

Міністерство освіти і науки України
Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка
Факультет фізичної культури
Кафедра теорії і методики фізичного виховання

Дипломна робота (проєкт)

магістра

з теми: **«ОРГАНІЗАЦІЙНО-МЕТОДИЧНІ УМОВИ ФІЗИЧНОЇ
ПІДГОТОВКИ ВІЙСЬКОВО-ПРИКЛАДНОЇ СПРЯМОВАНОСТІ У
СИСТЕМІ ПРОФЕСІЙНОЇ ОСВІТИ ПІДЛІТКІВ»**

Виконав: студент 2 курсу, групи FKS1-M22z,
спеціальності 017 Фізична культура і спорт

Коваль Владислав Миколайович

Керівник: **Єдинак Г. А.**,

доктор наук з фізичного виховання та спорту,
професор

Рецензент: **Галаманжук Л. Л.**,

доктор педагогічних наук, професор

Кам'янець-Подільський – 2023 рік

ЗМІСТ

ВСТУП.....	4
ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ВІЙСЬКОВО- ПРИКЛАДНОЇ СПРЯМОВАНОСТІ ПІДЛІТКІВ	8
1.1. Загальні положення фізичної підготовки підлітків у системі професійної освіти.....	8
1.2. Психофізіологічний аспект навчальної і професійної діяльності здобувачів	18
1.3. Характеристика особливостей військово-прикладної спрямованості фізичної підготовки на етапі передвищої освіти	29
РОЗДІЛ 2. МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ.....	37
2.1. Методи дослідження	37
2.2. Методи дослідження	41
РОЗДІЛ 3. ПЕРЕДУМОВИ ФОРМУВАННЯ ТА ЗМІСТ ОРГАНІЗАЦІЇ Й МЕТОДИКИ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ІЗ ВІЙСЬКОВО-ПРИКЛАДНОЮ СПРЯМОВАНІСТЮ В УМОВАХ ПРОФЕСІЙНОЇ ОСВІТИ ПІДЛІТКІВ.....	43
3.1. Стан фізичної підготовленості здобувачів вищої освіти 15-16 років під час навчання в освітньому закладі.....	43
3.2. Рівень фізичної активності підлітків-здобувачів вищої освіти.....	49
3.3. Характеристика допризовної підготовленості підлітків під час навчання у закладі вищої освіти	52
3.4. Обґрунтування організаційно-методичних умов фізичної підготовки військово-прикладної спрямованості для підлітків-здобувачів вищої освіти.....	54
ВИСНОВКИ	61
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	63
ДОДАТКИ	74

ВСТУП

Актуальність теми. Фізична підготовка – процес розвитку рухових (фізичних) якостей індивіда [92, с. 12]. Згідно положень теорії фізичного виховання така підготовка здійснюється за двома напрямками, а саме загальним та спеціальним. Загальна фізична підготовка спрямовується на розвиток усіх основних рухових якостей, тоді як спеціальна фізична підготовка – на розвиток окремих рухових якостей, а саме які забезпечують успішне виконання визначеної діяльності індивіда.

Конкретизуючи зазначене відмічаємо, що спеціальна фізична підготовка у системі професійної освіти учнів підліткового віку передбачає розвиток рухових якостей, високий рівень яких забезпечує успіх у здійсненні ними майбутньої професійної діяльності [70; 88]. У зв'язку з цим необхідно враховувати, що оскільки спеціальності різні, різними будуть рухові якості, які є визначальними для успішної професійної діяльності [29; 71].

Що стосується іншого напрямку фізичної підготовки учнів підліткового віку представлена у системі професійної освіти, а саме військово-прикладної фізичної підготовки, то відповідні завдання також повинні вирішуватися під час занять з фізичного виховання [59; 61]. Ураховуючи, що така підготовка передбачає розвиток відповідних рухових якостей, то необхідність цього зумовлена комплексом причин. Одна з визначальних – високий рівень розвитку таких якостей слугує підґрунтям для поліпшення якостей, що належать до спеціальних. Крім цього, важливою залишається причина, пов'язана зі станом мотивації учнів до здійснення результативної фізичної активності, причому не тільки під час занять з фізичного виховання за розкладом, але також у позааудиторний час [3; 82]. У зв'язку з цим виникає питання вибору змісту такої активності, оскільки значна кількість його варіантів може передбачати саме рухові якості, які згідно з майбутньою професією відносять до загальної фізичної підготовки.

