

## Питання педагогіки

**Сухорада Г. І.**, кандидат наук з фізичного виховання та спорту  
доцент; старший науковий співробітник НДЛ ННЦ  
фізичної підготовки та спортивно-оздоровчих технологій  
НУОУ (м. Київ)

**Божко С. А.**, начальник кафедри фізичного виховання,  
спеціальної фізичної підготовки і спорту ВІП НТУ“КП” (м. Київ)

**Піддубний О. Г.**, кандидат наук з фізичного виховання та спорту  
доцент; доцент кафедри фізичного виховання ХНПУ  
імені Г.С. Сковороди (м. Харків)

## ВДОСКОНАЛЕННЯ ОРГАНІЗАЦІЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ

У статті подано аналіз елементів організації фізичної підготовки у Збройних Силах України як однієї із основних функцій управління.

*Ключові слова:* фізична підготовка; організація; планування; підготовка керівників; контроль; облік; забезпечення.

В статті дан аналіз елементів організації фізичної підготовки в Вооружённых Силах Украины как одной из основных функций управления.

*Ключевые слова:* физическая подготовка; организация; планирование; подготовка руководителей; контроль; учёт; обеспечение.

In the article is presented analyze of elements of organization of physical training of Armed Forces of Ukraine as one of basic function of management.

*Keywords:* physical training; organization; planning; preparing of managers; control; accounting; ensuring.

Постановка проблеми. Розробка Концепції та Цільової комплексної програми розвитку фізичної підготовки і спорту у Збройних Силах та правоохоронних органах України, яка передбачається проектом Загальнодержавної цільової програми розвитку фізичної культури і спорту на 2012–2016 роки, має враховувати питання вдосконалення, перш за все, питань її організації.

Ми вважаємо, що на основі цих керівних документів доцільно буде розробляти чи удосконалювати та запроваджувати нові Наставови та Керівництва з фізичної підготовки і спорту у Збройних Силах України з урахуванням сучасних умов та вітчизняного і міжнародного досвіду. Це дозволить вдосконалити організаційно-правові умови щодо функціонування системи фізичної підготовки і спорту особового складу з урахуванням вимог законодавчих актів України у цій сфері діяльності.

Зв'язок роботи з важливими науковими та практичними завданнями. Робота виконувалася згідно Зведеного плану Міністерства України у справах сім'ї, молоді та спорту (номер державної реєстрації 0106U011986) за темою 3.1.6 “Теоретико-методологічні основи фізичної підготовки курсантів у вищих військових навчальних закладах інженерного профілю”, а також ряду науково-дослідних робіт: “Фізична підготовка слухачів і курсантів військових навчальних закладів Міністерства оборони України” (номер державної реєстрації 0103U00322), “Фізична підготовка офіцерів в

умовах комплектування Збройних Сил України на контрактній основі” (номер державної реєстрації 0101U000519), “Розробка теоретико-методичних засад функціонування системи фізичної підготовки військовослужбовців Збройних Сил України” (номер державної реєстрації 0101U000775).

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Визначеній проблемі присвячено ряд керівних документів, підручників та посібників [4–14].

Зміст Наставов (1978–2009 рр.) буде проаналізовано при викладенні основного матеріалу [7; 8; 9; 10].

У підручниках [12; 13] та посібнику [14] детально розкрито зміст функції організації фізичної підготовки з опорою на вимоги НФП-97 [10].

У посібнику [11], який спеціально присвячений характеристиці даного питання теж висвітлено зміст його елементів і, теж на основі вимог НФП-97 [10].

Навчальний посібник [4] акцентує увагу на організації форм фізичної підготовки у ВВНЗ також на основі вимог НФП-97 [10].

Таким чином, у Наставах як основних керівних документах, визначається зміст організації, а підручники та посібники деталізують її в елементах. Разом з тим, історичний аспект розвитку даної функції управління ніде не проглядається.

Мета дослідження – аналіз розвитку наукових поглядів на теоретичний аспект елементів організації фізичної підготовки військовослужбовців як однієї із основних функцій її управління.

## Питання педагогіки

Виклад основного матеріалу та результати досліджень.

Організація, поряд із керівництвом та проведенням визначених заходів, є однією із основних функцій підсистеми управління у структурі системи фізичної підготовки військовослужбовців. Вона включає такі елементи, як планування, підготовку керівників, контроль, облік та забезпечення [9].

