

УДК 355.233

## АКТУАЛЬНІ НАПРЯМИ ДОСЛІДЖЕНЬ З УДОСКОНАЛЕННЯ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ В ЛІЦЕЯХ ІЗ ПОСИЛЕНОЮ ВІЙСЬКОВО-ФІЗИЧНОЮ ПІДГОТОВКОЮ

**Іван ІЛЬНИЦЬКИЙ, Андрій ОКОПНИЙ**

*Львівський державний університет фізичної культури,  
м. Львів, Україна, e-mail: okopnyu@rambler.ru*

**Анотація.** У статті визначено структуру та зміст наявних наукових досліджень щодо напрямів досліджень з удосконалення фізичного виховання в ліцеях із посиленою військово-фізичною підготовкою. Установлено, що проблематика фізичної підготовки майбутніх фахівців, що пов'язують свою діяльність із військовою службою, достатньо представлена в науковому полі. Основний науковий доробок стосується підготовки фахівців в умовах військових вищих навчальних закладів України. Достатньо уваги науковці звернули на проблеми системи фізичного виховання в умовах ліцеїв із посиленою військово-фізичною підготовкою. Серед наявних розв'язаних завдань більшість сконцентровані на виявленні особливостей фізичної підготовленості та фізичного розвитку учнів, диференціації та індивідуалізації безпосереднього процесу фізичного виховання на основі різних чинників. Водночас відсутня увага науковців до обґрунтування нових підходів щодо фізичного виховання в ліцеях із посиленою військово-фізичною підготовкою, яка б передбачала впровадження варіативних модулів на основі професійно-орієнтованих видів спорту, зокрема спортивних єдиноборств.

**Ключові слова:** ліцей, військово-фізична підготовка, напрями, дослідження, актуальність, удосконалення.

### АКТУАЛЬНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ИССЛЕДОВАНИЙ УСОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ЛИЦЕЕ С УСИЛЕННОЙ ВОЕННО- ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКОЙ

**Іван ІЛЬНИЦЬКИЙ, Андрій ОКОПНИЙ**

*Львовский государственный университет  
физической культуры, г. Львов, Украина,  
e-mail: okopnyu@rambler.ru*

**Аннотация.** В статье определена структура и содержание имеющихся научных исследований по направлениям исследований по совершенствованию физического воспитания в лицеях с усиленной военно-физической подготовкой. Установлено, что проблематика физической подготовки будущих специалистов, связывающих свою деятельность с военной службой, достаточно представлена в научном поле. Основной научный потенциал касается подготовки специалистов в условиях военных высших учебных заведений Украины. Достаточное внимания учеными обращено на проблемы системы физического воспитания в условиях лицеев с усиленной военно-физической подготовкой. Среди имеющихся решенных задач, большинство сконцентрированы на выявлении особенностей физической подготовленности и физического развития учащихся, дифференциации и индивидуализации непосредственного процесса физического воспитания на основе различных факторов. В то же время отсутствует внимание ученых к обоснованию новых подходов к физическому воспитанию в лицеях с усиленной военно-физической подготовкой, предусматривающей внедрение вари-

### THE RELEVANT DIRECTIONS OF RESEARCHES OF IMPROVEMENT PHYSICAL TRAINING OF THE LYCEUM WITH INTENSIVE PHYSICAL AND MILITARY TRAINING

**Ivan ILNYTSKYI, Andriy OKOPNYI**

*Lviv State University of Physical Culture, Lviv,  
Ukraine, e-mail: okopnyu@rambler.ru*

**Abstract.** In article the structure and content of the available scientific research is determined by the directions of researches on improvement of physical training of the lyceums with the intensive military and physical training. It is established that the perspective of physical training of future experts connecting the activity with military service is rather presented in the scientific field. The main scientific potential concerns training of specialists in the conditions of military higher educational institutions of Ukraine. Enough attention is paid by scientists to problems of system of physical training in the conditions of the lyceums with the intensive military and physical training. Among the available solved tasks, the majority are concentrated on identification of features of physical fitness and physical development of pupils, differentiation and individualization of direct process of physical training on the basis of various factors. At the same time there is no attention of scientists to justification of new approaches to physical training of the lyceums with the intensive military and physical training providing introduction of variable modules on the basis of the professional focused sports, in particular combat sports.

**Keywords:** lyceum, military and physical training, directions, researches, relevance, improvement.

тивних модулів на основі професійно-орієнтованих видів спорту, в частині спортивних єдиноборств.

