і вибухання міжреберних проміжків, наявність шуму тертя плеври. 4. Під час перкусії – на характер легеневого звуку та його зміни (вкорочення, притуплення, абсолютна тупість, тимпаніт, коробковий), наявність патологічних симптомів, зміни меж легень. 5. Під час аускультації – на вид дихання (везикулярне, пуерильне), появу патологічних типів дихання (жорстке, ослаблене, бронхіальне, амфоричне, сакадоване), на наявність і характер додаткових патологічних шумів (хрипи, крепітація, шум, тертя		
--	--	--	---	--	--

			плеври, бронхофонія). 6. За даними додаткових методів дослідження – оцінити клінічні, біохімічні, бактеріологічні, імунологічні, цитологічні дані, дослідження крові, мокротиння, плевральної рідини, результати рентгенографії, спірографії, пікфлоуметрії, бронхоскопії та бронхографії, комп'ютерної та магнітно-резонансної томографії. Під час дослідження серцево-судинної системи дитини необхідно звернути увагу на такі моменти: 1. Скарги: біль в ділянці серця, серцебиття, перебої, задишка, ціаноз, набряки, головний біль, запаморочення, на загальну слабкість, стомленість. 2. Дані огляду: серцевий горб, пульсація в ділянці серця, зміни серцевого поштовху, колір шкіри (блідість, ціаноз), фізичний розвиток.¹		
			4		

			9		
Тема 5. Анатомо-фізіологічні особливості травної, ендокринної, видільної систем дітей, принципи їх обстеження	Лекції Практичн	2,9,14,17	Мета вивчити анатомо-фізіологічні особливості травної, ендокринної, видільної систем дітей, принципи їх обстеження. Семіотика уражень і захворювань. Вихідний рівень знань: поняття про анатомо-фізіологічні особливості травної, ендокринної, видільної систем дітей, класифікація, розвиток, захворювання. При дослідженні системи травлення в дитини треба звернути особливу увагу на такі моменти: - Збираючи анамнез, необхідно з'ясувати спадковість щодо захворювань травної системи. - Оглядаючи дитину, потрібно звернути увагу на стан язика (сухий, із нальотом, малиновий, «географічний», великий), слизової оболонки рота (бліда, наявність крововиливів, плям). - Проводячи поверхневу пальпацію, треба визначити напруження, тонус	5 балів	Листопад

	і заняття Самостій на робота		м'язів передньої черевної стінки (знижений або підвищений). 4. Проводячи глибоку пальпацію за методикою Образцова-Стражеска, визначають особливості органів черевної порожнини (кишечника, печінки, жовчного міхура, селезінки, підшлункової залози, лімфатичних вузлів). 5. За допомогою перкусії визначають наявність рідини в черевній порожнині. 6. Оцінити результати лабораторно-інструментальних досліджень. 1 4 7		
Тема 6. Особливості визначення фізичного розвитку дітей	Лекції Практичн і заняття Самостій на робота	5,10,1 3,19	Мета вивчити анатомо-фізіологічні особливості організму дитини, фізичний розвиток дитини, принципи їх обстеження. Вихідний рівень знань: поняття про анатомо-фізіологічні особливості організму дитини, фізичний розвиток дитини, класифікація, розвиток.	5 балів	Листопад

			Фізичний розвиток - це сукупність морфологічних і функціональних ознак організму, що характеризують процеси його росту та біологічного дозрівання, запас фізичних сил. Адекватний фізичний розвиток є найоб'єктивнішим показником здоров'я: більш високим показникам здоров'я відповідають кращі показники розвитку. 1) Антропометричні показники (довжина тіла, зріст, маса тіла, обводи голови, грудної клітки, живота, кінцівок). 2) Соматоскопічні показники (форма грудної клітки, конституційний тип, ступінь розвитку мускулатури, ступінь розвитку підшкірно-жирової клітковини). 3) Соматометричні показники (діаметр кісток, товщина підшкірно-жирової складки). 4) Фізіометричні показники (артеріальний тиск, пульс, м'язова сила, станова сила). 1		
--	--	--	---	--	--

			4		
			7		
Контрольна робота	Практичн і заняття Самостій на робота	1,4,17 ,21	Завдання тем 1-6 2 2	5 балів	грудень

