

Силабус навчальної дисципліни «Методика фізичного виховання»

Фаховий коледж

Закарпатського угорського інституту імені Ференца Ракоці II

Освітньо професійний ступінь	Фаховий молодший бакалавр	Форма навчання	денна	Навчальний рік/ семестр	2023-24 н.р. Четвертий курс VII. семестр
------------------------------	---------------------------	----------------	-------	-------------------------	--

Силабус

Назва навчальної дисципліни	Методика фізичного виховання
Циклова комісія	Дошкільна освіта
Освітня програма	Освітньо-професійна програма «Дошкільна освіта»
Тип дисципліни, кількість кредитів та годин (лекції/семінарські, лабораторні заняття/самостійна робота)	Тип дисципліни: обов'язкова Кількість кредитів: 4 Кількість годин: 120 Лекційні заняття: 30 Семінарські заняття: 30 Самостійна робота: 60 Форма підсумкового контролю - іспит
Викладач(і), відповідальний(і) за викладання навчальної дисципліни (імена, прізвища, адреса електронної пошти викладача/ів)	Орбан Ірина Карлівна викладач спеціаліст першої категорії orban.iren@kmf.org.ua консультації за домовленістю Classroom дисципліни
Пререквізити навчальної дисципліни	Навчальна дисципліна «Методика фізичного виховання» обов'язковий освітній компонент ОПП підготовки фахових молодших бакалаврів фахової передвищої освіти зі спеціальності 012 Дошкільна освіта. Вивчення даної дисципліни безпосередньо спирається на такі обов'язкові навчальні компоненти: інтегрованого курсу «Фізична культура» «Вступ до фаху», «Анатомія, фізіологія і гігієна дітей дошкільного віку», «Загальні основи педагогіки та дошкільної педагогіки», «Дитяча психологія», «Педагогічні технології у дошкільній освіті. Практикум з ігрової діяльності» та «Безпека життєдіяльності, основи охорони праці»
Анотація дисципліни, мета та очікувані програмні результати навчальної дисципліни, основна тематика дисципліни	Предметом вивчення дисципліни виступає формування систематизованих знань у студентів в області фізичного виховання дітей дошкільного віку в закладах дошкільної освіти за спеціальною методикою. Мета вивчення дисципліни є: забезпечення кваліфікаційної компетентності майбутніх фахівців галузі дошкільної освіти;

засвоєння студентами основ професійної діяльності педагога в галузі фізичного виховання дошкільників, оволодіння майбутніми педагогами системою знань в галузі теорії та методики фізичного виховання, практичними вміннями та навичками з організації і проведення активних форм роботи з фізичної культури. Фізкультурно-оздоровча робота в дошкільних навчальних закладах повинна бути націлена на пошук резервів повноцінного фізичного розвитку дітей.

Основне завдання вивчення дисципліни:

- оволодіння майбутніми педагогами основними поняттями, завданнями та змістом навчальної дисципліни;
- формування стійкого інтересу до навчальної дисципліни, усвідомлення пріоритетності здійснення фізичного виховання дітей;
- формування у студентів практичних умінь і навичок виконання фізичних вправ та проведення всіх організаційних форм роботи з фізичного виховання;
- забезпечення оптимальних умов навчання, діяльності і відпочинку дітей дошкільного віку.

Згідно з вимогами програми студенти мають

знати:

- науково-методичні, правові, програмні та нормативні, організаційні основи системи фізичного виховання;
- закономірності розвитку моторики дітей раннього і дошкільного віку
- дидактичні принципи, методи і прийоми навчання дітей фізичним вправам, послідовність та особливості використання гімнастики, спортивних вправ та ігор, рухливих ігор та ігор-естафет, змагань у роботі з дітьми;
- основи метрологічного контролю у фізичному вихованні дітей дошкільного віку; особливості застосування діагностичних методик;
- методичні основи реалізації різних форм роботи з фізичного виховання дітей раннього і дошкільного віку;
- особливості функціонування системи фізичного виховання; принципи планування та здійснення контролю;
- функціональні обов'язки педагогічного персоналу ЗДО, щодо забезпечення сприятливих умов для зміцнення та збереження здоров'я, фізичного розвитку дітей особливості здійснення медико-педагогічного контролю.