Дослідження фахівців та багаторічна практика фізичної підготовки військ показує, що ця важлива функція управління зазнає

певних змін в плані свого вдосконалення. Розглянемо ці складові аспекти упродовж останніх майже 35 років.

По-перше, планування, як один із важливих компонентів функції організації, має за мету правильно визначити кількість заходів та час на їх проведення для вирішення загальних та спеціальних завдань фізичної підготовки військовослужбовців. За вимогами керівних документів різних часів можна прослідити як це відбувалося (табл. 1) [7; 8; 9; 10].

Таблиця 1

**Планування фізичної підготовки військовослужбовців за вимогами керівних документів різних часів (навчальні заняття)**

Військові частини та підрозділи	Час на заходи в керівних документах, години на тиждень			
	НФП-78	НФП-87	НФП-97	НФП-2009
Військові частини спеціального призначення	Не визначено	2 – 3	4	4
Інші військові частини		-	Не менше 3	3
Військові частини за скороченою програмою навчання		1 – 2	2	2
Курсанти військових навчальних частин		2 – 3	4	4
Курсанти та слухачі ВВНЗ		3 (2+1)	4 (2+2)	4 (2+2)
Офіцери		3	4	Не менше 4
Військовослужбовці штабів армійських корпусів і вище			2x1,5	Не менше 3

Із таблиці видно тенденцію до збільшення та стабілізації з часом кількості годин планових навчальних занять упродовж тижня.

Стосовно форм фізичної підготовки планування заходів подано на табл. 2 [7; 8; 9; 10].

Таблиця 2

**Планування фізичної підготовки військовослужбовців за вимогами керівних документів різних часів (за формами фізичної підготовки)**

Форми фізичної підготовки	Час на заходи в керівних документах, години та кількість разів на тиждень			
	НФП-78	НФП-87	НФП-97	НФП-2009
Ранкова фізична зарядка	3 (не менше 30 хв. щодня, крім вихідних та святкових днів)	3 – 5 (30 – 50 хв. щодня, крім вихідних та святкових днів)	3 – 5 (30 – 50 хв. щодня, крім вихідних та святкових днів)	3 – 5 (30 – 50 хв. щодня, крім вихідних та святкових днів)
Навчальні заняття	Не визначено (із практики –2)	1 – 3	2 – 4	2 – 4
Спортивно-масова робота	4 – 6	5 (1+1+3)	5 (1+1+3)	5 (1+1+3)
Фізичне тренування у процесі навчально-бойової діяльності	За окремими планами			
Разом	9 – 11	9 – 13	10 – 14	10 – 14

Таблиця показує позитивну динаміку збільшення, а також стабілізації з часом кількості годин щодо їх розподілення за формами упродовж тижня [7; 8; 9; 10].

Важливим моментом щодо вдосконалення питань планування є точне визначення часу в НФП-2009 відносно додаткових форм фізичної підготовки: тренажів, інструктажів, самостійної підготовки, фізкультурних пауз, індивідуального фізичного тренування [9].

Серед пропозицій до Загальнодержавної цільової соціальної програми розвитку фізичної культури та спорту на 2012–2016 роки від фахівців Збройних Сил та правоохоронних органів України серед інших було внесено однозначну думку: “Створити умови для забезпечення рухової активності особового складу Збройних Сил та правоохоронних органів України в обсязі 8–12 годин на тиждень. Із них: 4 години у сітці розкладу занять – для вищих навчальних закладів; не менше 4-х годин обов’язкових

## Питання педагогіки

занять з фізичної підготовки у службовий час для всіх категорій військовослужбовців та працівників (для особового складу підрозділів спеціального призначення – не менше 6 годин)”.

Таким чином, завершуючи питання планування, відзначимо, що наявність визначеної кількості годин у керівних документах має надзвичайно важливе значення для реалізації заходів фізичної підготовки.

Наступним важливим компонентом функції організації є підготовка керівників з

фізичної підготовки, їх помічників та виконавців табл. 3 [7; 8; 9; 10].

Табл. 3 демонструє, що в НФП-2009 враховано практично всі категорії військовослужбовців, з якими проводяться ті чи інші заходи з фізичної підготовки. Але, проведення заходів для деяких визначених категорій в НФП-2009 свого підтвердження не знаходять. Також не зовсім вдала термінологія щодо категорій військовослужбовців у таблицях, які відображають зміст теоретичної та методичної підготовки керівників [9].