**Ключевые слова:** лицей, военно-физическая подготовка, направления, исследования, актуальность, совершенствование.

**Постановка проблеми.** Військово-прикладна підготовка учнів спеціалізованих навчальних закладів України на сьогодні набуває пріоритетного значення для збереження незалежності [19]. Загострення військово-політичної ситуації диктує підвищення вимог до особового складу Збройних сил України та обороноздатності населення загалом [17]. Якісніша підготовка можлива завдяки ефективному функціонуванню навчальних закладів різного рівня, починаючи від ліцеїв з поглибленою військово-фізичною підготовкою та завершуючи вищими навчальними закладами [12, 16, 19]. На думку багатьох спеціалістів, при підготовці фахівців для Збройних сил України невід'ємним компонентом є набуття високого рівня фізичної підготовленості та готовності діяти в різних ситуаціях [15]. Ці завдання можуть розв'язуватися в умовах фізичного виховання, що відповідно, висуває нові вимоги до його змісту. Однак пропонування нових підходів чи удосконалення наявних не може відбуватися без урахування кількості інформації (даних), уже накопиченої в науковій та методичній літературі.

**Аналіз останніх досліджень та публікацій.** Проблематика фізичного виховання учнів ліцеїв із посиленою військово-фізичною підготовкою не є однією з провідних серед загальної кількості наукових праць щодо підготовки майбутніх військових у навчальних закладах різного рівня [7, 10, 11]. Проте цей науковий сегмент має виражену зацікавленість серед окремих фахівців. Можна констатувати локальні дослідження О. П. Скавронського [18] щодо диференціації фізичної підготовки учнів військового ліцею на основі соматотипів; В. М. Мисіва [14] щодо технології оптимізації фізичного стану учнів ліцею з посиленою військово-фізичною підготовкою; Г. В. Бесарабчук [2] щодо структурно-методологічних основ педагогічної моделі формування готовності учнів ліцеїв з посиленою військово-фізичною підготовкою до служби в армії засобами фізичної культури; Г. Кротова [9] щодо морфофункціонального статусу курсантів різних соматичних типів конституції; Л. Балушки [1] щодо впливу засобів спортивної боротьби на показники фізичної підготовленості ліцеїстів; В. Щирби [23] та Ю. С. Фіногенова [21] щодо оцінювання фізичної підготовленості учнів ліцеїв із посиленою військово-фізичною підготовкою та військовослужбовців тощо.

Більш ґрунтовні наукові праці виявлено у професора Г. А. Єдинака щодо експериментальної програми «Фізична культура» для Кам'янець-Подільського ліцею з посиленою військово-фізичною підготовкою та навчальної програми «Здоров'я і фізична культура» для ліцеїв з посиленою військово-фізичною підготовкою [7, 12, 19]

**Мета дослідження** – на підставі теоретичного аналізу узагальнити дані щодо основних напрямів досліджень з удосконалення фізичного виховання в ліцеях із посиленою військово-фізичною підготовкою.

**Методи дослідження:** теоретичний аналіз та узагальнення даних наукової та методичної літератури та джерел інформаційної мережі Інтернет, аналізування документальних матеріалів, інформаційного пошуку, систематизації.

**Результати дослідження та їх обговорення.** Удосконалення організаційних форм проведення посиленої військово-фізичної підготовки ліцеїстів необхідне з позицій педагогіки, фізичного виховання і психології. Одним із найефективніших шляхів поліпшення показників фізичного стану, підготовленості ліцеїстів є удосконалення змісту фізичної підготовки, адже його спрямованість визначається сукупністю безпосереднього впливу різноманітних засобів.

За одним із загальновідомих визначень, фізичний стан характеризує особистість людини, стан здоров'я, статуру й конституцію, функціональні можливості організму, фізичну працездатність і підготовленість [5, 6, 7]. Традиційно показниками фізичного стану є рівень максимального споживання кисню, рівень максимальної фізичної працездатності, параме-

три діяльності функціональних систем організму, морфологічного і психічного статусу, фізична підготовленість, стан здоров'я тощо [1, 5, 9, 10].

Серед проблем, які сьогодні існують, гостро актуальним є погіршення стану здоров'я учнівської молоді в Україні. Вона має не лише медичний, але й педагогічний компонент. Такий стан пояснюється тим, що відсутнє створення свідомого позитивного ставлення учнівської молоді до збереження і зміцнення свого здоров'я [11, 13].