7. Система оцінювання курсу

Загальна система оцінювання курсу	Система оцінювання знань студентів з кожної навчальної дисципліни включає поточний, модульний та семестровий контроль знань. Поточний контроль здійснюється під час проведення лекційних, практичних, індивідуальних занять і має на меті перевірку знань студентів з окремих тем навчальної дисципліни та рівня їх підготовленості до виконання конкретної роботи. Оцінки у національній шкалі («відмінно» — 5, «добре» — 4, «задовільно» — 3, «незадовільно» — 2), отримані студентами, виставляються в академічних журналах. Модульний контроль проводиться (виставляється) на підставі оцінювання результатів знань студентів після вивчення матеріалу з логічно завершеної частини дисципліни — змістового модуля. Завданням модульного контролю є перевірка розуміння та засвоєння певного матеріалу (теми), вироблення навичок проведення розрахункових робіт, вміння вирішувати конкретні ситуативні задачі, здатності осмислювати зміст даної частини дисципліни, уміння публічно чи письмово подати певний матеріал. Форми модульного контролю та система оцінювання рівня знань та вмінь студентів визначаються кафедрою та відображаються у робочій навчальній програмі дисципліни. Кількість балів за кожний модуль (оцінка контролю у балах) визначаються кафедрою. Семестровий (підсумковий) контроль проводиться у формі екзамену. Екзамен — форма підсумкового контролю, яка передбачає перевірку розуміння студентом теоретичного та практичного програмного матеріалу з усієї дисципліни, здатності творчо використовувати здобуті знання та вміння, формувати власне ставлення до певної проблеми тощо. Форма проведення екзамену може бути письмова, письмово-усна, у формі тестових екзаменаційних завдань. Зміст екзаменаційних завдань та критерії оцінювання встановлюються кафедрою.
-----------------------------------	---

Вимоги до письмової роботи	При виставленні балів за модульний контроль оцінюються: рівень теоретичних знань та практичні навички з тем, включених до змістових модулів, самостійне опрацювання тем, проведення розрахунків, лабораторних робіт, написання рефератів, опрацювання завдань робочих зошитів, підготовка конспектів навчальних чи наукових текстів, тощо. Якщо студент не складав змістовий модуль з поважних причин, які підтверджені документально, то він має право на його складання з дозволу зав. кафедри (за заявою).
Практичні заняття	Відповідь студента на практичному занятті оцінюється за 4-бальною системою: <i>5 балів</i> – Студент вільно володіє навчальним матеріалом; висловлює свої думки; творчо виконує індивідуальні та колективні завдання; самостійно знаходить додаткову інформацію та використовує її для реалізації поставлених перед ним завдань; вільно використовує нові інформаційні технології для поповнення власних знань; комунікативні уміння та навички сформовані на високому рівні; може аргументовано обрати раціональний спосіб виконання завдання і оцінити результати власної практичної діяльності; виконує завдання, не передбачені навчальною програмою; вільно використовує знання для розв'язання поставлених перед ним завдань. <i>4 бали</i> – Студент вільно володіє навчальним матеріалом, застосовує знання на практиці; узагальнює і систематизує навчальну інформацію, але допускає незначні граматичні помилки у порівняннях, формулюванні висновків, застосуванні теоретичних знань на практиці; за зразком самостійно виконує практичні завдання, передбачені програмою; має стійкі навички виконання завдань. <i>3 бали</i> – Студент володіє навчальним матеріалом поверхово, фрагментарно; на рівні запам'ятовування відтворює певну частину навчального матеріалу з елементами логічних зв'язків; знайомий з основними поняттями навчального матеріалу; комунікативні уміння та навички сформовані частково; під час відповіді допускаються суттєві граматичні помилки; має елементарні нестійкі навички виконання завдань; планує та виконує частину завдань за допомогою викладача. <i>2 бали</i> – У студента не сформовані комунікативні уміння та навички; студент допускає велику кількість граматичних помилок, що ускладнює розуміння; студент не володіє навчальним матеріалом; виконує лише елементарні завдання, потребує постійної допомоги викладача.
Умови допуску до	Допуск до іспиту становить мінімум 25 балів, максимум