Необхідність урахування останньої причини відзначається комплексним характером. Зокрема тут ураховується, що, крім рухових якостей, фізичне виховання повинно сприяти вирішенню завдань поліпшення стану здоров'я, функціональних характеристик, розвитку психофізіологічних якостей і властивостей [22; 35; 54; 71; 92]. Вирішення таких завдань значною мірою залежить саме від здійснення систематичної фізичної активності у вільний від навчання час.

Результати досліджень засвідчують відмінний від необхідного інтерес підлітків, які є учнями закладів професійної освіти, до фізичної активності у вільний від навчання час [3; 30; 34]. У зв'язку з цим виникає проблема запровадження інноваційних технологій у фізичне виховання для підвищення такого інтересу [63; 74; 87; 88]. Так зазначається, що поява нового програмного забезпечення дає можливість удосконалити розвиток рухових якостей, інтегрувати наукові досягнення і знання. Крім цього, впровадження інноваційних технологій орієнтує учнів на самовдосконалення, зростання інтелектуальності та духовності, а це є неможливим без підвищення рівня загальної фізичної культури [67, с. 13].

Узагальнюючи результати спеціальних досліджень [37; 41; 82] відзначаємо, що переважна більшість сучасних учнів закладів професійної освіти відзначається незадовільною фізичною підготовленістю та зменшенням фізичної активності протягом навчання. Проте, вони виявляють позитивне ставлення до фізичного виховання, поліпшення фізичної підготовленості, хоча провідний стимул є неоднаковим. Перевагу рухливим іграм надає 31 % дівчат, ритмічній гімнастиці – 30 %, а також 5,4 % хлопчиків, спортивним іграм – відповідно 27 % та 50 %, легкоатлетичним вправам – 8,7 та 41,6 %. Крім цього, більшість відзначає достатність інформації викладача фізичного виховання про стан їхньої фізичної підготовленості, але причини необхідності цієї інформації мають різне підґрунтя.

Отже, проведеним дослідженням виявлено один із перспективних

напрямів інноваційної діяльності у модернізації фізичної підготовки підлітків, які є учнями закладів професійної освіти. Зокрема, мова ведеться про технології фізичного виховання, спрямовані на посилення мотивації учнів до розвитку рухових якостей у вільний від навчання час із урахуванням їх індивідуальних можливостей і особливостей.

Іншими словами, відмінний від необхідного стан розв'язання проблеми, що досліджується, а також важливість її для теорії фізичного виховання, – все це засвідчує актуальність порушеної проблеми. Але, крім цього, має місце існування протиріч, що потребують усунення, а саме між:

- потребою підвищити дієвість фізичного виховання у системі професійної освіти в підвищенні фізичної підготовки підлітків військово-прикладної спрямованості та незадовільними результатами вирішення цього завдання на сучасному етапі;

- необхідністю забезпечити систематичну фізичну активність підлітків під час набуття професійної освіченості та існуванням невирішеності проблеми ефективних шляхів, підходів і способів реалізації фізичної активності у різних формах організації.

Отже, має місце нагальна потреба в усуненні виявлених протиріч, що зумовлює необхідність проведення дослідження у цьому напрямі фізичного виховання. Ураховуючи зазначене, тема цього дослідження виглядала так: *«Організаційно-методичні умови фізичної підготовки військово-прикладної спрямованості у системі професійної освіти підлітків».*

Виконана робота відповідала плану науково-дослідної роботи на 2019-2024 роки, визначеного для науково-дослідної лабораторії «Гендерні профілактично-оздоровчі технології фізичного виховання та реабілітації» Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка за темою «Програмування профілактично-оздоровчих і розвивальних технологій фізичної активності дітей та молоді». Автор, який був співвиконавцем означеної теми, здійснив виконання певної частки загального дослідницького проєкту лабораторії. Стосувалися вони на теоретичному

рівні дослідження питань передумов організації і методичного сприяння реалізації фізичної активності підлітків, що має військово-прикладну спрямованість, та забезпечує досягнення високого позитивного результату. Дослідження на емпіричному рівні містило результати констатувального експерименту, які разом із теоретичною інформацією сприяли визначенню організаційно-методичних умов фізичної підготовки підлітків у системі професійної освіти.

Об'єкт дослідження – фізична підготовка підлітків.

Предмет дослідження – умови організації і методичного забезпечення фізичної підготовки підлітків для досягнення високого результату у вирішенні завдань військово-прикладного змісту.