Водночас стан фізичного розвитку старшокласників-ліцеїстів вимагає наявності процесів збереження і зміцнення здоров'я. Отже, на організм юнаків у цьому віці впливають фактори, які призводять не лише до фізіологічних, а й до різних соціальних відхилень. Така ситуація вимагає необхідності професійного вирішення вказаної проблеми з позицій створення в ліцеї умов для збереження і зміцнення здоров'я всіх суб'єктів освітнього процесу, розвитку культури ліцеїстів щодо формування здоров'я на основі раціонально організованого способу життя та практичної протидії наявним проблемам через формування фізкультурно-соціальних основ культури поведінки майбутніх військових [18, 20, 22, 23].

Значна кількість наукових досліджень, присвячених питанням фізичного виховання серед учнів ліцеїв із посиленою військово-фізичною підготовкою, дає нам підстави говорити про достатню увагу з боку фахівців.

Проте, з іншого боку, кількість розглянутих у зазначених дослідженнях питань не дає можливості сповна розв'язати актуальне науково-практичне завдання удосконалення змісту фізичного виховання у навчальних закладах (ліцях) з посиленою військово-фізичною підготовкою.

Отож у запропонованому дослідженні ми розкрили зміст наявних наукових досліджень щодо основних напрямів з удосконалення фізичного виховання в ліцях із посиленою військово-фізичною підготовкою, запропонованих фахівцями за останній період.

Таким чином, можемо констатувати наявність ґрунтовних та апробованих на різних рівнях наукових даних, найважливіший з яких проаналізували в запропонованій науковій праці.

Фахівець Г. В. Бесарабчук дослідив основні засоби фізичної культури у військових ліцях як основу формування готовності учнів ліцеїв з посиленою військово-фізичною підготовкою до служби в армії [2]. На його думку, необхідно дотримуватися таких основних вказівних положень: науково-теоретичного принципу (спрямованого на усунення суперечностей мети, завдань та організації навчального закладу, оздоровчого та тренувального режиму і дотримання вимог навчальних і розвивальних методик); соціально-правового принципу (запобіжника створення суперечностей у проектуванні та плануванні діяльності структури основним державним нормативно-правовим документам планування галузі, що відображається в дотриманні вимог організації навчально-виховного процесу в ліцеї); організаційно-проектного принципу (визначення передумов для проведення системного аналізу ліцеївської освіти, її можливих ресурсів, потенціалу та проблем з внесенням відповідних коректив); педагогічного принципу (дотримання основних психолого-педагогічних та фахових вимог навчально-виховного процесу).

Зазначені положення, на думку автора, необхідно використовувати для того, щоб удосконалити методики викладання навчальних дисциплін у ліцеї, зокрема методику викладання фізичного виховання, що має посилений характер. Треба зауважити, що в ліцях з посиленою військово-фізичною підготовкою є важливим упровадження викладання навчальних предметів галузі знань "Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини", це допоможе створити передумови для формування в ліцеїстів гностичного компонента готовності.

Фахівець В. М. Мисів вивчав вплив педагогічної технології, яку він обґрунтував, на фізичний стан учнів у системі фізичного виховання в ліцеї із посиленою військово-фізичною підготовкою [14].

Щоб перевірити наявність переваги або її відсутності в результатах використання традиційної та експериментальної педагогічної технології у системі фізичного виховання учнів ліцею з посиленою військово-фізичною підготовкою, автор порівняв зміни в показниках їх

фізичного стану, отриманих відповідно в контрольній та експериментальній групі. За весь дворічний термін реалізації експериментальної педагогічної технології у системі фізичного виховання учнів ліцею з посиленою військово-фізичною підготовкою в їх фізичному стані спостерігалися значні позитивні зміни, що характеризувалися вірогідно значущим поліпшенням усіх показників фізичного стану, за винятком відсутності змін систолічного тиску, координаційних проявів у метаннях на дальність рукою, якою володіють гірше, та зниженням відносних значень загальної фізичної працездатності [14].

За основними результатами В. М. Мисіва було визначено, що використання педагогічної технології, яку він запропонував, сприяє більш вираженим, порівняно з традиційно технологією, позитивним змінам більшості функціональних, моторних проявів і стану фізичного здоров'я ліцеїстів на кожному етапі та за весь період їх навчання. Так, із загальної кількості показників (32 позиції) після другого навчального року в експериментальній групі суттєво поліпшилися значення 24 показників, у контрольній – 15, за весь період – відповідно 30 і 25.

