

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ПРИКАРПАТСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ІМЕНІ ВАСИЛЯ СТЕФАНІКА**



**Факультет фізичного виховання і спорту**

Кафедра теорії та методики фізичної культури

**СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**

**Теорія і методика фізичного виховання осіб  
з різним рівнем фізичного стану**

---

Рівень вищої освіти	другий (магістерський)
Освітня програма	«Середня освіта (фізична культура)»
Спеціалізація	014.11 Фізична культура
Спеціальність	014 Середня освіта (за предметними спеціальностями)
Галузь знань	01 Освіта/Педагогіка

Затверджено на засіданні кафедри  
теорії та методики фізичної культури  
Протокол № 8 від “ 23” січня 2025 р.

## 1. Загальна інформація

Назва дисципліни	Теорія і методика фізичного виховання осіб з різним рівнем фізичного стану
Викладач (і)	Султанова Ірина Дмитрівна, к.б.н., доцент
Контактний телефон викладача	+380509840403
E-mail викладача	<a href="mailto:iryna.sultanova@pnu.edu.ua">iryna.sultanova@pnu.edu.ua</a>
Формат дисципліни	Очний/заочний
Обсяг дисципліни	3 кредити ЄКТС, 90 год.
Посилання на сайт дистанційного навчання	<a href="https://dlearn.pnu.edu.ua/">https://dlearn.pnu.edu.ua/</a>
Консультації	Консультації здійснюються згідно розкладу, який затверджується на кафедрі теорії та методики фізичної культури на початку семестру. Асинхронна комунікація здійснюється впродовж усього процесу вивчення дисципліни, в межах робочого часу на <a href="https://dlearn.pnu.edu.ua/">https://dlearn.pnu.edu.ua/</a> .

## 2. Анотація до навчальної дисципліни

**Предметом навчальної дисципліни** є вивчення інформативних показників фізичного стану школярів різного віку з метою відбору та застосування адекватних засобів і методів фізичного виховання, спрямованих на підвищення резервів здоров'я та фізичної підготовленості.

## 3. Мета та цілі навчальної дисципліни

**Мета** формування у майбутніх вчителів фізичної культури знань, умінь та компетенцій для забезпечення диференційованого фізичного виховання школярів (студентів) з різним рівнем фізичного стану.

**Цілі курсу** закладення теоретичних основ диференційованого фізичного виховання школярів та відпрацювання практичних навичок щодо відбору засобів і методів фізичного виховання з метою підвищення рівня їх фізичного стану.

## 4. Програмні компетентності та результати навчання

Компетентності
<b>КК.</b> Здатність компетентно розв'язувати складні спеціалізовані завдання та практичні проблеми у сфері освіти, зокрема фізичної культури, або у процесі навчання, що передбачає проведення досліджень та /або здійснення інновацій і характеризується невизначеністю педагогічних умов вимог та організації освітнього процесу.
<b>Загальні компетентності:</b> ЗК-1. Здатність до абстрактного мислення, аналізу, синтезу нових складних ідей на основі логічних аргументів та перевірених фактів. ЗК-5. Здатність оцінювати якість результатів діяльності. ЗК-6. Здатність приймати нестандартні рішення та вирішувати проблемні ситуації.
<b>Фахові компетентності:</b> <b>СК 2</b> Здатність застосовувати в педагогічній діяльності актуальні технології, організаційні форми, методи, прийоми і засоби навчання і виховання з метою підвищення якості освітнього процесу з фізичної культури <b>СК 4</b> Здатність застосовувати в освітньому процесі технології педагогічного контролю результатів навчання і виховання, інтерпретувати результати і вносити корективи в організацію освітньої діяльності і в підвищення результативності освітнього процесу з фізичної культури

**СК 7** Здатність творчо вирішувати різноманіття сучасних наукових проблем і практичних завдань у сфері фізичної культури на основі розвитку теоретико-методологічного мислення

### Програмні результати навчання

**ПРН 6** Розуміти застосування дидактичних інструментів та технологій навчання з метою формування та контролю результатів навчання і виховання, моніторингу і оцінювання фізичного стану учнівської та студентської молоді, інших груп населення

**ПРН 7** Знати методологію системних досліджень, методи дослідження та аналізу складних об'єктів і процесів, розуміє їх складність, різноманіття, багатofункціональність для розв'язання прикладних завдань у галузі професійної діяльності