Мета дослідження – вдосконалити організацію і зміст фізичної підготовки військово-прикладної спрямованості для підлітків, які є здобувачами професійної освіти.

Завдання дослідження:

1. З'ясувати стан розв'язання досліджуваної проблеми за матеріалами наявних джерел інформації.

2. Визначити у підлітків стан фізичної підготовленості військово-прикладної спрямованості їхнього під час навчання у закладі передвищої освіти.

3. Сформувані організаційно-методичні умови фізичної підготовки підлітків військово-прикладної спрямованості під час навчання у закладі передвищої освіти.

Методи дослідження. Використовували методи, що узгоджувались із змістом завдань та адекватно дозволяли одержати емпіричні дані. Зокрема, такими були: *системний, аналіз та узагальнення* інформації літературних джерел (використовували їх при дослідженні на теоретичному рівні); *педагогічні – спостереження, тестування, експеримент* (використовували їх аби одержати необхідні первинні дані під час дослідження на емпіричному рівні), *фрємінгемська методика* (визначення рухової активності протягом

доби), *анкетне опитування, математичної статистики* (для опрацювання емпіричних даних).

Практичне значення одержаних результатів полягає у тому, що матеріал дипломного проєкту може бути використаний: викладачами фізичного виховання у коледжах, інших закладах передвищої освіти для організації фізичної активності підлітків; науково-педагогічні працівники факультетів фізичного виховання під час читання лекцій і проведення семінарських занять зі здобувачами, передусім із «Теорії і методики фізичного виховання».

Апробація результатів дослідження. Одержані під час проведення дослідження дані було обговорено на наукових конференціях. Такими були: Всеукраїнська інтернет-конференція «Формування здорового способу життя студентської та учнівської молоді засобами освіти» (Кам'янець-Подільський, 2022-2023); науково-практична конференція для аспірантів, викладачів, магістрантів Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка (2022-2023).

Публікації. Результати, одержані під час проведення дослідження, передбаченого виконанням дипломним проєктом, були представлені у науковій публікації – В. Коваль, Г. Єдинак. Характер фізичної підготовки підлітків у системі професійної освіти. *Збірник наукових праць студентів та магістрантів Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка*. [Електронний ресурс]. Кам'янець-Подільський : Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2023. С. 107-110.

Структура роботи. Робота виконана на 78 сторінках, вона складається зі вступу, трьох розділів, висновків, списку використаних джерел інформації та додатків. Основний текст роботи представлено на 62 сторінках друкованого тексту, що містять 9 таблиць та один рисунок. Список використаних джерел налічує 98 найменувань різних джерел інформації.

ВИСНОВКИ

1. Під час занять фізичною культурою розвивають особистісні та морально-вольові якості, що забезпечують досягнення високих результатів в різних видах рухової діяльності; стабільність виступу на змаганнях, уміння показувати стабільні високі результати; зосередженість уваги у різних ситуаціях; здатність управляти рівнем збудження, самоконтроль; можливості діяльності аналізаторів.

Основну увагу на заняттях фізичною культурою необхідно приділяти розвитку цілеспрямованості й наполегливості дітей. Дані якості проявляються в здібностях людини ставити мету та завдання, визначати засоби та методи їх досягнення, у прагненні до нових перемог. Виховання цілеспрямованості забезпечується за рахунок формування у дітей уявлення про значимість активності та участі кожного у вирішенні поставленого завдання, врахування принципу свідомості та активності в освітньому процесі, розуміння важливості особистісних якостей будь-якій діяльності, так і в житті в цілому. Цьому сприяє проведення спеціально підготовлених заходів, активна участь у спортивній та фізкультурній діяльності, а також бесіди з дітьми. Усі заходи мають наголошувати на значимості морально-вольових якостей у житті.

2. Діагностика патріотичної вихованості юнаків старшого шкільного віку як складової виховання і фізичного виховання загалом, дозволяє визначити, що вважають себе патріотами – 50,8 % юнаків, – 20,2 % частково; для себе визначає поняття «патріотизм» респонденти асоціюють з любов'ю і повагою до своєї Батьківщини – 78 %. Більшою мірою на формування патріотичних поглядів вплинула школа (33,6 %), засоби масової інформації (28,3 %). Найбільшого значення надається таким складовим, як: любов до рідного дому, національній самосвідомості, безкорисливій любові і самопожертві. І, якщо перша і друга складові достатньо адекватні, то

останню з психологічної точки зору можна віднести до вікової інфантильності, демонстративності, юнацького максималізму. Найбільший вплив на формування патріотичної вихованості має школа та засоби масової інформації, трохи менший вплив має оточення.