вміти:

- реалізовувати професійні обов'язки із дотриманням вимог Базового компонента дошкільної освіти й чинних програм та з урахуванням психологічних, фізіологічних, індивідуальних й вікових особливостей розвитку дітей;
- враховувати особливості розвитку дитячого організму при виборі засобів фізичного виховання, визначенні фізичних навантажень;
- добирати оптимальні засоби і методи фізичного виховання з метою подальшого розвитку і удосконалення фізичних якостей, формування рухових умінь і навичок у дітей;
- визначати і письмово фіксувати якісні і кількісні

показники засвоєння рухових дій для визначення рівня рухової підготовленості та виявлення потенційних можливостей у руховій діяльності.

- складати конспекти різних форм роботи з фізичного виховання, визначати основні завдання до них, на основі індивідуально-диференційованого підходу, врахування стану здоров'я, рівня фізичного розвитку та рухової підготовленості, інтересів та уподобань дітей;
- проводити різноманітні форми роботи з фізичного виховання: ранкову та гігієнічну гімнастику, малі форми активного відпочинку, фізкультурні заняття, рухливі ігри, пішохідні переходи, фізкультурні свята та розваги, дні здоров'я;
- планувати роботу з фізичного виховання дітей протягом дня, визначати зміст та об'єм рухової діяльності, її місце в режимі дня, враховувати та доцільно добирати різні види навчально-виховної роботи з дітьми;
- регулювати фізичне навантаження, змінюючи кількість вправ, їх дозування, чергування вправ для різних груп м'язів, різної ступені інтенсивності, змінюючи умови їх виконання та варіюючи фізкультурне обладнання.
- оцінювати наявність оптимальних умов для здійснення фізичного виховання;
- проводити проміжні та рубіжні зрізи показників рівня сформованості рухових вмінь та навичок у дітей, робити порівняльний аналіз;
- здійснювати консультування батьків з різних питань фізичного виховання дітей дошкільного віку.

Програмні компетентності

Інтегральна компетентність: Здатність вирішувати типові спеціалізовані завдання та практичні проблеми в галузі дошкільної освіти з розвитку, навчання і виховання дітей раннього та дошкільного віку, що передбачає застосування загальних психолого-педагогічних теорій та фахових методик дошкільної освіти та характеризуються комплексністю та невизначеністю умов; нести відповідальність за результати своєї діяльності; здійснювати контроль інших осіб у визначених ситуаціях.

Загальні компетентності:

КЗ-2. Здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її місця в загальній системі знань про природу і суспільство та в розвитку суспільства, техніки і технологій, використовувати різні види та форми рухової активності для активного відпочинку та ведення здорового способу життя.

КЗ-5. Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями

КЗ-6. Здатність до міжособистісної взаємодії

КЗ-7. Здійснення безпечної діяльності

Спеціальні (фахові, предметні) компетентності:

КС-1. Здатність до розвитку в дітей раннього і дошкільного віку базових якостей особистості (довільність, самостійність,

креативність, ініціативність, свобода поведінки, самосвідомість, самооцінка, самоповага)

КС-2. Здатність до фізичного розвитку дітей раннього і дошкільного віку, зміцнення їхнього здоров'я засобами фізичних вправ і рухової активності

КС-4. Здатність до формування в дітей раннього і дошкільного віку навичок здорового способу життя як основи культури здоров'я (валеологічної культури) особистості

КС-5. Здатність до формування у дітей раннього і дошкільного віку первинних уявлень про предметне, природне, соціальне довкілля, властивості і відношення предметів; розвитку самосвідомості («Я» дитини і його місце в довіллі)

КС-6. Здатність до розвитку сенсорно-перцептивних, мнемічних процесів, різних форм мислення та свідомості в дітей раннього та дошкільного віку

КС-8. Здатність до навчання дітей раннього та дошкільного віку суспільно визнаних морально-етичних норм і правил поведінки

КС-9. Здатність до національно-патріотичного виховання дітей раннього та дошкільного віку (любов до Батьківщини, рідної мови, рідного міста, поваги до державних символів України, національних традицій, звичаїв, свят, обрядів, народних символів)

КС-10. Здатність до розвитку мовлення у дітей раннього та дошкільного віку та їхньої взаємодії з однолітками та дорослими

КС-11. Здатність до організації та керівництва ігровою, художньо-мовленневою і художньо-продуктивною (образотворча, музична, театральна) діяльністю дітей раннього та дошкільного віку

КС-13. Здатність до індивідуального та диференційованого розвитку дітей раннього і дошкільного віку з особливими освітніми потребами відповідно до їхніх можливостей

КС-14. Здатність до самоосвіти, саморозвитку, до безперервності в освіті для постійного поглиблення загальноосвітньої та фахової підготовки, перетворення набуття освіти в процес, який триває протягом усього життя людини

КС-15. Здатність до комунікативної взаємодії з дітьми, батьками, колегами.