*Таблиця 3*

**Види підготовки керівників фізичної підготовки військовослужбовців за вимогами керівних документів різних часів**

Категорії військовослужбовців	Види підготовки у керівних документах			
	НФП-78	НФП-87	НФП-97	НФП-2009
<b>Теоретична підготовка</b>				
Сержанти, що проводять заняття з фізичної підготовки	+		+	
Курсанти навчальних частин			+	
Курсанти ВВНЗ	+	+	+	+
Слухачі ВВНЗ	+	+	+	+
Командири взводів і рот	+		+	
Командири батальйонів	+			
Спортивні організатори, тренери та судді зі спорту				+
Помічники керівників фізичної підготовки				+
Командири підрозділів – керівники фізичної підготовки				+
Командири військових частин, їх заступники			+	+
<b>Методична підготовка</b>				
Сержанти, що проводять заняття з фізичної підготовки	+	+	+	
Курсанти навчальних частин		+	+	
Курсанти ВВНЗ		+	+	+
Слухачі ВВНЗ		+	+	+
Командири взводів і рот	+	+	+	
Командири батальйонів	+			
Спортивні організатори, тренери та судді зі спорту				+
Помічники керівників фізичної підготовки				+
Командири підрозділів – керівники фізичної підготовки				+
Командири військових частин, їх заступники			+	+

З таблиці видно, що у Настановах різних років вживається різна термінологія. Отже, зручніше користуватись схемою за табл. 4.

На ній визначені види підготовки знаходять своє втілення у формах підготовки керівників [7; 8; 9; 10].

*Таблиця 4*

**Форми підготовки керівників фізичної підготовки військовослужбовців за вимогами керівних документів різних часів**

Види методичних заходів	Наявність форм підготовки у керівних документах			
	НФП-78	НФП-87	НФП-97	НФП-2009
Теоретичні заняття	+	+	+	+
Інструкторсько-методичні	+	+	+	+
Навчально-методичні (методичні)	+	+	+	+
Показові	+	+	+	+
Навчально-методичні збори та семінари зі спортивним активом	+	+	+	+
Інструктажі	+	+	+	+

Разом з тим, у подальшому потрібно передбачити форми підготовки для фахівців: інструкторів та начальників служби.

Зазначимо, що підготовка керівників форм фізичної підготовки не повинна

обмежуватись тільки розглянутими питаннями. На наш погляд сюди потрібно включити і питання підготовки кадрів.

Так, серед пропозицій до Загальнодержавної цільової соціальної

## Питання педагогіки

програми розвитку фізичної культури та спорту на 2012–2016 роки від фахівців серед інших було внесено і таку думку: “Організувати та забезпечити при Національному університеті фізичного виховання і спорту України та Національному університеті оборони України підготовку, перепідготовку та підвищення кваліфікації фахівців фізичної підготовки і спорту, а також створити науково-дослідну лабораторію з проблемних питань фізичної підготовки і спорту у Збройних Силах та правоохоронних органах України. Ввести у військових частинах, окремих підрозділах та на кафедрах фізичної підготовки і спорту вищих навчальних закладів Збройних Сил та правоохоронних органів України посади інструкторів з фізичної підготовки і спорту, чисельність яких визначити за нормативними вимогами та з урахуванням вітчизняного і міжнародного досвіду”.

Таким чином, підготовка керівників форм фізичної підготовки завжди була і є актуальною, особливо у період змін,

пов’язаних з переходом на службу за контрактом.

Наступним важливим компонентом функції організації фізичної підготовки є її контроль (табл. 5, 6). Він охоплює усі сторони процесу фізичної підготовки, але зупинимось тільки на питанні періодичності і змісту перевірки та оцінки рівня фізичної підготовленості військовослужбовців [7; 8; 9; 10].

Аналіз табл. 5 показує, що в НФП-97 та НФП-2009 вимоги до рівня фізичної підготовленості військовослужбовців посилились [9; 10]. Це пояснюється переходом на службу за контрактом – перевірки перед укладенням контрактів. Також при зарахуванні у резерв. Крім того для підвищення значущості фізичної підготовки: при призначеннях на посаду (під час атестаційних комісій) та під час оглядів на кращу організацію фізичної підготовки та спортивно-масової роботи [9].