3. Порівняння показників фізичної підготовленості юнаків 16-17 років, за результатами тестування основних фізичних здібностей, свідчить, що переважає середній і достатній рівень компетентності, що може бути значним потенціалом в формуванні здорового способу життя і в подальшому забезпечить оптимальні умови стану здоров'я і фізичної підготовленості, компетентності в професійній діяльності, а також під час служби в армії.

4. Аналіз фізичної активності юнаків дозволяє констатувати, що вони в цілому ведуть малорухомий спосіб життя, мають низький рівень рухової активності як наслідок, спостерігається тенденція до зниження показників здоров'я. Виникає потреба формування у них фізичної грамотності та вміння раціоналізувати власний режим дня з метою активізації рухової активності в різних формах самостійних занять фізичними вправами та в тих видах діяльності куди її можна інтегрувати.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Артющенко А. О. Вольові якості школярів і методики їх оцінки. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*, 2001. № 18. С. 31–35.
2. Белоглазова Н. Патріотичне виховання дітей та учнівської молоді в умовах позашкільного навчального закладу. *Позашкілля*. 2015; 5:14–18.
3. Бойчук Ю., Єдинак Г., Галаманжук Л., Ключ О., Скавронський О. Дослідження інтересу студенток до розвитку фізичних якостей педагогічними засобами і методами. *Вісник КПНУ імені Івана Огієнка. Серія: Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини*. 2019. Вип. 13. С. 29-33. doi: 10.32626/2227-6246.2019-13.29-33
4. Большакова Н. О., Чалик Н. Б. Проектування системи національно-патріотичного виховання в школі. *Виховна робота в школі*. 2015;12:18–26.
5. Босенко А. І., Судець С. В. Фізична підготовленість і система її оцінки у допризовної молоді України. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова*. 2017. 3(84). С. 87-91.
6. Вейнберг Р. С., Гоулд Д. Психологія спорту : підручник. Київ : Олімп. л-ра, 2001. 335 с.
7. Вербицька ПВ. Виховання громадянина і патріота України як суспільно-педагогічний виклик. *Педагогіка і психологія*. 2015. № 3. С. 58–63.
8. Видра О. Г. Вікова та педагогічна психологія : навч. посібник. Київ : Видавничий дім «Центр учбової літератури», 2017. 120 с.
9. Волков В. Л. Основи теорії та методики фізичної підготовки студентської молоді : навч. посіб. Київ : Освіта України, 2008. 256 с.
10. [Гавлітіна Т. М.](#) Національно-патріотичне виховання підлітків в умовах позашкільного навчального закладу : автореф. дис... канд. пед. наук : 13.00.02 Ін-т пробл. виховання АПН України. Київ, 2007. 20 с.

11. Галаманжук Л. Л., Єдинак Г. А. Основи наукових досліджень : навч.-метод. посібник [Електронне видання]. Кам'янець-Подільський : Кам'янець-Подільський нац. університет імені Івана Огієнка, 2021. 189 с.
12. Гвоздецька С. В., Рибалко П. Ф., Чередніченко С. В. Професійно-прикладна фізична підготовка : навч.-метод. посібник. Суми : ФОП Цьома С. П., 2017. 110 с.
13. Гарнійчук В. Патріотичне виховання в українській педагогічній науці: наукові підходи та концепції. *Історія в школі*. 2014. № 3. С. 28–30.
14. Гарнійчук В. Досвід заходів патріотичного спрямування в українському суспільстві. *Історія в школі*. 2015. № 9–10. С. 27–33.
15. Головченко О. Формування особистісних якостей підлітків під час занять фізичною культурою. *Слобожанський науково-спортивний вісник*, 2012. № 3. С. 148-153.
16. Губка П. І., Лупало О. В., Копчикова С. Г. Професійно-прикладна фізична підготовка студентів-медиків на основі оцінки рівня рухової та психофізичної підготовленості. *Світ медицини та біології*. 2012. № 1. С. 54 – 58.
17. Гуменюк Н. П., Клименко В. В. Психология физического воспитания и спорта. Київ : Вища школа, 2005. 210 с.
18. Дегтяренко Т. В., Яготін Р. С. Психофізіологічний підхід до організації занять з фізичної культури у студентів вищих навчальних закладів. *Вісник Чернігівського нац. пед. у-ту імені Т. Г. Шевченка. Серія: Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт*. 2017. Випуск 147, Т. 2. С. 33-36.
19. Денисова Л. В., Хмельницкая И. В., Харченко Л. А. Измерения и методы математической статистики в физическом воспитании и спорте : учеб. пособие. Київ : Олімп. л-ра, 2008. 127 с.
20. Дикий О. Актуальні проблеми профільного навчання за спортивним напрямком. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*. 2015. № 3(31). С. 65–68.