Програмні результати навчання:

ПР-01 Упорядковувати універсальне, розвивальне середовище у групах раннього та дошкільного віку з урахуванням вікових та індивідуальних особливостей дитини

ПР-02 Вміти планувати та організувати освітній процес в закладі дошкільної освіти з урахуванням принципів здоров'язбереження, особистісно зорієнтованого підходу, суб'єкт-суб'єктної взаємодії

ПР-03 Встановлювати зв'язок між процесом розвитку, навчання та виховання дітей раннього та дошкільного віку відповідно до їхніх вікових особливостей

ПР-04 Окреслювати завдання, форми взаємодії «родина–

заклад дошкільної освіти – початкова школа» та їх реалізація в умовах закладу дошкільної освіти

ПР-05 Виявляти та узагальнювати результати діяльності дітей раннього та дошкільного віку з використанням педагогічних технологій

ПР-06 Дотримуватися морально-етичних норм. Формувати моральні цінності у дітей раннього та дошкільного віку

ПР-07 Демонструвати та оцінювати результати власної діяльності з урахуванням закономірностей освітнього процесу закладу дошкільної освіти

ПР-08 Осмислювати і визначати концептуальні засади, принципи, мету, завдання, зміст, організаційні форми, методи і засоби, що використовуються в роботі з дітьми раннього та дошкільного віку

ПР-10 Організувати умови безпеки життєдіяльності дітей раннього та дошкільного віку

ПР-11 Виявляти готовність до зміцнення психічного, фізичного та соціального здоров'я, формування навичок здорового способу життя у дітей раннього та дошкільного віку

ПР-12 Здійснювати педагогічну комунікацію з іншими суб'єктами освітнього процесу закладу дошкільної освіти на засадах етики професійного спілкування та оцінювати результативність педагогічної взаємодії

ПР-13 Знати і використовувати в практичній діяльності нормативно-правові документи, законодавчі акти у сфері дошкільної освіти

ПР-15 Визначати особливості та способи організації провідної (ігрової) діяльності дітей раннього та дошкільного віку в освітньому процесі закладів дошкільної освіти

ПР-16 Володіти методиками та технологіями зони актуального та ближнього розвитку дітей раннього та дошкільного віку різного рівня розвитку

ПР-18 Організувати та розділяти предметно-просторове розвивальне середовище на осередки діяльності в групах дітей раннього та дошкільного віку

ПР-19 Здійснювати самоосвіту, самовдосконалення, самореалізацію в професійній діяльності, впроваджувати перспективний педагогічний досвід та інноваційні технології в освітній процес закладу дошкільної освіти

ПР-20 Застосовувати принципи індивідуального та диференційованого розвитку дітей раннього та дошкільного віку в організації освітнього процесу закладу дошкільної освіти

ПР-21 Забезпечувати розвиток базових якостей особистості дитини в різних видах діяльності в умовах закладу дошкільної освіти

ПР-22 Створювати умови безпечного середовища у природному, предметному та соціальному оточенні в процесі організації різних видів діяльності дітей раннього та дошкільного віку

ПР-23 Керувати власною активністю відповідно до особистісних цінностей з урахуванням умов, цілей, завдань

