**Літературні джерела для вивчення Адаптивної гімнастики**

**Основна:**

1**.** Аэробика. Теория и методика проведения занятий: Учебное пособие для студентов вузов физической культуры / Под ред.
Е. Б. Мякинченко и М. П. Шестакова. – М.: СпортАкадемПресс, 2002. –
304 с.

2. Бабюк С. Рухова активність та її вплив на фізичний та психічний розвиток дітей старшого дошкільного віку у підготовці до навчання / С. Бабюк // Молода спортивна наука України: Зб. наук, праць з галузі фізичної культури та спорту. – Вип. 8. – Львів: НВФ "Українські технології", 2004. – Т. 3. – С. 10-14.

3. Бальсевич В. К. Физическая активность человека /
В. К. Бальсевич, В. А. Запорожанов. – К.: Здоровье, 1987. – 224 с.

4. Бальсевич В. К. Физическая культура для всех и для каждого / В. К. Бальсевич. – М.: Физкультура и спорт, 1988. – 208 с.

5. Бар-Ор О. Двигательная активность и здоровье детей: от физиологических основ до практического применения / О. Бар-Ор,
Т. Роуланд. – К.: Олімпійська література, 2009. – 530 с.

6. Булич Э. Г. Здоровье человека. Биологическая основа жизнедеятельности и двигательная активность в ее стимуляции / Э. Г. Булич, И. В. Муравов. – К.: Олімпійська література, 2003. – 424 с.

7. Вильчковский Э. С. Физическое воспитание школьников / Э. С. Вильчковский. – М.: Логос, 2002. – 168 с.

8. Дубогай О. Фізкультура як складова здоровʼя та успішного навчання дитини / О. Дубогай. – К.: Видавничий дім "Шкільний світ", 2006. – 126 с.

9. Єфімова Н. Г. Методика проведення рухливих ігор / Н. Г. Єфімова. – К.: Радянська школа, 1969. – 104 с.

10. Жуков М. Н. Подвижные игры: Учебник для студ. пед. вузов / М. Н. Жуков. – М.: Издательский центр "Академия", 2000. – 160 с.

11. Ким Н. Фитнесс: Учебник / Н. Ким, М. Дьяконов. – М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2006. – 452 с.

12. Кругляк О. Я. Рухливі ігри та естафети в школі: Методичний посібник / О. Я. Кругляк. – Тернопіль: "Підручники та Посібники", 2002. –
80 с.

13. Круцевич Т. Ю. Рекреація у фізичній культурі різних груп населення: Навчальний посібник / Т. Ю. Круцевич, Г. В. Безверхня. – К.: Олімпійська література, 2010. – 248 с.

14. Оптимальная двигательная активность: Учебно-методическое пособие для вузов / Сост.: И. В. Рубцова, Т. В. Кубышкина, Е. В. Алаторцева, Я. В. Готовцева. – Воронеж, 2007. – 273 с.

15. Синиця С. В. Оздоровча аеробіка. Спортивно-педагогічне вдосконалення : навчальний посібник / С. В. Синиця, Л. Є. Шестерова. – Полтава : 2010. – 244 с.

16. Стецюра Ю. В. Фітнес. Шлях до здоров’я і краси /
Ю. В. Стецюра. – Донецьк : ТОВ ВКФ «БАО», 2006. – 256 с.

17. Тимошенко О. В. Основи теорії та методики викладання спортивних і рухливих ігор: Навчально-методичний посібник /
О. В. Тимошенко, Р. М. Мішаровський, В. Я. Махов. – К.: Нац. пед. ун-т ім. М. Драгоманова, 2003. – 213 с.

18. Фізична рекреація: Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів фізичного виховання і спорту / Є. Н. Приступа,
О. М. Жданова, О. М. Линець та інші; за наук, ред. Є. Н. Приступи. – Дрогобич: Коло, 2010. – 243 с.

19. Хоули Э. Оздоровительный фитнес / Э. Хоули, Б. Д. Френке. – К.: Олимпийская литература, 2000. – 368 с.

20. Чешихина В. В. Физическая культура и здоровый образ жизни студенческой молодежи: Учебное пособие / В. В. Чешихина. – М.: Союз, 2000. – 250 с.