21. Дикий О. Військово-спортивне багатоборство як складова частина спеціальної фізичної підготовки допризовників. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*. 2016. № 2(34). С. 32–37.
22. Дикий О. Стан фізичної підготовленості учнів старшого шкільного віку. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*. 2015. № 4 (32). С. 79–82.
23. Дикий О. Ю. Предмет «Захист Вітчизни» в умовах сьогодення. *Педагогічний пошук*. 2014. № 4(84). С. 31–32.
24. Дикий О. Ю. Формування готовності школярів до служби у Збройних силах України засобами проектних технологій. *Педагогічний пошук*. 2016. №. 3(91). С. 33–36.
25. Дичківська І. М. Інноваційні педагогічні технології : підручник. 2-ге вид., доповн. Київ : Академвидав, 2012. 352 с.
26. Дуденко Н. В., Павлоцька Л. Ф., Артеменко В. С. Основи фізіології та гігієни харчування : підручник. Київ, 2023. 558 с.
27. Єдинак Г. А., Скавронський О. П., Мисів В. М. Фізична підготовка у військових ліцях : монографія. Кам'янець-Подільський : ПП Буйницький О. А., 2012. 350 с.
28. Єдинак Г. А., Клименко М. М., Мисів В. М. Навчальний предмет «Захист Вітчизни» : довід. посібник / Під заг. ред. Г. А. Єдинака. Кам'янець-Подільський : Вид-во ХВМ, 2004. 298 с
29. Єдинак Г. А., Лукавенко А. В. Диференційований підхід до покращення психофізичного стану першокурсників вищих навчальних закладів як проблема галузі фізичного виховання. *Педагогіка, психологія та медико-біол. пробл. фіз. вих. і спорту*. 2012. № 4. С. 27-33.
30. Єдинак Г. А. Деякі теоретико-методичні аспекти посилення мотивації студентів до систематичної фізичної активності оздоровчої спрямованості. *Вісник Чернігівського нац. пед. у-ту імені Т. Г. Шевченка. Серія: Педагогічні науки*. 2014. Вип. 118. Т. 3. С. 109-114.

31. Єдинак Г. А., Мисів В. М., Юрчишин Ю. В. Фізична культура у загальноосвітньому навчальному закладі : навч. посібник. Кам'янець-Подільський : Рута, 2014. 251 с.
32. Єдинак Г. А., Шиян Б. М., Петришин Ю. В. Наукові дослідження у фізичному вихованні та спорті : навч. посіб. 3-є вид. стереот. [Електронне видання]. Кам'янець-Подільський : КПНУ імені Івана Огієнка, 2021. 280 с.
33. Желанова В. В. Морально-вольові якості особистості як суттєва детермінанта формування "навичок ХХІ століття". *Науковий вісник Ужгородського університету. Серія: «Педагогіка. соціальна робота»*. 2017. Вип. 2(41). – URL : <https://dspace.uzhnu.edu.ua/jspui/bitstream/lib/18284/1>
34. Заморока Д. Особливості організації процесу фізичного виховання та допризовної підготовки юнаків старшого шкільного віку : кваліфікаційна робота.... магістра за спеціальністю 017 Фізична культура і спорт освітньою програмою «Фізичне виховання». НУФВСУ. Київ, 2023. 64 с.
35. Захожий В, Дикий О. Стан здоров'я та функціональних можливостей організму старшокласників. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*. 2016. № 4(36). С. 60–64.
36. Занюк С. С. Психологія мотивації : навч. посіб. Луцьк : Волинський держ. ун-т, 2003. 123 с.
37. Звіт за результатами соціологічного дослідження щодо розвитку сфери національнопатріотичного виховання та стану сформованості громадянської ідентичності населення України, 2021. – Режим доступу: https://mms.gov.ua/storage/app/sites/16/Patriotychne_vyhovannia/Soc_doslidzhen_nia/zvit.pdf
38. Зубар Н. М. Основи фізіології та гігієни харчування. Київ : Центр навч. л-ри. 2019. 336 с.
39. Івашковський В. В. Військово-патріотичне виховання шкільної молоді в контексті реформування освіти в Україні. *Шлях освіти*, 2001. № 2. С.13-16.
40. Івашковський В. В. Формування готовності молоді до захисту України: історична ретроспектива. *Рідна школа*, 2001. Вип. 11. С. 43-46.