**ПРН 8** Вміти застосовувати сучасні методики та технології організації освітньої діяльності, діагностики та оцінювання якості освітнього процесу в сфері фізичної культури та вносити в нього відповідні корективи

**ПРН 9** Вміти розробляти і реалізувати методики, технології і прийоми навчання, аналізувати результати процесу їх використання в організаціях, що здійснюють освітню діяльність, в тому числі в умовах інклюзії

**ПРН 12** Вміти надавати консультації з практичних питань організації здорового способу життя, розвитку фізичних якостей, вивчення та вдосконалення життєво важливих рухових навичок та навичок самоконтролю, загартування

## 5. Організація навчання

### Обсяг навчальної дисципліни

Вид заняття	Загальна кількість годин 90
лекції	12
<b>семінарські</b> заняття / практичні / лабораторні	18
самостійна робота	60

### Ознаки навчальної дисципліни

Семестр	Спеціальність	Курс (рік навчання)	Нормативний / вибірковий
–	014 Середня освіта (Фізична культура)	1–2	вибіркова

### Тематика навчальної дисципліни

Тема	Кількість год. 90		
	Лекції	Семінарські заняття	Сам. робота
Тема 1. Фізичний стан як фактор диференціації педагогічних дій в процесі фізичного виховання	2	2	8
Тема 2. Фізичний розвиток як показник фізичного стану та критерій диференціації педагогічних дій.	2	2	8
Тема 3. Біологічний вік. Темпи статевого дозрівання як визначальний фактор фізичного виховання осіб підліткового та юнацького віку	2	2	8
Тема 4. Соматотип як маркер сучасної антропології та критерій диференціації педагогічних дій	2	4	8
Тема 5. Аеробні можливості організму як інтегральний критерій для диференціації педагогічних дій.	2	4	8
Тема 6. Резерви регуляції як фактор диференціації педагогічних дій в процесі фізичного виховання	2	4	8
Тема 7. Теоретико-методичні засади диференційованих підходів у фізичному вихованні осіб зрілого і похилого віку	2	2	8
<b>Всього</b>	<b>14</b>	<b>20</b>	<b>56</b>

## 6. Система оцінювання навчальної дисципліни

Загальна система оцінювання навчальної дисципліни	<b>Шкала оцінювання</b>		
	<b>Університетська</b>	<b>Національна</b>	<b>ECTS</b>
	90-100	зараховано	A
	80-89		B
	70-79		C
	60-69		D
	50-59		E
	26-49	Не зараховано	FX
	1-25		F
	<p>Оцінювання здійснюється відповідно до:  <a href="#">Положення про організацію освітнього процесу та розробку основних документів з організації освітнього процесу у Прикарпатському національному університеті імені Василя Стефаника (введено в дію наказом ректора № 417 від 03.07.2023 р.)</a>;  <a href="#">Положення про порядок організації та проведення оцінювання успішності здобувачів вищої освіти Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника</a> (наказ ректора Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника від 19 травня 2023 р. № 309)</p> <p>Система оцінювання знань студентів з навчальної дисципліни включає поточний та семестровий контроль знань. При поточному контролі оцінюються: систематичність роботи на семінарських заняттях, рівень знань, продемонстрований у відповідях і виступах, активність при обговоренні питань, експрес-контролю у формі тестів тощо. Оцінювання успішності студентів на семінарських заняттях відбувається за 100 бальною шкалою.</p> <p>Підсумкова оцінка за вивчення дисципліни складається із суми балів, набраних під час семестру і максимально може становити 100 балів. Сума балів, набрана під час семестру, складається із оцінок за семінарські заняття (80), контроль самостійної роботи (КСР) – 10 та додаткового результату (10) .</p> <p>Максимальна кількість балів, який студент може отримати за роботу на семінарських заняттях протягом семестру 80 (оцінка виставляється у 100-бальній шкалі і множиться на ваговий коефіцієнт 0,80)</p> <p>Максимальна кількість балів, які студент може отримати за самостійну роботу (КСР) – 10 (оцінка виставляється у 100-бальній шкалі і множиться на ваговий коефіцієнт 0,10, відповідно максимальний бал за самостійну роботу може скласти 10 балів);</p> <p>Максимальна кількість балів, які студент може отримати як додатковий результат (підготовка конспектів навчальних чи наукових текстів, повідомлень, презентацій і т.д.) – 10 (оцінка виставляється у 100-бальній шкалі і множиться на ваговий коефіцієнт 0,1, відповідно максимальний бал може скласти 10 балів).</p> <p>Оцінювання презентацій відбувається наступним чином:  <b>Відмінно 100–90.</b> У презентації відображено глибоке розуміння та усвідомлення матеріалу, творчий підхід до поставлених задач. Під час аналізу-інтерпретації зроблені самостійні висновки, аргументація, висловлене власне ставлення до проблеми. Малюнки, звуки, фото, анімації – у кількості, виправданій змістом презентації. Робота виконана творчо і самостійно. Презентація характеризується оригінальністю.  <b>Добре 89-80.</b> Презентація має задовольняти всім критеріям нижчого рівня і одному або двом таким: відображає глибокий пошук при дослідженні та застосування навичок мислення високого рівня; показує явне поглиблення та розуміння теми; притягує увагу аудиторії.  <b>Добре 79-70.</b> Проект має чіткі цілі, відповідні темі. Включена інформація добута із різноманітних джерел. Проект корисний не тільки для</p>		