Науковець О. П. Скавронський у своїх дослідженнях мав намір експериментально перевірити ефективність різних варіантів змісту індивідуально-орієнтованої фізичної підготовки учнів військового ліцею в процесі їхнього фізичного виховання. Він акцентував на тому, що використання соматотипу як критерію формування однорідних груп юнаків ефективніше у розв'язанні завдань із поліпшення їхнього фізичного стану порівняно з рекомендованим програмою фізичного виховання рівнем фізичної підготовленості, фізичного здоров'я. Отримані на початку експерименту дані засвідчили однорідність сформованих за статтю, віком, соматотипом і показниками фізичного стану дослідних груп. Зовсім інші результати були наприкінці формування експерименту [18]. Так, із 14 досліджуваних показників фізичної підготовленості використання першого варіанта розробленого змісту сприяло суттєвому поліпшенню 9 показників, використання другого і чинного змісту – поліпшенню в кожній групі тільки 5, погіршенню – відповідно по три показники. Встановлене співвідношення свідчить про найбільшу ефективність для поліпшення фізичної підготовленості ліцеїстів торакального соматотипу першого розробленого та меншу серед інших використаних варіантів змісту їхньої фізичної підготовки під час другого року навчання у ліцеї з посиленою військово-фізичною підготовкою [18].

На думку автора, найефективнішим у поліпшенні показників фізичного стану ліцеїстів є зміст фізичної підготовки, його спрямованість визначається зумовленими соматотипами й особливостями зміни показників фізичної підготовленості, а також взаємозв'язків останніх на певному етапі навчання, кількість таких занять у навчальному році планується з урахуванням структури зміни фізичної підготовленості.

Фахівець О. С. Бортюк вивчив динаміку фізичного стану учнів ліцею з посиленою військово-фізичною підготовкою, представників різних типів соматичної конституції в процесі занять фізичною культурою. Автор встановив існування типологічних особливостей у величинах прояву, темпах і характері змін показників фізичного стану ліцеїстів. Результати дослідження свідчать, що представництво різних типів конституції у загальній вибірці учнів ліцею неоднакове: астеноїдний тип становить 4,4%; торакальний – 50,0%; м'язовий – 42,6%; дигестивний – 2,0%; невизначений – 1,0%. В умовах традиційно організованого фізичного виховання в ліцеїстів різної соматичної конституції за два роки навчання відбуваються неоднакові, а здебільшого – різноспрямовані зміни в морфофункціональних характеристиках, загальній працездатності, фізичних можливостях і стані фізичного здоров'я [8, 15].

На основі теоретико-емпіричних даних В. М. Гоншовський розробив алгоритм формування й реалізації індивідуально орієнтованого змісту фізичної підготовки майбутніх рятувальників різних соматотипів на етапах навчання у військових вищих навчальних закладах [4]. Автор розробив алгоритм для проектування технології індивідуалізації фізичної підготовки майбутніх рятувальників. Визначення соматотипів курсантів важливе при цілеспрямованому впливові на показники фізичної підготовленості та для здійснення подальшого кроку – індивідуалізації фізичної підготовки. Розвиток фізичних якостей відбувається на

кожному занятті з фізичного виховання, які переважно комплексні, тобто, окрім цього, передбачають також удосконалення техніки виконання програмних рухових дій та теоретико-методичну підготовку курсантів [4].

Науковець Ю. Ф. Хохрякова досліджувала особливості фізичного стану юнаків призовного віку, провела аналіз антропометричних даних та фізичної підготовленості юнаків десятих класів ліцеїв із посиленою військово-фізичною підготовкою. Згідно з результатами дослідження, було виявлено недостатній рівень розвитку загальної витривалості (у контрольній вправі «Біг на 3000 м») і встановлено, що не всі ліцеїсти можуть впоратися із вимогами до контрольних вправ. Використання традиційних засобів і методів під час уроків з фізичної культури у кадетських класах не забезпечує відповідного рівня фізичного розвитку і фізичної підготовленості юнаків і, у такий спосіб, не сприяє розв'язанню завдання з підготовки учнів до вступу у військові навчальні заклади професійної освіти [22].