Сказане підтверджується і даними табл. 6.

Таблиця 5

**Періодичність контролю фізичної підготовки військовослужбовців за вимогами керівних документів різних часів**

Періодичність контролю	Наявність заходів в керівних документах			
	НФП-78	НФП-87	НФП-97	НФП-2009
У процесі навчання	+	+	+	+
У кінці періодів навчання і навчального року	+	+	+	+
На семестрових, підсумкових (випускних) екзаменах (заліках)	+	+	+	+
При інспектуванні (і комплексній (частковій перевірці)) військових частин, з’єднань і ВВНЗ	+	+	+	+
Вступний екзамен кандидатів до ВВНЗ	+	+	+	+
Упродовж першого місяця перебування молодого поповнення у військовій частині	+	+	+	+
Перед укладенням контрактів			+	+
На державних екзаменах			+	+
При зарахуванні у резерв				+
На атестаційних комісіях				+
Під час огляду на кращу організацію фізичної підготовки та спортивно-масової роботи				+

Стосовно контролю питань фізичної підготовки серед пропозицій до Загальнодержавної цільової соціальної програми розвитку фізичної культури та спорту на 2012–2016 роки від фахівців серед інших було внесено і такі: “Вести в дію у вищих навчальних закладах усіх рівнів акредитації Збройних Сил та правоохоронних органів України державний та вступний екзамен з фізичної підготовки як окремої навчальної дисципліни для очної та заочної форм навчання (рівень підготовки – бакалавр, магістр) та включити її до переліку нормативних дисциплін. Організувати її вивчення упродовж усього періоду навчання. Враховувати рівень фізичної підготовленості військовослужбовців Збройних Сил та

працівників правоохоронних органів України у встановленому порядку при присвоєнні чергових військових і спеціальних звань, призначенні на відповідні посади. Розробити критерії оцінки діяльності органів управління Збройних Сил та правоохоронних органів України щодо реалізації державної політики у сфері фізичної культури і спорту та забезпечення фізичної готовності особового складу до виконання службово-бойових завдань за призначенням. Створити умови для підвищення рівня фізичної підготовленості молоді для проходження служби у Збройних Силах та правоохоронних органах України. Щорічно проводити Всеукраїнську спартакіаду допризовної молоді”.

Контроль фізичної підготовки військовослужбовців за вимогами керівних документів різних часів

Категорії військовослужбовців	Зміст контролю в керівних документах			
	НФП-78	НФП-87	НФП-97	НФП-2009
Нове поповнення військових частин	За трьома вправами: підтягування на перекладині, біг на 100 м, крос на 1 км або лижна гонка на 5 км	За трьома вправами: підтягування на перекладині, біг на 100 м, біг на 3 км або лижна гонка на 5 км	За трьома вправами: підтягування на перекладині, біг на 100 м, біг на 3 км	За трьома вправами: підтягування на перекладині, біг на 100 м, біг на 3 км
Солдати строкової служби	По кожній вправі упродовж року та упродовж окремого дня за комплексом вправ. В кінці періоду навчання по двом комплексам	По кожній вправі упродовж року. На перевірках – за трьома вправами	Щомісячно. На перевірках – за трьома – п'ятьма вправами	Щомісячно. На перевірках – за трьома – п'ятьма вправами
Офіцери				
Кандидати до ВВНЗ	За чотирма вправами: підтягування на перекладині, біг на 100 м, крос на 1 км, плавання на 100 м	За чотирма вправами: підтягування на перекладині, біг на 100 м, біг на 3 км, плавання – за наявності умов	За трьома вправами: підтягування на перекладині, біг на 100 м, біг на 3 км	За чотирма вправами: підтягування на перекладині, біг на 100 м, біг на 3 км, плавання – за наявності умов
Курсанти та слухачі ВВНЗ	По кожній вправі упродовж року та упродовж окремого дня за комплексом вправ. В кінці семестру навчання по двом комплексам	За чотирма – п'ятьма вправами навчальної програми	За чотирма – п'ятьма вправами навчальної програми	За п'ятьма вправами навчальної програми
Військовослужбовці перед укладанням контракту	-	-	За трьома вправами: підтягування на перекладині, біг на 100 м, біг на 3 км	За трьома вправами: підтягування на перекладині, біг на 100 м, біг на 3 км
При зарахуванні у резерв				За трьома вправами: підтягування на перекладині, біг на 100 м, біг на 3 км