	<p>освітньої діяльності в закладі дошкільної освіти</p> <p>Програма навчальної дисципліни містить 4 змістовні модулі:</p> <p>Модуль 1. Загальні питання теорії і методики фізичного виховання</p> <p>Тема 1. Предмет теорії і методики фізичного виховання.</p> <p>Тема 2. Теоретичні основи фізичного виховання дітей дошкільного віку.</p> <p>Тема 3. Фізичне виховання дітей раннього віку.</p> <p>Тема 4. Загальні основи навчання та розвитку дітей дошкільного віку у процесі фізичного виховання</p> <p>Модуль 2. Зміст та методика навчання основних рухів дітей дошкільного віку</p> <p>Тема 5. Методика навчання дітей основних рухів</p> <p>Тема 6. Загальнорозвиваючі вправи, стройові вправи та методика їх навчання.</p> <p>Тема 7. Методика проведення рухливих ігор.</p> <p>Тема 8. Спортивні ігри, вправи та методика їх проведення.</p> <p>Модуль 3. Форми роботи з фізичного виховання в дошкільних навчальних закладах.</p> <p>Тема 9. Фізкультурно-оздоровчі заходи в режимі дня.</p> <p>Тема 10. Методика проведення занять з фізичної культури.</p> <p>Тема 11. Особливості проведення занять з фізичної культури у різних вікових групах</p> <p>Тема 12. Форми забезпечення рухової активності. Фізкультурно-оздоровчі заходи в режимі дня.</p> <p>Модуль 4. Планування та облік роботи з фізичного виховання. Організація активного відпочинку дітей.</p> <p>Тема 13. Планування роботи з фізичного виховання.</p> <p>Тема 14. Створення умов для фізичного виховання дітей у дошкільному закладі.</p> <p>Тема 15. Організація та керівництво системою фізичного виховання в дошкільному закладі.</p>
<p>Критерії контролю та оцінювання результатів навчання</p>	<p>Контроль навчальних досягнень здобувачів фахової передвищої освіти проводиться відповідно до критеріїв оцінювання теоретичної і практичної підготовки та охоплює поточний контроль: усне та письмове опитування, виступи, експрес-контроль; тематичний (модульний) контроль у формі контрольної роботи, виконання тестових завдань та підсумковий контроль у формі іспиту.</p> <p>Екзамен проводиться в усній формі, кожен варіант включає 2 питання.</p> <p>Навчальні досягнення молодших бакалаврів із дисципліни «Методика фізичного виховання» оцінюються за модульно-рейтинговою системою, в основу якої покладено принцип поопераційної звітності, накопичувальної системи оцінювання рівня знань, умінь та навичок; розширення кількості підсумкових балів до 100.</p> <p>Оцінка за змістовні модулі визначається як сума балів за :</p> <ul style="list-style-type: none"> - усні відповіді на практичних заняттях; - виконання практичних завдань; - контрольні роботи; - виконання самостійної роботи.

№	Склад та види умов виконання програми	к-ть	макс. бал/шт.	всього
1.	розробка питання до іспиту	1	20	20
2.	усні відповіді на практичних заняттях	2	5	10
3.	виконання практичних завдань	2	5	10
4.	контрольні роботи	4	5	20
	всього			60
	іспит	40	20	40
				100

При якісному виконанні всіх умов із завдань у період навчання, студенти можуть набрати максимум 100 балів.

При успішному складанні завдання іспиту, студент може отримати максимум 40 балів.

До підсумкового контролю допускаються студенти, які в сумі за змістовні модулі отримали не менше 40 балів і відпрацювали всі пропущені заняття.

Підсумки складання екзамену (заліку)

A vizsga (beszámoló) eredményeinek összesítése

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою		
		для екзамену, курсового проекту (роботи), практики	для заліку	
90-100	A	відмінно	5	зараховано
82-89	B	добре	4	
75-81	C			
64-74	D	задовільно	3	
60-63	E			
35-59	FX	незадовільно з можливістю повторного складання	2	не зараховано з можливістю повторного складання
0-34	F	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	2	не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

Інші інформації про дисципліни (політика дисципліни, технічне та програмне забезпечення дисципліни тощо)

Відвідування навчальних занять є обов'язковим. Основні вимоги до студентів: активність на семінарських заняттях, відпрацювання пропущених занять, допуск до підсумкового контролю; дотримання правил академічної доброчесності; самостійне виконання навчальних і контрольних завдань; правильне цитування з посиланням на автора, посилання на