Розроблення “належних” норм фізичної підготовленості, яка провела Т. І. Лошицька відносно соматометричних показників фізичного розвитку юнаків, є інформативним засобом корекції нормативів фізичної підготовленості. Завдяки використанню інформативних взаємозв'язків соматометричних, фізіометричних показників та показників фізичної підготовленості, ми розробили модельно-цільові характеристики фізичної підготовленості юнаків призовного віку для використання їх у практиці фізичного виховання [11].

Науковець Ю. Свєреда також проводив дослідження фізичної підготовленості учнів ліцею з посиленою фізичною підготовкою. Зауважив, що під час трьох обов'язкових уроків та двох факультативних занять молодь мало уваги приділяє власне самостійній роботі з фізичного виховання, що ускладнює розвиток у цьому напрямі [8, 15].

Проаналізувавши наукові праці із вивчення особливостей фізичного стану та фізичної підготовленості хлопців до призовного віку та учнів ліцеїв з посиленою військово-фізичною підготовкою, було виявлено недостатність досліджень, спрямованих на розроблення ефективних засобів у поліпшення фізичної та практичної військово-професійної підготовленості учнів.

**Висновки.** Проблематика фізичної підготовки майбутніх фахівців, що пов'язують свою діяльність із військовою службою, достатньо представлена у науковому полі.

Основний науковий доробок стосується підготовки фахівців в умовах військових вищих навчальних закладів України. Достатньо уваги науковці звернули на проблеми системи фізичного виховання в умовах ліцеїв із посиленою військово-фізичною підготовкою. Серед наявних розв'язаних завдань більшість сконцентровані на виявленні особливостей фізичної підготовленості та фізичного розвитку учнів, диференціації та індивідуалізації безпосереднього процесу фізичного виховання на основі різних чинників.

Водночас відсутня увага науковців до обґрунтування нових підходів до фізичного виховання в ліцях із посиленою військово-фізичною підготовкою, яка б передбачала впровадження варіативних модулів на основі професійно-орієнтованих видів спорту, зокрема спортивних єдиноборств.

**Перспективою подальших досліджень** можна вважати розроблення варіативних модулів та програм із позаурочних форм побудованих на основі елементів певного виду спорту.

### Список літератури

1. *Балушка Л. М.* Вдосконалення рівня фізичної підготовленості учнів ліцеїв з посиленою військово-фізичною підготовкою засобами спортивної боротьби / Балушка Л. М. // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2016. – № 5. – С. 4–10. doi:10.15561/18189172.2016.0501

2. *Бесарабчук Г. В.* Формування фізкультурно-освітнього середовища ліцею з посиленою військово-фізичною підготовкою на основі національно-патріотичного виховання / Г. В. Бесарабчук // Вісник Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Серія: Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини. – Кам'янець-Подільський, 2015. – Вип. 8. – С. 75–82.

3. *Бородін Ю. А.* Форми фізичної підготовки у навчальних підрозділах Збройних сил України : навч.-метод. посіб. / [Ю. А. Бородін, М. Ф. Пічугін, І. О. Боринський, В. М. Романчук, С. В. Романчук]. – Київ : Тип. ГШ ЗС України, 2007. – 168 с.

4. *Гоншовський В. М.* Технологія індивідуалізації фізичної підготовки майбутніх рятувальників у вищому військовому навчальному закладі : дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту : 24.00.02 / Гоншовський Вадим Миколайович. – Івано-Франківськ, 2011. – 264 с.

5. *Городинська І. В.* Фізичне виховання старшокласників ліцеїв та гімназій у позакласній роботі : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.07 / І. В. Городинська Херсонський держ. ун-т. – Херсон, 2004. – 20с.

6. *Дугіна Н. Г.* Оцінка фізичного стану підлітків 13–14 років / Дугіна Н. Г., Мохова І. В., Борисова Ю. Ю. // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2011. – № 1. – С. 51–53.

7. *Єдинак Г. А.* Здоров'я і фізична культура: навч. прогн. для ліцеїв з посиленою військово-фізичною підготовкою : навч. посіб. / Єдинак Г. А., Мисів В. М. – Кам'янець-Подільський : ПП Мошак М. І., 2004. – 52 с.

8. *Льницький І.* Фізичне виховання учнів ліцеїв із посиленою військово-фізичною підготовкою / Ігор Льницький, Андрій Окопний // Молода спортивна наука України : зб. наук. праць з галузі фізичного виховання, спорту і здоров'я людини. Львів : ЛДУФК, 2015. – Вип. 19. – т. 2. – С. 101–104.