підсумкового контролю	50 балів; бал за складання іспиту (підсумковий контроль) становить максимум 50 балів.
8. Політика курсу	
– Студент повинен вчасно приходити на заняття. Викладач може не допустити студента до заняття, якщо він/вона спізнився без поважної причини. – У випадку пропуску 5 чи більше практичних занять без поважної причини, студент може бути не допущений до підсумкового контролю (екзамену), або його/її підсумкова оцінка буде знижена; – Студент повинен добросовісно готуватися до усіх видів поточного, модульного та підсумкового контролю; – Студент має брати активну участь на практичних заняттях; – Студент повинен бути толерантним у спілкуванні з викладачем та іншими студентами, зокрема під час обговорення дискусійних питань на заняттях; – Студент на свій вибір має зробити переклад 5 різножанрових текстів, що виносяться на індивідуальну роботу; – Студент може відпрацювати будь-яке пропущене заняття чи вид контролю; – Заборонено користування мобільним телефоном, планшетом чи іншими мобільними пристроями під час опитування та виконання письмових завдань. – У випадку порушення норм академічної доброчесності під час виконання завдань поточного, модульного чи підсумкового контролю, студент отримає «0» балів. – Якщо студент має претензії до викладача через оцінювання, якість надання послуг тощо, спершу треба повідомити про це самого викладача; якщо проблему не вдалося вирішити, студент має право звернутися до завідувача кафедри чи керівництва факультету; – Студент повинен неухильно дотримуватися правил внутрішнього розпорядку навчального закладу; інших видів політики, передбаченої нормативними документами, що регулюють навчальний процес у ЗВО.	
9. Рекомендована література	
1. Бойчук Т.В. Методика реабілітаційного обстеження у педіатрії [Навчально-методичний посібник] / Т.В. Бойчук, М.Г. Аравіцька, Л.І. Войчишин. – Івано-Франківськ, 2012. - 125 с. 2. Бойчук Т.В. Основи діагностичних досліджень у фізичній реабілітації: Навчальний посібник / Т.В. Бойчук, М.Г. Голубева, О.С. Левандовський, Л.І.Войчишин. - Львів ТЗоВ «Західно-український консалтинговий центр», 2010. – 239 с. 3. Капітан Т.В. Пропедевтика дитячих хвороб з доглядом за дітьми / Т.В. Капітан. – Вінниця, 2002. – 520 с. 4. Вільчковський Е. С. Критерії оцінювання стану здоров'я, фізичного розвитку та рухової підготовленості дітей дошкільного віку : навч. посіб. – К. : ІЗМН, 1998. – 64 с. 5. Допоміжна 6. Антонік В. І. Анатомія, фізіологія дітей з основами гігієни та фізичної культури. Навчальний посібник / В. І. Антонік, І. П. Антонік, В. Є. Андріанов – К. «Видавничий дім «Професіонал», Центр учбової літератури, 2009. – 336 с. 7. Бар-Ор О. Здоровье детей и двигательная активность: от физиологических основ до	