41. Івашковський В. В. Військово-патріотичне виховання школярів як соціально-психологічна проблема. *Фізичне виховання в рідній школі*. 2015. № 1. С. 28–30.
42. Іващенко О. В. Теоретико-методичні основи моделювання процесу навчання та розвитку рухових здібностей у дітей : автореф. дис... д-ра пед. наук : 13.00.02 Чернігівський нац. пед. ун-т імені Т. Г. Шевченка. Чернігів, 2017. 40 с.
43. Канашко О. Громадянсько-патріотичне виховання та соціалізація особистості. *Рідна школа*. 2014. № 6. С. 34–37.
44. Козак Є. П., Остапенко О. І., Тимчик М. В. Особливості формування готовності старшокласників до військової служби та захисту Вітчизни. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*. 2019. Вип. 4(112). С. 47–51.
45. Кокун О. М. Оптимізація адаптаційних можливостей людини: психофізіологічний аспект забезпечення діяльності : монографія. Київ : Міленіум, 2004. 265 с.
46. Коробейников Г. Психофизиология деятельности человека : монографія. Saarbrücken : LAP Lambert Academic Publishing, 2011. 126 с.
47. Круцевич Т. Ю., Воробйов М. І., Безверхня М. М. Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків і молоді : навч. посіб. Київ : Олімп. л-ра, 2011. 224 с.
48. Кубар С. М. Гармонізація вольових якостей особистості емоційно-вольової сфери: практикуми. – URL: <https://nvk2.khnu.km.ua/res/70-21-85.pdf>
49. Лайчук А. М. Формування морально-вольових якостей учнів під час тренувального етапу в спортивній школі. *Народна освіта*. 2020. – URL: https://www.narodnaosvita.kiev.ua/?page_id=5588
50. Латишев М. В., Квасниця, О. М., Спесивих, О. О., Квасниця І. М. Прогнозування: методи, критерії та спортивний результат. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2019. № 1. С. 39–47.

51. Лисянська Т. М. Педагогічна психологія : навч. посіб. 2-е вид., випр. і доп. Київ : Каравела, 2012. 264 с.
52. Мазурчук О. Т. Особливості військово-фізичної підготовки допризовників, які проживають на території радіаційного забруднення : автореф... дис. канд. пед. наук : 13.00.01 ВДУ ім. Лесі Українки. Луцьк., 1999. 16 с.
53. Маліков М. В., Богдановська Н. В., Сватєєв А. В. Функціональна діагностика у фізичному вихованні та спорті : навч. посібник. Запоріжжя : ЗНУ, 2006. 246 с.
54. Малімон О. О. Диференційований підхід у процесі фізичного виховання студентів : монографія. Луцьк, 2009. 159 с.
55. Малхазов О. Р. Психологія та психофізіологія управління руховою діяльністю : монографія. Київ : Євролінія, 2002. 320 с.
56. Методика оцінки ефективності виконання державної цільової соціальної програми національно-патріотичного виховання на період до 2025 рок, 2022. – Режим доступу: https://mms.gov.ua/storage/app/sites/16/Patriotychne_vyhovannia/Program/Metoduka/Metoduka.pdf
57. Методичні вказівки для практичних та самостійних занять з дисципліни «Фізичне виховання» «Професійно-прикладна фізична підготовка студентів» для студентів усіх спеціальностей / Укладач : ст. викладач Бейгул І. О. Дніпродзержинськ, 2012, 15 с.
58. Мосейчук Ю. Ю. Корекція емоційно-поведінкових порушень у студентів засобами фізичного виховання : автореф. дис... канд. наук з фіз. вих. та спорту : 24.00.02 Львівський держ. університет фізичної культури. Львів, 2009. 20 с.
59. Національно-патріотичне виховання – державний пріоритет національної безпеки. Щорічна доповідь Президенту України, Верховній Раді України про становище молоді в Україні (за підсумками 2014 року). *Держ. ін-т сімейної та молодіжної політики*. 2015. 200 с.