9. *Кротов Г.* Морфофункціональний статус курсантів віком 18–21 років, представників різних соматичних типів конституції / Геннадій Кротов, Геннадій Єдинак, Геннадій Бесарабчук // Актуальні проблеми підготовки спеціалістів в галузі фізичної культури і спорту : тези доп. Всеукр. наук. – практ. конф. – Івано-Франківськ, 2000. – С. 56–57.

10. *Лелека В. М.* Методика навчання фізичної культури майбутніх учителів з початкової військової підготовки : автореф. дис. ... канд. пед. наук : [спец.] 13.00.02 „Теорія та методика навчання (фізична культура, основи здоров'я)” / Лелека Віталій Миколайович ; Волин. нац. ун-т імені Лесі Українки. – Луцьк, 2011. – 19 с.

11. *Лошицька Т. І.* Модельно-цільові характеристики фізичної підготовленості юнаків призовного віку в системі фізичного виховання : автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту : [спец.] 24.00.02 „Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення” / Лошицька Тамара Іванівна ; Нац. ун-т фіз. виховання і спорту України. – Київ, 2007. – 22 с.

12. *Луппо А. Е.* Технологія організації и дидактическое наполнение физической подготовки курсантов-диспетчеров управления воздушным движением : автореф. дис. ... канд. пед. наук : [спец.] 13.00.04 „Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки и оздоровительной физической культуры” / Луппо Александр Евгеньевич ; ОГИФК. – Омск, 1991. – 17 с.

13. Методика фізичного виховання в ліцеях з посиленою військово-фізичною підготовкою : навч. посіб. / Єдинак Г., Рошук О., Мисів В. [та ін]. – Кам'янець-Подільський, 2003. – 196 с.

14. *Мисів В. М.* Технологія оптимізації фізичного стану учнів Ліцею з посиленою військово-фізичною підготовкою : автореф. дис. ... ступеня канд. наук з фіз. виховання та спорту : [спец.] 24.00.02 „Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення” / В. М. Мисів. – Львів, 2006. – 21 с.

15. *Одеров А. М.* Обґрунтування тесту фізичної підготовленості військовослужбовців : дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту : 24.00.02 / Одеров Артур Михайлович. – Львів, 2017. – 211 с.

16. Організація і проведення занять з фізичної підготовки : навч.-метод. посіб. / під заг. ред. Є. Д. Анохіна. – Львів : ЛВІ, 2006. – 237 с.

17. *Попадьїн В.* Мета, завдання й загальні положення програми з фізичної підготовки військовослужбовців Військово-Морських сил Збройних сил України / Віталій Попадьїн // Молодіжний науковий вісник. – 2013. – С. 92–98.

18. Скавронський О. П. Диференціація фізичної підготовки учнів військового ліцею на основі соматотипів : автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.02 / Скавронський Олександр Павлович. – Івано-Франківськ, 2010. – 21 с.

19. Теорія та організація фізичної підготовки військ : підручник / за ред. Ю. О. Резнікова, В. М. Афоніна. – Львів : ЛВІ, 2004. – 458 с.

20. Фізична культура. Експериментальна програма Кам'янець-Подільського ліцею з посиленою військово-фізичною підготовкою / за ред. Г. А. Єдинака. – Кам'янець-Подільський, 2004. – 54 с.

21. Фіногенов Ю. С. Заходи щодо підвищення ефективності організаційних основ фізичної підготовки військовослужбовців / Фіногенов Ю. С. // Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 5, Педагогічні науки: реалії та перспективи. – Київ, 2011. – Вип. 7. – с. 314–321.

22. Хохрякова Ю. Ф. Моделирование учебно-воспитательного процесса по физической культуре учащихся кадетских классов общеобразовательных школ / Ю. С. Хохрякова, А. В. Стафеева // Теория и практика физической культуры – 2009. – № 8. – С. 35–40.

23. Щирба В. Оцінка фізичної підготовленості учнів ліцеїв із посиленою військово-фізичною підготовкою / Вадим Щирба // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. – Луцьк, 2016. – № 4(36). – С. 53–59.

*Стаття надійшла до редколегії 25.07.2017*

*Прийнята до друку 31.08.2017*

*Підписана до друку 31.08.2017*