Поряд із розглянутими вище компонентами функції організації фізичної підготовки важливе місце займають і питання її обліку. Аналіз керівних документів різних років показав, що за числом та переліком документів обліку у військовій частині та її підрозділах змін майже не відбулося (табл. 7)

[7; 8; 9; 10]. За вимогами НФП-97 та НФП-2009 передбачаються ведення облікових документів у підрозділах, у тому числі і у взводі. Але у підпунктах 2.12 та 2.4.41 слово “взвод” не вказано, тобто воно пропущено, що є помилкою. Тобто, у табл. 7 замість обох прочерків повинні бути цифри 3 [9].

Таблиця 7

Облік фізичної підготовки військовослужбовців за вимогами керівних документів різних часів

Форми фізичної підготовки	Число основних положень обліку в керівних документах			
	НФП-78	НФП-87	НФП-97	НФП-2009
У військовій частині				
Разом	7	8	8	8
У батальйоні				
Разом	3	3	3	3
У роті				
Разом	6	3	3	3
У взводі				
Разом	6	3	-	-

## Питання педагогіки

Аналізуючи зміст, порядок ведення та вимоги до обліку фізичної підготовки, вкажемо на те, що в НФП-2009 вони подані найбільш детально. Крім того, у змінах до НФП-97 та нинішній Настанові посилені вимоги до обліку, як то [4; 5; 9]:

відображення рівня фізичної підготовленості у службових характеристиках, оцінних картках, атестаціях, поданнях та Картці обліку фізичної підготовленості офіцера;

довідка-доповідь начальника фізичної підготовки (кафедри фізичного виховання, спеціальної фізичної підготовки і спорту) про стан фізичної підготовки та спортивно-масової роботи у військовій частині (ВВНЗ) за навчальний рік;

деталізовано зміст цих документів.

Разом з тим, аналіз змісту обліку та облікових документів останньої Настанови показує, що вони повинні бути вивчені ще раз більш уважно. Так, деякі елементи обліку

є тільки лозунгами, які не вивчені до кінця, а деякі з них є неоднозначними та незрозумілими фахівцям щодо їх змісту, обсягу та порядку відпрацювання. Крім того, є протиріччя між тим, що викладено у тексті НФП підпунктах 2.4.40–2.4.41 щодо змісту обліку у частині та підрозділах і додатку 6 НФП, який розкриває документи обліку. У додатку дублюється зміст тексту Настанови на цілу сторінку, яке зовсім не потрібне, причому не в тому порядку і тільки заплутує читачів. Деякі форми обліку наведені з професійними помилками [9].

На нашу думку, на сьогоднішній день облік фізичної підготовки є досить громіздким. Отже, документи обліку треба оптимізувати та зробити облік максимально спрощеним і зручним.

Питання вдосконалення усестороннього забезпечення фізичної підготовки як компонент її організації подано у табл. 8 [7; 8; 9; 10].

*Таблиця 8*

**Забезпечення фізичної підготовки військовослужбовців за вимогами керівних документів різних часів**

Види забезпечення	Керівні документи			
	НФП-78	НФП-87	НФП-97	НФП-2009
Матеріально-технічне (матеріальне)	+	+	+	+
Фінансове		+	+	+
Медичне		+	+	+
Методичне		+	+	+
Інформаційне (агітаційно-пропагандистське)			+	+
Наукове				+
Правове				+

На жаль, теоретичні питання фінансового, медичного та методичного забезпечення, що були започатковані в НФП-87, свого подальшого розвитку в НФП-97 та НФП-2009 практично не отримали [9; 10].

Важливим кроком в НФП-2009 є введення наукового та правового видів забезпечення. Разом з тим, у підпункті 2.4.47 правове забезпечення задекларовано, а підпункту який би його розкривав – не має [9].