- практического применения / О. Бар-Ор, Т. Роуланд. – К : Олимп. л-ра, 2009. – 528 с.
8. Белова А.Н. Шкалы, тесты и опросники в медицинской реабилитации: Руководство для врачей и научных работников / Под ред. А.Н. Беловой, О.Н. Шепетовой. - М: Антидор, 2002. – 440 с.
 9. Чеботарьова В.Д. Пропедевтична педіатрія / В.Д. Чеботарьова, В.Г. Майданник. – К. 1999. – 421 с.
 10. Дубогай О. Фізкультура як складова здоров'я та успішного навчання дитини / О. Дубогай. – К.: Видавничий дім "Шкільний світ", 2006. – 126 с.
 11. Дубровский В.И. Лечебная физическая культура. – М.: ВЛАДОС, 2001.- 324 с.
 12. Дутчак М.В.. Спорт для всіх в Україні: теорія і практика / М. В. Дутчак. — К : Олімпійська література, 2009. — 279с.
 13. Епифанов В.А. ЛФК: Учебное пособие для вузов. - М.:Гэотар-мед,2002. - 560 с.
 14. Захожий В. Нормування фізичних навантажень у процесі оздоровчих занять фізичними вправами / В. Захожий, Л. Фукс // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві: Зб. наук. праць. – У 3-х т. – Луцьк: РВВ "Вежа" Волинського національного університету ім. Лесі Українки, 2008. – Т. 2. – С. 116-120.
 15. Казин Э. М. Основы индивидуального здоровья человека: Введение в общую и прикладную валеологию / Э. М. Казин, Н. Г. Блинова, Н. А. Литвинова. – М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2000. – 192 с.
 16. Менхин Ю.В., Менхин А.В. Оздоровительная гимнастика: теория и методика. Ростов на Д.: Феникс, 2002.- 384 с.
 17. Москаленко Н. В. Рухова активність дітей молодшого шкільного віку / Н. В. Москаленко, О. О. Власик // Концепція розвитку галузі фізичного виховання і спорту в Україні: Зб. наук. праць. – Частина II. – Рівне: Рівненський державний гуманітарний університет, 2003. – С. 64-68.
 18. Москаленко Н. В. Фізичне виховання молодших школярів: Монографія / Н. В. Москаленко. – Дніпропетровськ: Інновація, 2007. – 252 с.
 19. Мотылянская Р. Е. Двигательная активность – важное условие здорового образа жизни / Р. Е. Мотылянская, Э. Я. Каплан, В. К. Велитченко // Теория и практика физической культуры. – 1990. – № 1. – С. 14-22.
 20. Мухин В.М. Физическая реабилитация: Учебник – М.: ВЛАДОС. 2000, - 327 с.
 21. Назаренко Л. Д. Оздоровительные основы физических упражнений: Практическое пособие / Л. Д. Назаренко. – М.: Владос, 2003. – 240 с.
 22. Орешкин Ю. А. К здоровью через физкультуру / Ю. А. Орешкин. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Медицина, 1990. – 176 с.
 23. Оржеховська В. М. Здоровий спосіб життя як пріоритетна цінність у вихованні дітей і підлітків / В. М. Оржеховська // Формування, збереження і зміцнення здоров'я підростаючого покоління як обов'язковий компонент соціальної освіти. – Дніпропетровськ, 1997. – С. 35-43.
 24. Пирогова Е. А. Влияние упражнений на работоспособность и здоровье человека / Е. А. Пирогова, Л. Я. Иващенко, Н. П. Страпко. – К.: Здоров'я, 1986. – 152 с.
 25. Рибковський А. Г. Системна організація рухової активності людини / А. Г. Рибковський, С. М. Канішевський. – Донецьк: ДонНУ, 2003. – 436 с.
 26. Рунова М. А. Двигательная активность ребенка в детском саду: Пособие для

- педагогов дошкольных учреждений, преподавателей и студентов педвузов и колледжей / М. А. Рунова. – М.: Мозаика-Синтез, 2000. – 256 с.
27. Рябуха О. І. Вчення про здоров'я / О. І. Рябуха. – Львів: Ліґа-Прес, 2001. – 112 с.
28. Старостина А. В. Физическая культура – средство самооздоровления детей / А. В. Старостина, М. В. Канин, В. Ю. Кисельников // Физическая культура в школе. – 2008. – № 5. – С. 28.
29. Сухарев А. Г. Двигательная активность и здоровье подрастающего поколения / А. Г. Сухарев. – М.: Знание, 1976. – 64 с.
30. Фізична рекреація: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закладів фіз. вих. та спорту / авт. кол. : Приступа Є.Н., Жданова О. М., Линець М.М. та ін.; за наук. ред.. Євген Приступи. – Л.: ЛДУФК, 2010. – 447 с.
31. Хоули Э.Т., Френкс Б.Д. Руководство инструктора оздоровительного фитнеса. К. – Олим. лит., 2004 – 375 с.
32. Черемнов В.С. Бодибилдинг. Современная система оздоровления. – М.: АСТ, Мн Харвест, 2005.- 288 с.
33. Ю. Юрченко // Молода спортивна наука України: Зб. наук. праць з галузі фізичної культури та спорту. – Вип. 10. – Львів: НВФ "Українські технології", 2006. – Т. 3. – Розділ 3.1. – С. 57-62.
34. Юрченко Ю. Рухова активність як чинник, що визначає здоров'я людини.

Викладач: О.М.Заставна.