	<p>студентів, які його створили.  <i>Задовільно 69-60.</i> Проект представляє інформацію, структуровану у формі опорного конспекту, зрозумілу для аудиторії. Зроблений акцент на важливих питаннях.  <i>Задовільно 59-50.</i> Проект сфокусований на темі, але не висвітлює її. Наявна певна організаційна структура, але вона не явна з показу. Можуть бути фактичні помилки чи незрозумілості, але вони не значні.  <i>Незадовільно 49–25, 24–1.</i> Проект здається випадковим, нашвидку зробленим, чи незакінченим. Наявні значні фактичні помилки, незрозумілості та нерозуміння теми  Отримання додаткових балів за дисципліною можливе в разі виконання індивідуальних завдань, попередньо узгоджених з викладачем. Перелік індивідуальних завдань міститься у навчальній програмі до курсу.  Також за рішенням кафедри теорії та методики фізичної культури студентам, які брали участь у науково-дослідній роботі (роботі конференцій, студентських наукових гуртків та проблемних груп, підготовці публікацій), а також були учасниками олімпіад, конкурсів, можуть присуджуватися додаткові бали <a href="#"><u>«Положення про порядок організації та проведення оцінювання успішності здобувачів вищої освіти Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника»</u></a> (наказ ректора Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника від 19 травня 2023 р. № 309) – стор. 4</p>
<p>Вимоги до письмових робіт</p>	<p>Письмово виконуються контрольні роботи, які проводяться у вигляді тестового контролю рівня знань студентів на паперових носіях (або в системі дистанційного навчання). Під час контрольної роботи студент отримує 25-50 тестів, на розв'язання кожного з яких надається 1 хвилина. Оцінювання проводиться за 100-бальною шкалою у % правильних відповідей.</p>
<p>Семінарські заняття</p>	<p>Оцінювання відповідей студентів на семінарських заняттях відбувається за 100 бальною шкалою.  <i>90-100 балів</i> – Студент має глибокі знання з тем семінарських занять. Відповідь змістовна, ґрунтовна та відповідає вимогам. При підготовці до заняття студент використовував творчий підхід, не обмежуючись тільки матеріалами підручника або лекції. Під час семінарського заняття студент активно приймає участь в дискусіях та доповнює відповіді інших. Протягом відповіді активно використовує приклади для кращого розуміння матеріалу. Під час заняття вдало поєднує теоретичні знання та практичні вміння з даної дисципліни. Приймає активну участь у розв'язанні ситуаційних задач.  <i>80-89 балів</i> – Студент має міцні ґрунтовні знання. Відповідь змістовна та відповідає вимогам. При підготовці до заняття студент не обмежується тільки матеріалами лекції. Під час семінарського заняття студент приймає участь при обговоренні поставленого питання. Протягом відповіді може використати приклади для кращого розуміння матеріалу. Проте існують незначні неточності, пропуски, помилки (не більше однієї – двох) та недостатній досвід у творчому застосуванні умінь і навичок; власне ставлення студента висловлюється, але в аргументації зустрічаються окремі неточності; писемне мовлення добре. (Знання – копії, алгоритмічний рівень).  <i>70-79 балів</i> – Студент знає програмний матеріал. Відповідь відповідає вимогам. Студент своєчасно готується до заняття. Під час заняття студент відповідає на поставлені запитання. Проте існують проблеми з інтерпретацією прикладів з практичної діяльності (при розв'язанні ситуаційних задач). Проте існують неточності, пропуски, помилки (не більше трьох – чотирьох) та недостатній досвід у творчому застосуванні умінь і навичок; Існують певні помилки в трактуванні семінарського значення ситуації, що розглядається.  <i>60-69 балів</i> – студент володіє лише окремими знаннями, уміннями і навичками, порушує логіку викладу, аргументація слабка, є суттєві помилки в знанні фактичного матеріалу та висновках, наявні помітні прогалини, писемне мовлення спрощене (Знання – знайомства). Може відповідати на окремі поставлені запитання. При формулюванні базових термінів допускає помилки. При обговоренні інших питань</p>