60. Начинская С. В. Основы спортивной статистики. 3-е вид., доповн. Київ : Вища школа, 2017. 190 с.
61. Нечипоренко Л. А., Олексієнко Я. І., Шахматов В. А., Верещагіна О. П. Фізичне виховання та військово-прикладна підготовка молоді України : навч.-метод. посібник. Черкаси : ЧНУ імені Б. Хмельницького, 2017. 216 с.
62. Носенко Е. Л., Аршава І. Ф. Сучасні напрями зарубіжної психології: психологія особистості : підручник. Дніпропетровськ: ДНУ, 2010. 261 с.
63. Носко М. О., Гаркуша С. В., Воєділова О. М. Здоров'язбережувальні технології у фізичному вихованні : монографія. Київ : СПД Н. В. Чалчинська, 2014. 300 с.
64. Огнистий А. В., Огниста К. М., Кривокульський О. І., Божик М. В. Основи професійно-прикладної фізичної підготовки : навч. посібник. Тернопіль : ТНПУ, 2007. 104 с.
65. Оленев Д. Г., Жембровський С. М. Аналіз показників функціонального стану курсантів-першокурсників Житомирського військового інституту імені С. П. Корольова. *Сучасні тенденції та перспективи розвитку фізичної підготовки та спорту Збройних Сил України, правоохоронних органів, рятувальних та інших спеціальних служб на шляху євроатлантичної інтеграції України* : тези V міжн. наук.-пр. конф. (Київ, 25 листопада 2021). Нац. ун-т оборони України імені Івана Черняхівського. Київ : НУОУ, 2021. С. 291-295.
66. Олійник О. М. Підвищення психофізичного стану студентської молоді засобами спортивно-орієнтованого фізичного виховання. *Вісник Чернігівського нац. пед. у-ту імені Т. Г. Шевченка. Серія: Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт*. 2017. Вип. 147, Т. 1. С. 167-170.
67. Петренко О. П., Петренко Н. В., Лоза Т. О. Оздоровчі технології пілатесу в професійно-прикладній фізичній підготовці студентів закладів вищої освіти : монографія. Суми : Сумський державний університет, 2020. 176 с.

68. Петрочко Ж. В., Ярошенко О. В. Національно-патріотичне виховання – державний пріоритет національної безпеки : (витяг із щорічної доповіді президенту України, Верховній Раді України про становище молоді в Україні 2015 року). *Фізичне виховання в рідній школі*. 2016. № 2. С. 13–21.

69. Підсумки щорічного оцінювання фізичної підготовленості населення України у 2017 році. – URL: <http://dsmsu.gov.ua/index/ua/material/34953>

70. Пилипей Л. П. Професійно-прикладна фізична підготовка студентів : монографія. Суми : ДВНЗ “УАБС НБУ”, 2009. 312 с.

71. Пилипей Л. П. Особистісно-орієнтовані технології організації навчально-виховного процесу студентів вищих навчальних закладів. *Слобожанський науково-спортивний вісник*. 2013. № 1. С. 95-98.

72. Платонов В. Н. Периодизация спортивной тренировки. Общая теория и ее практическое применение. Київ : Олімп. л-ра, 2013. 624 с.

73. Платонов В. Н. Двигательные качества и физическая подготовка спортсменов. Київ : Олімп. л-ра, 2017. 656 с.

74. Постанова Верховної Ради України «Про забезпечення сталого розвитку сфери фізичної культури і спорту в Україні в умовах децентралізації влади», 2016. – URL: <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/1695-19>

75. Про Концепцію допризовної підготовки і військово-патріотичного виховання молоді. – URL: <http://zakon.rada.gov.ua/laws/show/948/2002>

76. Рекомендації щодо стратегічного розвитку фізичного виховання та спортивної підготовки серед учнівської молоді на період до 2025 року. Наказ МОН № 194 від 15.02.2021 року. – URL: http://ru.osvita.ua/legislation/Ser_osv/80880

77. Римик Р. В. Професійно-прикладна фізична підготовка учнів професійно-технічних училищ за профілем радіотехніка : автореф. дис...канд. наук з фіз. вих. та сп. : 24.00.02 ЛДУФК. Львів, 2006. 23 с.

78. Ровний А. С., Ровний В. А., Ровна О. О. Фізіологія рухової активності : підручник. Харків, 2014. 343 с.