	<p>джерела інформації.</p> <p>Навчальні заняття проводяться в кабінетах обладнаних мультимедійними проекторами; у закладі забезпечено необмежений вільний доступ до інформаційних ресурсів.</p> <p>Під час занять використовуються словесні методи (лекція, бесіда, дискусія), проблемний виклад навчального матеріалу, евристичний метод, дослідницький метод, практичні методи (вправи); ділова гра, тренінг.</p> <p>При дистанційній або змішаній формах навчання використовується інструментарій платформи Google Classroom.</p>
<p>Базова література навчальної дисципліни та інші інформаційні ресурси</p>	<p style="text-align: center;"><i>Базова література:</i></p> <p style="text-align: center;">Основна</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Білан О.І. Програма розвитку дитини дошкільного віку «Українське дошкілля» / О.І. Білан, за заг. ред. О.В. Низковської, 2017 – 256с. https://mon.gov.ua/storage/app/media/programy-rozvytku-ditey/Bilan_Programa_Ukrdoshkillja_2017.pdf 2. Дитина: Освітня програма для дітей від двох до семи років / наук. кер. проекту В.О.Огнев'юк ; авт. кол.: Г.В. Беленька, О.Л.Богініч, В.М.Вертугіна, О.М. Половіна [та ін.] ; наук. ред. Г.В. Беленька ; Мін. осв. і науки України, Київ. ун-т ім. Б. Грінченка. - К. : Київ. унт ім. Б. Грінченка, 2020. - 440 с. 3. Калуська Л. В. Комплексна програма розвитку, навчання та виховання дітей дошкільного віку “Соняшник” / Л. В. Калуська. — Вид. 3-тє, доп.. — Тернопіль : Мандрівенць, 2023. — 210 с. https://mon.gov.ua/storage/app/media/doshkilna/programi/2023/15.03.2023/Kompl.prohrama.rozvytku.ditey.doshk.viku.2023-SONYASHNYK.15.03.2023.pdf 4. Програма освіти дітей раннього та дошкільного віку «Освіта і піклування / Education & Care» / В.А. Воронов, К.В. Ковальчук, Н.В. Піканова, О.Д. Рейпольська, С.О. Си...соєва, К.Ю. Станкевич. – Київ: ФОП В.Б. Ференець, 2021. – 130 с. https://mon.gov.ua/storage/app/media/doshkilna/programi/2022/09/02/Prohrama.osv.ditey.rannoho.ta.doshkil.viku-OSV.I.PIKLUVANNYA.02.09.2022.pdf 5. Я у світі Програма розвитку дитини від народження до шести років/ О.П.Аксьонова, АМ.Анішук, Л.В. Артемова, та ін., наук кер. О.Л. Кононко – Київ: ТОВ «МЦФЕР-Україна» 2019, - 488с. https://mon.gov.ua/storage/app/media/programy-rozvytku-ditey/programma-ya-y-sviti.pdf 6. Вільчковський Е.С Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку : Навчальний посібник / Вільчковський Е.С, Курок О.І. – Суми. : Університетська книга, 2011 . – 428 р. (КМФ) 7. Dobay Beáta Az óvodai testnevelés alapjai / [szerk.] Dobay Beáta ; [közread. a] Selye János Egyetem [Tanárképző Kar] .– 2. bővített kiadás. – Komárom : Selye János Egyetem, 2007 . – 285 р. (КМФ) <p style="text-align: center;">Додаткова</p>