	<p>семінарського заняття не приймає активної участі і не може навести приклади застосування матеріалу на практиці та розв'язує ситуаційні завдання з допомогою викладача.</p> <p><i>50-59 балів</i> – Студент, має уявлення про поставлене питання, але його знання мають фрагментарний характер. При розкритті термінів допускає значні помилки. Має певні прогалини в інших темах, на яких базується матеріал семінарського заняття та розв'язує ситуаційні задачі з допомогою викладача.</p> <p><i>25-49 балів</i> – Студент має фрагментарні знання, не володіє програмним матеріалом. Відповіді на всі поставлені запитання не повні або взагалі відсутні. При відповіді часто зупиняється і не може відповідати на додаткові запитання. Не в змозі розв'язувати ситуаційні задачі навіть з допомогою викладача.</p> <p><i>менше 25 балів</i> – Студент повністю не знає програмного матеріалу, не працює в аудиторії, не готовий відповідати на будь-яке запитання з теми семінарського заняття або розв'язувати ситуаційні задачі.</p>
Умови допуску до підсумкового контролю	<p>Студент допускається до підсумкового контролю за умови:</p> <p>1) виконання всіх видів робіт, передбачених програмою навчальної дисципліни: виконання контрольних робіт на 50 і більше балів; задачі КСР на 50 і більше балів.</p> <p>відпрацювання пропущених занять.</p> <p>Якщо за час вивчення дисципліни студент набрав не менше 50 балів - залік виставляється автоматично за результатами роботи на семінарських заняттях.</p>
Підсумковий контроль	<p><b>Залік.</b> Оцінці за 100-бальною шкалою від 50 до 100 балів відповідає оцінка «зараховано» за державною шкалою, а оцінці від 0 до 49 балів – «не зараховано».</p> <p><i>90-100 балів</i> – Студент має глибокі міцні і системні знання з усього курсу, вільно володіє понятійним апаратом, знає основні проблеми навчальної дисципліни, її мету та завдання. Вміє застосовувати здобуті практичні та теоретичні знання в усіх видах професійної діяльності. Не допускає помилок під час виконання різних практичних завдань, чітко знає методику дослідження та визначення різних складових та тем навчальної дисципліни.</p> <p><i>80-89 балів</i> – Студент має міцні ґрунтовні знання, виконує теоретичну і практичну роботу без помилок, але може допустити незначні помилки при виконанні залікових завдань, та самостійному виконанні розрахункових робіт.</p> <p><i>70-79 балів</i> – Студент знає програмний матеріал повністю, має практичні навички щодо виконання ситуаційних завдань, але не вміє самостійно і творчо мислити, не може вийти за межі теми.</p> <p><i>60-69 балів</i> – Студент знає основні теми курсу, але його знання мають загальний характер. Вміє дати узагальнюючу характеристику стосовно різних ситуаційних завдань. Володіє знаннями і вміннями не в повному обсязі.</p> <p><i>50-59 балів</i> – Студент знає основні теми курсу, але його знання мають загальний характер. Має прогалини в теоретичному курсі та в практичних вміннях та навичках.</p> <p><i>25-49 балів</i> – з можливістю повторного складання. Студент має фрагментарні знання з усього курсу. Не володіє термінологією, оскільки понятійний апарат не сформований. Практичні вміння та навички сформовані на примітивному рівні.</p> <p><i>менше 25 балів</i> – з обов'язковим повторним вивченням дисципліни. Студент повністю не знає програмного матеріалу, не працював в аудиторії з викладачем або самостійно.</p>