**Додаткова:**

1. Амосов Н. М. Физическая активность и сердце / Н. М. Амосов,
Я. А. Бендет. – К.: Здоровʼя, 1989. – 216 с.

2. Амосов Н. М. Энциклопедия Амосова. Алгоритм здоровья. Человек и общество / Н. М. Амосов. – М.: Сталкер, 2003. – 464 с.

3. Андріанов В. Є. Рухливі ігри як засіб соціалізації особистості молодших школярів / В. Є. Андріанов, Т. В. Андріанов, Н. Г. Макаренко // Реалізація здорового способу життя – сучасні підходи: Монографія. – Дрогобич: КОЛО, 2007. – 620 с.

4. Андрощук Н. В. Рухливі ігри та естафети у фізичному вихованні молодших школярів / Н. В. Андрощук, А. Д. Леськів, С. О. Мехоношин. - Тернопіль: Т ДІЇ У, 2000. - 168 с.

5. Атамась О. А. Підготовка майбутніх учителів фізичної культури до впровадження техніки оздоровчого фітнесу / О. А. Атамась // Основи здоров’я і фізична культура. – 2007. - №1. – С. 10-13.

6. Венглярський Г. Рухова активність як стимулятор розвитку дитячого організму / Г. Венглярський, П. Третяков, С. Васильченко // Зб. наук, праць. – Вип. 1. – Рівне: Рівненський державний гуманітарний університет, 2002. – С. 2-24.

7. Иващенко Л. Я. Программирование занятий оздоровительным фитнесом / Л. Я. Иващенко, А. Л. Благий, Ю. А. Усачев. – К : Науковий світ, 2008. – 198 с.

8. Линець М. М. Витривалість, здоровʼя, працездатність /
М. М. Линець, Г. М. Андрієнко. – Львів, 1993. – 130 с.

9. Марков В. В. Аэробный тренинг в программе оздоровления человека / В. В. Марков // Матеріали Всеукраїнської науково-методичної конференції "Здоровʼя та освіта: проблеми та перспективи". – Донецьк: ДонНУ, 2001. – С. 178-181.

10. Мильнер Е. Ходьба вместо лекарств / Е. Мильнер. – М.: ACT, Астрель, Полиграфиздат, 2010. – 256 с.

11. Міщенко О. Нетрадиційні методики збільшення рухової активності учнів початкової школи / О. Міщенко // Молода спортивна наука України: 36. наук, праць з галузі фізичної культури та спорту. – Вип. 6. – Львів: Видавничий дім "Панорама", 2002. – Т. 1. – С. 320-323.

12. Мухін В. М. Фізична реабілітація / В. М. Мухін. – К. : Олімпійська літ-ра, 2000. – 422 с.

13. Руденик В. В. Оздоровительный бег: Учебно-методическое пособие / В. В. Руденик. – Гродно: Издательство ГрГУ, 2001. – 89 с.

14. Сергієнко Л. П. Тестування фізичних здібностей школярів /
Л. П. Сергієнко. – К.: «Олімпійська література», 2001. – 439 с.

15. Сухарев А. Г. Здоровье и физическое воспитание детей и подростков / А. Г. Сухарев. – М.: Медицина, 1991. – 272 с.

14. Хоули Э. Т. Оздоровительный фитнесс / Э. Т. Хоули, Б. Д. Френке. – К.: Олімпійська література, 2000. – 367 с.

**Електронні ресурси**:

1. Рекреаційні комплекси : навч. посіб. для студ. освітньо-кваліфікаційного рівня "бакалавр" напряму підготовки "Туризм" / укл. : Олександр Іванович Мозговий , Едуард Анатолійович Криволапов. – Запоріжжя : ЗНУ, 2012. – 84 с. – Режим доступу: <http://ebooks.znu.edu.ua/> files/metodychky/2012/01/0013148.pdf.

2. Рухливі і національні ігри з методикою викладання : збірник тестів для студентів освітньо-кваліфікаційного рівня "бакалавр" напрямів підготовки "Фізичне виховання", "Здоров'я людини", "Спорт" / уклад.: Л.В. Гальченко. – Запоріжжя : ЗНУ, 2012. – 42 с. – Режим доступу: <http://ebooks.znu.edu.ua/>files/ metodychky/2012/03/0019291.docx.