Відносно питань усестороннього забезпечення фізичної підготовки серед пропозицій до Загальнодержавної цільової соціальної програми розвитку фізичної культури та спорту на 2012–2016 роки від фахівців серед інших було внесено наступні: “Забезпечити розвиток та удосконалення навчально-матеріальної бази з фізичної

підготовки і спорту шляхом збільшення видатків на її будівництво, реконструкцію та утримання; вжити заходів по залученню інвестицій у розвиток мережі спортивних споруд, модернізацію спортивних баз та спрямувати зусилля на поліпшення якості у наданні спортивних послуг у Збройних Силах та правоохоронних органах України. Визначити можливість та умови щодо спільного використання навчально-матеріальної бази Міністерства освіти, науки, молоді та спорту України для проведення фізкультурно-спортивних заходів з військовослужбовцями, працівниками та особами рядового і начальницького складу Збройних Сил та правоохоронних органів України. Забезпечити фінансування за окремою статтею заходів фізичної підготовки і спортивної роботи у Збройних

## Питання педагогіки

Силах та правоохоронних органах України. Забезпечити проведення інформаційно-пропагандистських заходів, спрямованих на патріотичне виховання молоді з метою підтримки військового спорту, формування громадської думки та підняття престижу

фізичної підготовки та спорту у Збройних Силах та правоохоронних органах України”.

Висновки. Вивчення функцій управління в історичному аспекті може надати значну допомогу в питаннях вдосконалення організації фізичної підготовки військовослужбовців.

### Література.

1. Звіт з науково-дослідної роботи за 2003 – 2005 роки “Фізична підготовка слухачів і курсантів військових навчальних закладів Міністерства оборони України”, Київ: Вид. НУФВСУ, 2005, № державної реєстрації 0103U00322.
2. Звіт про науково-дослідну роботу за 2005 – 2006 роки “Фізична підготовка офіцерів в умовах комплектування Збройних Сил України на контрактній основі”. Шифр „Професіонал-2007”. Аналіз структури та змісту систем фізичної підготовки офіцерів Збройних Сил різних країн світу (проміжний звіт). Київ: Вид. НАОУ, 2006, інв. 5666, № державної реєстрації 0101U000519.
3. Звіт про науково-дослідну роботу за 2008 – 2009 роки “Розробка теоретико-методичних засад функціонування системи фізичної підготовки військовослужбовців Збройних Сил України”. Шифр “НФП-2009”. Київ: Вид. НУОУ, 2010, інв. 6194, № державної реєстрації 0101U000775.
4. Керівництво та організація форм фізичної підготовки у вищих військових навчальних закладах: Навчальний посібник / Ю.А. Бородин, М.Ф. Пічугін, В.М. Романчук та ін. – Житомир; ЖВІ НАУ, 2008. – 284 с.
5. Наказ Міністра оборони України “Про затвердження Змін до Настанови з фізичної підготовки у Збройних Силах України” від 29.08.2007 р., № 492.
6. Наказ Міністра оборони України “Про затвердження Змін до Настанови з фізичної підготовки у Збройних Силах України” від 3.08.2007 р., № 444.
7. Наставление по физической подготовке в Советской Армии и Военно-Морском Флоте (НФП-87). – М., Воениздат, 1987. – 319 с.
8. Наставление по физической подготовке Советской Армии и Военно-Морского Флота (НФП-78). – М., Воениздат, 1979. – 248 с.
9. Настанова з фізичної підготовки у Збройних Силах України (НФП-2009). – К.: Міністерство оборони України, 2009. – 233 с.
10. Настанова з фізичної підготовки у Збройних Силах України (НФП-97). Затверджена наказом Міністра оборони України від 05.11.1997 р., № 400.
11. Організація фізичної підготовки у військовій частині та підрозділі / Укладач – Анохін Є.Д.: навчально-методичний посібник. – Львів: ЛВІ, 2001. – 163 с.
12. Теорія та організація фізичної підготовки військ. Підручник /За ред. Ю.О. Резнікова, В.М. Афоніна. – Львів: ЛВІ, 2004. – 458 с.
13. Теорія та організація фізичної підготовки військ. Підручник /Під ред. Ю.О.Резнікова, В.М.Афоніна. – Львів: ЛВІ, 2002. – 316 с.
14. Фіногенов Ю.С., Сухорада Г.І., Озеров Є.О., Оленев Д.Г. Теоретичні основи спортивно-масової роботи та фізичної підготовки військовослужбовців. Навчальний посібник. К.: НАОУ, 2004. – 174 с.