## 7. Політика навчальної дисципліни

Письмові роботи	<p>Письмово виконуються контрольні роботи, які проводяться у вигляді тестового контролю рівня знань студентів на паперових носіях (або в системі дистанційного навчання). Під час контрольної роботи студент отримує 25-50 тестів, на розв'язання кожного з яких надається 1 хвилина. Оцінювання проводиться за 100-бальною шкалою у % правильних відповідей.</p>
-----------------	---

Академічна доброчесність	<p>Дотримання академічної доброчесності засновується на низці положень та принципів академічної доброчесності, що регламентують діяльність здобувачів вищої освіти та викладачів університету:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ <a href="#">Кодекс честі Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника</a></li> <li>➤ <a href="#">Положення про запобігання академічному плагіату в Прикарпатському національному університеті імені Василя Стефаника</a></li> <li>➤ <a href="#">Положення про Комісію з питань етики та академічної доброчесності Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника</a></li> <li>➤ <a href="#">Положення про запобігання академічному плагіату та іншим порушенням академічної доброчесності у навчальній та науково-дослідній роботі здобувачів освіти Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника</a></li> <li>➤ <a href="#">Склад комісії з питань етики та академічної доброчесності Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника</a></li> <li>➤ <a href="#">Лист МОН України “До питання уникнення проблем і помилок у практиках забезпечення академічної доброчесності”</a>.</li> </ul> <p>Ознайомитися з цими положеннями та документами можна за посиланням: <a href="https://pnu.edu.ua/polozhennia-pro-zapobihannia-plahiatu/">https://pnu.edu.ua/polozhennia-pro-zapobihannia-plahiatu/</a></p>
Відвідування занять	<p>Організація освітнього процесу у Прикарпатському національному університеті визначається <a href="#">Положенням про організацію освітнього процесу та розробку основних документів з організації освітнього процесу у Прикарпатському національному університеті імені Василя Стефаника (введено в дію наказом ректора № 417 від 03.07.2023 р.)</a>:</p> <p>Пропуски <b>семінарських</b>, семінарських, лабораторних занять відпрацьовуються в обов'язковому порядку. Студент зобов'язаний відпрацювати пропущене заняття, щоб мати змогу отримати залік.</p> <p>Можливість і порядок відпрацювання пропущених студентом занять регламентується <a href="#">«Положення про порядок організації та проведення оцінювання успішності здобувачів вищої освіти Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника»</a> (наказ ректора Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника від 19 травня 2023 р. № 309) – стор. 7.</p> <p>Ознайомитися з положенням можна за посиланням: <a href="https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/">https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/</a></p>
Неформальна освіта	<p>Можливість зарахування результатів неформальної освіти регламентується <a href="#">«Положення про визнання результатів навчання, здобутих шляхом неформальної освіти, в Прикарпатському національному університеті імені Василя Стефаника»</a> (введено в дію наказом ректора Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника від 24 листопада 2022 р. № 672) - <a href="https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/">https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/</a></p>

## 8. Ресурсне забезпечення

Матеріально-технічне забезпечення	Мультимедіа (відеофайли, рисунки, схеми), антропометр, каліпер, медична вага, сантиметрова стрічка, тонометр, динамометри (кистьовий, становий), кардіолаб, спірометр, велоергометр
<b>Література</b>	
<p style="text-align: center;"><b>Основна</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Теоретико-методичні основи фізичної культури / за ред. Б.М. Мицкана, Б.П. Лісовського. – 2-е вид., перероб. – Івано-Франківськ: ТзОВ ВГЦ "Просвіта", 2022. 758 с.</li> <li>2. Глазирін І.Д. Біологічні основи диференційованого фізичного виховання. Черкаси: Вертикаль, 2020. 292 с.</li> <li>3. Боднар І.Р. Диференційоване фізичне виховання: навчальний посібник. Львів: ЛДУФК, 2017. 200 с.</li> <li>4. Теорія і методика фізичного виховання /Під ред. Круцевич Т.Ю. К.: Олімпійська</li> </ol>	



література, 2008. Т.1 . 391 с.

5. Круцевич Т.Ю. Теорія і методика фізичного виховання. /Під ред. Круцевич Т.Ю. К.: Олімпійська література, 2008. Т. 2. 366 с.

6. Сергієнко Л.П. Тестування рухових здібностей школярів. К.: Олімпійська література, 2001. 439 с.