3. Рухливі і національні ігри з методикою викладання : навч.-мет. пос. для студ. освіт.-кваліф. рівня "бакалавр" напр. підг. "Фізичне виховання", "Здоров'я людини", "Спорт" / уклад. Л.В. Гальченко. – Запоріжжя : ЗНУ, 2012. – 123 с. – Режим доступу: <http://ebooks.znu.edu.ua/files/metodychky/> 2012/09/0026551.doc.

4. Рухливі і національні ігри з методикою викладання : навч.-метод. пос. для студ. освітньо-кваліф. рівня "бакалавр" напр. підгот. "Фізичне виховання", "Здоров'я людини", "Спорт". у 2 ч. Ч. 2 / уклад. Л.В. Гальченко. – Запоріжжя : ЗНУ, 2013. – 116 с. – Режим доступу: <http://ebooks.znu>.edu.ua/files/metodychky/ 2013/04/0029926.doc.

5. Айунц, Л. Р. Гімнастика. (Коротко про головне) / Л. Р. Айунц. – Житомир : Вид-во ЖДУ, 2008. – 62 с. – Режим доступу: http://ebooks.znu.edu.ua/files/Bibliobooks/Inshi31/0025228.pdf.

6. Бессарабова, О. В. Рекреаційні ігри : практикум до лабораторних занять для студентів напрямів підготовки "Фізичне виховання" та "Здоров'я людини" / Олена Вікторівна Бессарабова. – Запоріжжя : ЗНУ, 2011. – 76 с. – Режим доступу: <http://ebooks.znu.edu.ua/files/metodychky/2011/04/0010918>.pdf.

7. Бессарабова, О. В. Рекреаційні ігри : навчально-методичний посібник для здобувачів ступеня вищої освіти бакалавра напряму підготовки «Здоров’я людини» / Олена Вікторівна Бессарабова, Вікторія Борисівна Горбуля. – Запоріжжя : ЗНУ, 2016. – 97 с. – Режим доступу: [http://ebooks.znu.edu.ua/files/metodychky/ 2016/03/0038857.doc](http://ebooks.znu.edu.ua/files/metodychky/%202016/03/0038857.doc).

8. Жуков, М. Н. Подвижные игры : учебник для студ. пед. вузов / Михаил Николаевич Жуков. – М. : Академия, 2000. – 162 с. – Режим доступа: http://ebooks.znu.edu.ua/files/Bibliobooks/Inshi/0002816.djvu. – ISBN 5-7695-0669-5.

9. Жулкевская, Г. В. Gymnastics=Гимнастика : учеб. пос. по англ. яз. для студ. II курса / Галина Владиславовна Жулкевская. – 2-е изд., испр. – Минск : БГУФК, 2005. – 31 с. – Access mode: <http://ebooks.znu.edu.ua>/files/ Bibliobooks/Apolonova/0026722.doc. – ISBN 985-6651-67-0.

10. Кононенко, М. С. Фізичне виховання : Оздоровча гімнастика, ходьба, біг : метод. реком. до самост. роботи для студ. освіт.-кваліф. рівня "бакалавр" усіх напр. підгот. / Микола Сергійович Кононенко, Анна Миколаївна Кононенко. – Запоріжжя : ЗНУ, 2014. – 52 с. – Режим доступу: <http://ebooks.znu.edu.ua/> files/metodychky/2013/12/0030905.docx. –  : 11.00.

11. Сокирко, О. С. Методика проведення рухливих ігр : навчально-методичний посібник для студентів і викладачив вищих навчальних закладів / Олексій Сергійович Сокирко, Микола Михайлович Чечель, Ігор Євгенійович Дядечко ; відповідальний за випуск Р.В. Клопов. – Запоріжжя : ЗНУ, 2007. – 36 с. – Режим доступу: <http://ebooks.znu.edu.ua/files/metodychky/>2007/2kvartal/sokyr\_4e4el\_ diade4ko\_metodika.djvu.

12. Твердохліб, Ж. О. Рухливі ігри для сучасної школи / Ж. О. Твердохліб, Л. І. Погребенник. – Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2011. – 62 с. – Режим доступу: <http://ebooks.znu.edu.ua/files/> Bibliobooks/Inshi31/0025615.pdf.