8. Комісарик М. Теорія та методика фізичного виховання дітей дошкільного віку : Підручник / Комісарик М., Чуйко Г. – Чернівці. : Книги - XXI, 2013 . – 484 p (ЗУІ)
9. Bakonyiné Vince Ágnes. Mozgás- öröm a szabadban (Óvodások tevékeny élete a szabad levegőn) / Bakonyiné Vince Ágnes. – : Magyar Pedagógiai Társaság Kisgyermeknevelési Szakosztály, 1989 . – 93 p. (KMF)
10. Dobay Beáta Mozgásos játékgyűjtemény : (óvó-és alsó tagozatos pedagógusok részére) / Dobay Beáta. – Komárom. : Selye János Egyetem Tanárképző Kara, 2016 . – 135 p. (KMF)
11. Gaál Sándorné Az óvodai testnevelési foglalkozások előkészítő gyakorlatai (Gimnasztika) - V.rész / Gaál Sándorné, Gyarmati Zoltánné. – Szarvas. : BTÓ FP, 1995 . – 108 p. (KMF)
12. Gaál Sándorné Mozgásfejlődés és fejlesztés az óvodában (Kézikönyv az óvopedagógusok számára) / Gaál Sándorné, Dr.Farmosi István. – Szarvas, 2010 . – 331 p. (KMF)
13. Gaál Sándorné A testnevelés mozgásanyagának feldolgozása a 3-10 éves korosztály számára/ Gaál Sándorné, Dr.Bencze Sándorné. – Szarvas, 2004. – 224 p. (KMF)
14. Gaál Sándorné, Kunos Andrásné Testnevelési játékok anyaga és tervezése az óvodában / [Gaál Sándorné, Kunos Andrásné]. – [Szarvas] : szerzői kiadás, [1996] . – 246 p. (KMF)
15. Lepeš, Josip Az óvodai testnevelés módszertana / Josip Lepeš, Branko Krsmanović, Halasi Szabolcs. – Szabadka : Újvidéki Egy. M. Tannyelvű Tanítóképző Kar, 2013 . – 143 p. (KMF)
16. Lukács Józsefné Mesés mozgás : Játékos őszi mesés torna az óvodai élet mindennapjaira / Lukács Józsefné, Ferencz Éva. – [Budapest] : Flaccus, 2017 . – 155 p. (KMF)
17. Kunos Andrásné Az óvodai testnevelési foglalkozások módszertana / szerk. Kunos Andrásné. – Bp. : Nemzeti Tankönyvkiadó, 1996 . – 196 o. (KMF)
18. Makszin Imre A testnevelés elmélete és módszertana / Makszin Imre . – 3. javított és bővített kiadás. – Bp. : -Pécs : Dialóg Campus Kiadó, 2014 . – 288 p. (KMF)
19. Pappné Gazdag Zsuzsanna A babzsák : tartásjavító, izomerősítő és nyújtó, valamint mozgásügyességet fejlesztő gyakorlatok óvodások és általános iskolások számára / Pappné Gazdag Zsuzsanna. – Budapest : Flaccus : Pappné Gazdag Zsuzsanna, 2008 . – 85 p. : ill. (KMF)
20. Pappné Gazdag Zsuzsanna A Body-Roll : tartásjavító, izomerősítő és nyújtó, valamint mozgásügyességet fejlesztő gyakorlatok óvodások és általános iskolások számára / Pappné Gazdag Zsuzsanna. – Bp. : Flaccus, 2011. – 91 p. (KMF)
21. Pappné Gazdag Zsuzsanna A karika : tartásjavító, izomerősítő és nyújtó, valamint mozgásügyességet fejlesztő gyakorlatok óvodások és általános iskolások számára / Pappné Gazdag Zsuzsanna.. – [Budapest] : Flaccus : Pappné Gazdag Zsuzsanna,

2007 . – 97 p. (KMF)

22. Pappné Gazdag Zsuzsanna A labda : tartásjavító, izomerősítő és nyújtó, valamint mozgásügyességet fejlesztő gyakorlatok óvodások és általános iskolások számára / Pappné Gazdag Zsuzsanna. – [Budapest] : Flaccus, 2001 . – 91 p. (KMF)

23. Pappné Gazdag Zsuzsanna A szék : tartásjavító, izomerősítő és nyújtó, valamint mozgásügyességet fejlesztő gyakorlatok óvodások és általános iskolások számára / Pappné Gazdag Zsuzsanna. – [Budapest] : Flaccus, 2005 . – 102 p. : ill. (KMF)

24. Pappné Gazdag Zsuzsanna A tornabot : tartásjavító, izomerősítő és nyújtó, valamint mozgásügyességet fejlesztő gyakorlatok óvodások és általános iskolások számára / Pappné Gazdag Zsuzsanna. – [Budapest] : Flaccus, 2007 . – 87 p. (KMF)

25. Pappné Gazdag Zsuzsanna Játszunk gyógyító tornát! : Új lehetőségek a hanyagtartás javítására óvodás és kisiskolás korban 1. / Pappné Gazdag Zsuzsanna. – Bp. : Flaccus Kiadó, 2011 . – 90 p. (KMF)

26. Pappné Gazdag Zsuzsanna Utánzó gyakorlatok : tartásjavító, izomerősítő és nyújtó, valamint mozgásügyességet fejlesztő gyakorlatok óvodások és általános iskolások számára / Pappné Gazdag Zsuzsanna.. – [Budapest] : Flaccus, 2011 . – 94 p. (KMF)

Інформаційні ресурси

1. <https://www.youtube.com/watch?v=qiMN7A5ibp8>
2. <https://www.youtube.com/watch?v=AJVPCavombk>
3. <https://www.youtube.com/watch?app=desktop&v=jSQpCl-d-PGU>
4. <https://www.youtube.com/watch?v=VIWmskMWbjI>
5. <https://www.youtube.com/watch?v=49HLcrtTPnI>