#### Додаткова

##### *Праці науковців кафедри*

1. Арламовський Р.В., Султанова І.Д. Фізичний стан школярів на сучасному етапі розвитку суспільства. *Вісник Прикарпатського університету Фізична культура*. Вип. 12. 2010. С.31-47.
2. Арламовський Р.В. , Султанова І.Д., Іванишин І.М. Соматотипологічні особливості соматичного здоров'я підлітків Прикарпаття. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія: Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт*. Вип.98.Том III. 2012. С.38-41.
3. Арламовський Р.В., Султанова І.Д., Іванишин І.М. Соматотипологічні особливості соматичного здоров'я дівчат підліткового віку. *Теорія та методика фізичного виховання*. 2012. 05 (91). С.12-16.
4. Султанова І.Д., Іванишин І.М., Арламовський Р.В.Вікові та соматотипологічні особливості фізичного розвитку підлітків Прикарпаття. *Науковий часопис національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Серія №15. «Науково-педагогічні проблеми фізичної культури /Фізична культура і спорт*. 2013. Вип. 7(33). Т.2. С.277–282.
5. Арламовський Р.В., Іванишин І.М., Султанова І.Д. Корекція фізичного стану дівчат – підлітків різних соматотипів засобами фізичного виховання. *Вісник Прикарпатського університету. Фізична культура*. 2013. Вип.18. С.85-91.
6. Ivanyshyn I., Korsak A., Sultanova I., Bilous O. Physical status of students of precarpathian sport military boarding-school. *Scientific Review of Physical Culture*. 2013. 3(2):219-224.
7. Арламовський Р.В., Султанова І.Д., Іванишин І.П. Корекція фізичного стану підлітків чоловічої статі різних соматотипів. *Вісник Прикарпатського університету. Фізична культура*. 2014. Вип. 19. С. 27–34.
8. Арламовський Родіон, Султанова Ірина, Іванишин Ірина. Моделі фізичної підготовленості підлітків різних соматотипів. *Вісник Прикарпатського університету. Серія: Фізична культура*. 2016. № 23.
9. Лемак Олександр, Султанова Ірина. Диференційовані підходи у фізичному вихованні школярів. *Вісник Прикарпатського університету. Серія: Фізична культура*. 2016. № 23. С.79-90.
10. Корсак О., Султанова І., Іванишин І., Лісовський Б. Функціональні резерви організму учнів ліцею з посиленою фізичною підготовкою. *Вісник Прикарпатського університету. Серія: Фізична культура*. 2016. № 24.
11. Корсак О., Іванишин І., Султанова І., Оленюк М. Функціональні резерви дихальної системи у підлітків ліцею з посиленою фізичною підготовкою. *Вісник Прикарпатського університету. Фізична культура*. Випуск 27-28. 2017. С. 139-143. Лемак О., Султанова І., Іванишин І., Арламовський Р. Вікові особливості розвитку фізичних якостей у підлітків з різним рівнем аеробної продуктивності. *Вісник Прикарпатського університету. Серія: Фізична культура*. 2018. № 29.С.37- 44.
12. Лемак О.Й., Султанова І.Д., Іванишин І.М., Арламовський Р.В. Фізична підготовленість та морфо-функціональний стан підлітків з різним рівнем аеробної продуктивності. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*. 2018. №3 (43) . С.91-98.
13. Корсак О.М., Султанова І.Д., Іванишин І.М. Фізична підготовленість ліцеїстів Прикарпатського військово-спортивного ліцею з різним рівнем фізичного розвитку. *Вісник Прикарпатського університету. Серія: Фізична культура*. 2019. № 31. С.35- 42.
14. Лемак О.Й., Корсак О.М., Султанова І.Д. , Іванишин І.М., Арламовський Р.В., Фірка А. Особливості фізичного стану підлітків з різним рівнем фізичного розвитку. *Вісник Прикарпатського університету. Серія: Фізична культура*. 2020. № 35. С.48-59.
15. Корсак О., Лемак О., Султанова І., Іванишин І. Морфо-функціональний стан підлітків з різним рівнем біологічного розвитку. *Вісник Прикарпатського університету. Серія: Фізична культура*. 2020. № 36. 26-38.
16. Ivanyshyn I., Lemak O., Vypasniak I., Sultanova I., Vintoniak O., Salatenko I., Huzak O. Intercorrelation between adolescent' physical status and aerobic capacity level. *Journal of Physical Education and Sport* ® (JPES), Vol 21 (Suppl. issue 5), Art 384 pp 2890 – 2900, Oct 2021 online ISSN: 2247 - 806X; p-ISSN: 2247 – 8051; ISSN - L = 2247 – 8051.



