

Оздоровчий фітнес

1. Воловик, Наталія Іванівна. Оздоровчий фітнес : навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів / Н. І. Воловик ; Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова. - Київ : Видавництво НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2022. - 297 с.-Режим доступу: <http://enpuir.npu.edu.ua/handle/123456789/36372>
2. Воловик, Наталія Іванівна. Оздоровчий фітнес: склад тіла : навчальний посібник / Н. І. Воловик ; Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова. - Київ : Видавництво НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2014. - 43 с.-Режим доступу: <http://enpuir.npu.edu.ua/handle/123456789/18979>
3. Воловик, Наталія Іванівна. Основи оздоровчого фітнесу: навчальний посібник / Н. І. Воловик ; Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова. - Київ : Видавництво НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2010. - 240 с.- Режим доступу: <http://enpuir.npu.edu.ua/handle/123456789/19267>
4. Довгань, Надія Юріївна. Фізичне виховання. Фітнес : навчальний посібник / Н. Ю. Довгань, К. О. М'ясоєденков, М. Ю. Короп ; Київський нац. торг.-економ. ун-т. - Київ, 2016. - 415 с.
5. Кібальник, Оксана Яківна. Оздоровчий фітнес. Теорія та методика викладання : навчально-методичний посібник для студентів спеціальності 7.010103 "Педагогіка і методика середньої освіти. Фізична культура" / О. Я. Кібальник, О. А. Томенко ; М-во освіти і науки України, Сумський держ. пед. ун-т ім. А.С. Макаренка. - Суми : СумДПУ імені А. С. Макаренка, 20100. - 204 с.-Режим доступу: <https://library.sspu.edu.ua/wp-content/uploads/2018/04/19-2.pdf>
1. Кібальник, Оксана Яківна. Оздоровчий фітнес. Теорія та методика викладання : навчально-методичний посібник для студентів спеціальності 7.010103 "Педагогіка і методика середньої освіти. Фізична культура" / О. Я. Кібальник, О. А. Томенко ; М-во освіти і науки України, Сумський держ. пед. ун-т ім. А.С. Макаренка. - Суми : СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2020. - 219 с.
2. Контроль і самоконтроль оздоровчих занять : методичні рекомендації з дисципліни "Оздоровчий фітнес" / Уклад. Н. А. Овчиннікова ; Рец.: В. Г. Ареф'єв, О. В. Андреева. - Київ : Вид-во НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2006. - 45 с.
3. Овчиннікова, Наталія Анатоліївна. Основи оздоровчого фітнесу : методичні рекомендації з дисципліни / Н. А. Овчиннікова ; Рец.: В. Г. Ареф'єв, О. В. Андреева ; Нац. пед. ун-т ім. М. П. Драгоманова, Ін-т фіз. виховання і спорту, Кафедра теорії та методики фізичного виховання і спорту. - Київ : Вид-во НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2006. - 44 с.
4. Типова навчальна програма з дисципліни «Оздоровчий фітнес» : для студентів інститутів та факультетів фізичного виховання та спорту вищих педагогічних навчальних закладів / Міністерство освіти і науки, молоді та спорту України, Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова ; уклад. Н. І. Воловик. - Київ : Видавництво НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2013. - 12 с.-Режим доступу: <http://enpuir.npu.edu.ua/handle/123456789/19032>
5. Тулайдан В. Г. Оздоровчий фітнес : навчальний посібник / В. Г. Тулайдан ; Міністерство освіти і науки України, ДВНЗ «Ужгородський національний університет». - Львів : Фест-Прінт, 2020. - 143 с.-Режим доступу: <https://dspace.uzhnu.edu.ua/jspui/bitstream/lib/31641/1/Оздоровчий%20фітнес.pdf>
6. Усачов, Ю.О.Особливості формування термінології сучасного фітнесу / Ю. Усачов // Теорія і методика фізичного виховання і спорту : Науково-теоретичний журнал для спеціалістів у галузі фізичного виховання і спорту. - 2005. - №1. - С. 84-86
7. Хоули Э. Т. Оздоровительный фитнес : методический материал / Э. Т. Хоули, Б. Д. Френкс ; пер. с англ. А. Яценко. - Киев : Олимпийская литература, 2000. - 367 с. : ил.
8. Хоули, Эдвард. Руководство инструктора оздоровительного фитнеса / Э. Т. Хоули, Б. Д. Френке ; пер. с англ.: А. Яценко, В. Левицкий. - Київ : Олімпійська література,

2004. - 375 с.-Режим доступу: <https://uchi-fitness.ru/about/articles/rukovodstvo-instruktora-ozdorovitel'nogo-fitnessa/>

9. Неттер, Френк. Атлас анатомії людини / Ф. Неттер ; голов. ред. Ю. Чайковський = Atlas of Human Anatomy : second edition / by Frank H. Netter, M. D. ; Arthur F. Dalley, Ph. D., Consulting Editor. - 2-е вид. (укр. ред.). - Львів : Наутілус, 2004. - 571, 26 с. + 525 рис. - Бібліогр.: с. 571
10. Булатова М. Фитнес и двигательная активность: проблемы и пути их решения / М. Булатова // Теорія і методика фізичного виховання і спорту : Науково-теоретичний журнал для спеціалістів у галузі фізичного виховання і спорту. - 2007. - № 1. - С. 3-7.
11. Чеховська Л. Я. Теоретичний аналіз основних дефініцій оздоровчого фітнесу / Л. Я. Чеховська // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова : [збірник наукових праць] / М-во освіти і науки України, Нац. пед. ун-т ім. М.П. Драгоманова. - Київ : Вид-во НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2019. - Серія 15 : Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт), Вип. 8 (116). - С. 64-71.
12. Ячнюк М. Ю. Формування культури здоров'я студенток засобами оздоровчого фітнесу = Formation of health culture student by fitness means / М. Ю. Ячнюк, С. І. Городинський, А. С. Семенко // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова : [збірник наукових праць] / Міністерство освіти і науки України, Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова. - Київ : Вид-во НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2021. - Серія 15 : Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт), Вип. 1 (129) 21. - С. 134-138. – Режим доступу: <http://enpuir.npu.edu.ua/handle/123456789/33936>