79. Романенко В. А. Двигательные способности человека: монография. Донецк : Новый мир, 1999. 336 с.
80. Романенко В. А. Диагностика двигательных способностей. Донецк : ДонНУ, 2005. 290 с.
81. Скавронський О. П., Єдинак Г. А. Педагогічні умови індивідуалізації фізичної підготовки учнів військових ліцеїв : метод. рекомендації. Кам'янець-Подільський : ПП Буйницький О. А., 2009. 112 с.
82. Слюсарчук В., Ключ О. , Єдинак Г., Галаманжук Л., Гуска М., Гуска М., Балацька Л., Скавронський О. Особливості самоаналізу різних аспектів фізичної підготовленості на початковому етапі навчання дівчат і хлопців у закладі вищої освіти. *Вісник Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини*. 2021. Вип. 20 С. 47-52. <http://visnyk-sport.kpnu.edu.ua/article/view/233712>
83. Сучасний стан викладання предмета «Захист Вітчизни» [укл. : Н. М. Сукачова]. Суми : НВВ Сумського ОІППО, 2016. 81 с.
84. Теорія і методика фізичного виховання : підручник / ред. В. Г. Ареф'єва. Кам'янець-Подільський : ПП Буйницький А., 2012. 265 с.
85. Теорія і методика фізичного виховання. Методика фізичного виховання різних груп населення : підручник [в 2-х т. / за ред. Т. Ю. Круцевич]. Київ : Олімп. л-ра, 2008. Т. 2. 367 с.
86. Тітов І. Г. Вступ до психофізіології : навч. посібник. Київ : Академвидав, 2011. 296 с.
87. Федоренко Є. О. Формування мотивації до спеціально організованої рухової активності старшокласників : автореф. дис... канд. наук фіз. виховання та спорту : 24.00.02 Дніпропетровський державний інститут фізичної культури і спорту. Дніпропетровськ, 2012. 20 с.
88. Фізичне виховання: проблеми та перспективи : монографія за загальною редакцією проф. Г. П. Грибана. Житомир : Рута, 2020. 384 с.

89. Формування морально-вольових якостей, емоційної стійкості. – URL : <http://horting.org.ua/node/40993>
90. Флярковська О. В. Ціннісні орієнтації у підлітковому віці. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія «Педагогіка, соціальна робота»*.2020. № 26. С. 221-224.
91. Фурман Ю. М., Мірошніченко В. М., Драчук С. П. Перспективні моделі фізкультурно-оздоровчих технологій у фізичному вихованні студентів вищих навчальних закладів : монографія. Київ : Олімп. л-ра, 2013. 184 с.
92. Худолій О. М. Загальні основи теорії і методики фізичного виховання : навч. посібник. 2-е вид, стереот. Харків : ОВС, 2008. 408 с.
93. Церковна О. В. Професійно-прикладна фізична підготовка студентів технічних вищих навчальних закладів на основі факторної структури їх рухової та психофізіологічної підготовленості : автореф. дис... канд. наук з фіз. вих. і спорту : 24.00.02 Харківська державна академія фіз. культури. Харків, 2007. 21 с.
94. Шевченко С. Б. Формування особистості та виховання толерантності під час занять з фізичною культурою. – URL: http://shevchenkofizvosp.blogspot.ru/p/blog-page_83.html.
95. Штонда А. Г. Змагання як засіб формування вольових якостей учнів. – URL : <http://repository.khpa.edu.ua:8080/jspui/bitstream/.pdf>
96. Krutsevich T., Marchenko O., Trachuk S., Panhelova N., Napadij A., Dovgal V.. The Configuration of Educational Factors in the Family in Terms of their Impact on the Formation of Interest in Sports in Middle School Children. *Teoriâ ta Metodika Fizičnogo Vihovannâ*, 2021; 21(2):101-106. <https://doi.org/10.17309/tmfv.2021.2.01>
97. Krutsevich Tatiana, Pangelova Natalia, Trachuk Sergii, Ivanik Oksana Motor activity of the male and female population in modern society. *Journal of Physical Education and Sport*. 2019; 19 (3) 231:1591–1598. DOI:10.7752/jpes.2019.03231

98. Krutsevich T, Panhelova N, TrachukS., Kuibida V, Pidleychuk R., & Panhelov B. Modeling of Appropriate Norms of Physical Readiness of Pre-Conscription Youth for Service in the Army. *Teoriâ ta Metodika Fizičnogo Vihovannâ*, 2021; 21(4):317-322. <https://doi.org/10.17309/tmfv.2021.4.05>