### Наукова періодика

1. Альошина А, Дем'янчук О. Корекція фізичного стану школярів 15–16 років засобами спортивного туризму. ТІМФВІС. 2021; № 4: 19-23.
2. Андриющенко Т. Г. Факторна структура фізичного стану учнів старшого шкільного віку. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*. 2021; 4К (132):20-25.
3. Ареф'єв В. Г. Сучасні аспекти диференційованого програмування розвивально-оздоровчих занять з фізичної культури учнів загальноосвітньої школи. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова*. 2014. Вип. 9. С. 12–16.
4. Ареф'єв В. Г., Михайлова Н. Д. Біологічні передумови диференційованого фізичного виховання учнівської молоді. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*. 2021. 3К (131). С.38-41.
5. Арламовський Р. Сучасні підходи до фізичного виховання школярів з різним рівнем фізичного стану. *Вісник Прикарпатського університету. Серія «Фізична культура»*. 2011. Вип. 13. С. 34–45.
6. Бондар О, Носова Н. Характеристика морфологічних ознак фізичного розвитку школярів у процесі фізичного виховання. ТІМФВІС. 2018; 3:18-42.
7. Бондарчук Н.Я. Характеристика спектра критеріїв диференціації у фізичному вихованні різних категорій населення. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2012. № 1. С. 53–59.
8. Бондарчук Н.Я., Чернов В.Д. Теоретичні засади використання диференційованого підходу у фізичному вихованні населення різних вікових категорій та його оздоровче значення. *Науковий вісник Ужгородського університету. Серія «Педагогіка. Соціальна робота»*. 2017. Вип. 2 (41). С. 34–36.
9. Глазирін І., Глазиріна В. Диференційоване вдосконалення витривалості юнаків. *Вісник Прикарпатського університету. Фізична культура*. 2016. Вип. 23: 21-25.
10. Глазирін І., Архипенко В., Глазиріна В., Мицкан Б. Особливості біологічного дозрівання учнівської та студентської молоді чоловічої статі визначеного за темпами статевого розвитку. *Вісник Прикарпатського університету. Фізична культура*. 2018. Вип.29. 11-16.
11. Глазирін І.Д. Основи диференційованого фізичного виховання. Черкаси : «Відлуння-Плюс», 2003. 352 с.
12. Гудзевич Л. С. Куц Б. О. Показники зовнішнього дихання здорових підлітків м. Вінниці у залежності від особливостей соматотипу. *Вісник проблем біології і медицини*. 2017. Вип. 4(2). С. 76-79. Режим доступу: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Vpbm\\_2017\\_4%282%29\\_18](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Vpbm_2017_4%282%29_18)
13. Дмитрів Р.В. Вікові зміни складу тіла і розвитку м'язової сили у школярів, які проживають у різних соціально-природних умовах: автореф. дис. ... канд. наук з фіз. вих. і спорту. Х., 2010. 19 с.
14. Дугіна НГ, Мохова ІВ, Борисова ЮЮ. Оцінка фізичного стану підлітків 13-14 років. Педагогіка, психологія, та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. 2011; 1:51-53.
15. Єдинак Г., Мисів В. Соматотип і фізичне здоров'я підлітків. *Вісник Прикарпатського університету. Серія: Фізична культура*. 2013. №18 С. 3–9.
16. Єдинак Г.А., Зубаль М.В Мисів М. Соматотипи і розвиток фізичних якостей дітей : монографія. ПП Видавництво «Оіюм». 2011. 280 с.
17. Зубаль М.В. Динаміка фізичних якостей хлопців різних соматотипів у 7–17 років. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту : наук. моногр. за ред. Єрмакова С.С. Х. 2008. № 5. С. 46–50.*
18. Котко Д, Гончарук Н, Путро Л, Томчук І. Особливості реакції кардіореспіраторної системи на фізичне навантаження у людей старшого віку. *Спортивна медицина, фізична терапія, ерготерапія*. 2018; 2: 45-53.
19. Круцевич Т, Марченко О. Сучасний стан фізичного виховання учнівської молоді. Гендерний аспект. ТІМФВІС. 2021; 4: 30-6.
20. Лизогуб В.С., Пустовалов Г.В., Згайнятко В.О. Обґрунтування комплексної оцінки фізичної підготовленості учнів з урахуванням особливостей фізичного розвитку та властивостей нейродинамічних функцій. *Слобожанський науково-спортивний вісник*. 2010. № 1. С. 134–137.
21. Мірошніченко В.М. Застосування фізичних тренувань різного спрямування для вдосконалення фізичного здоров'я дівчат з урахуванням соматотипу: автореф. дис... канд. наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.02. Львів. держ. ун-т фіз. культури. Львів. 2008. 17 с.

22. Писарук АВ, Кошель НМ. Біологічний вік: методологія визначення. Журнал НАМНУ. 2021; 27 (3).
23. Савлюк, С, Слюсарчук В. Визначальні чинники покращення фізичного стану та здоров'я дітей молодшого шкільного віку. ТІМФВІС. 2018; 4: 83-90.
24. Сітовський А. М. Диференційований підхід у фізичному вихованні підлітків з різними темпами біологічного розвитку (на прикладі школярів 7-х класів) : автореф. ... канд. наук з фізичного виховання і спорту : спец. 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення» / А. М. Сітовський. Львів, 2008. 20 с.
25. Скавронський О.П., Гоншовський В.М. Диференціація фізичної підготовки учнів військового ліцею на основі соматотипів. Вісник Прикарпатського університету. Серія «Фізична культура». 2012. Вип. 16. С. 66–74.
26. Скавронський О.П. Диференціація фізичної підготовки учнів військового ліцею на основі соматотипів: автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту : 24.00.02. Прикарпат. нац. ун-т ім. В. Стефаника. Івано-Франківськ. 2010. 20 с.
27. Сологуб О. Особливості фізичного стану підлітків в умовах сьогодення. Гірська школа Українських Карпат. 2017; 16:121-24.
28. Aksović N, Vjelica B, Joksimović M, Skrypchenko I, Filipović S, Milanović F, Pavlović B, Čorluka B, Pržulj R. Вплив аеробних фізичних навантажень на серцево-респіраторну підготовку літнього населення: систематичний огляд. *Pedagogy of Physical Culture and Sports*. 2020;24(5):208-1. <https://doi.org/10.15561/26649837.2020.0501>
29. Chaikivska EF. Статевий розвиток умовно соматично здорових дівчаток Львівської області в пубертатний період. Вісник соціальної гігієни та організації охорони здоров'я України. 2021; (4): 19–25. <https://doi.org/10.11603/1681-2786.2020.4.11905>
30. Nikšić E, Joksimović M, Veganović E, Gardašević N. Відмінності в ступені харчування та складу тіла хлопчиків і дівчаток пубертального віку. *Pedagogy of Physical Culture and Sports*. 2021;25(1):39-6. <https://doi.org/10.15561/26649837.2021.0106>
31. Rašidagić F, Nurković N, Imamović TD, Hadžibulić - NH, Nikšić E, Karo A. Відмінності між морфологічними характеристиками і руховими здібностями фізично активних і неактивних учениць. *Pedagogy of Physical Culture and Sports*. 2020;24(1):30-5. <https://doi.org/10.15561/26649837.2020.0105>
32. Sarafyniuk P, Sarafyniuk L, Kharitska O, Kovalchuk O, & Muzyka N. Динаміка антропометричних показників у дівчаток в межах пубертатного періоду онтогенезу. Вісник морфології. 2021; 27(2): 5-10. [https://doi.org/10.31393/morphology-journal-2021-27\(2\)-01](https://doi.org/10.31393/morphology-journal-2021-27(2)-01)
33. Shevchuk T, Pshybelskyj V, Zhuravlov O, & Zhuravlova O. Особливості показників серцево-судинної системи в осіб зрілого віку залежно від конституції тіла за несприятливих екологічних умов. Вісник морфології. 2021; 27(1): 72-8. [https://doi.org/10.31393/morphology-journal-2021-27\(1\)-10](https://doi.org/10.31393/morphology-journal-2021-27(1)-10)
34. Skyba O. Pathogenic specifics of development of vegetative dysfunction in adolescents in relation to their morphological status. *Regulatory Mechanisms in Biosystems*. 2017; 8 (1): 46-50. <https://doi.org/10.15421/021709>

Викладач  
кандидат біологічних наук,  
доцент

Ірина СУЛТАНОВА