

Дослідження, розробки, проекти з  
питань публічного управління та адміністрування

УДК 351:351.855.3

**Макашов Валерій Валерійович**

*начальник відділу спортивної роботи  
та спортивної інфраструктури міста*

*Департамент гуманітарної політики Дніпровської міської ради*

**Макашов Валерий Валериевич**

*начальник отдела спортивной работы  
и спортивной инфраструктуры города*

*Департамент гуманитарной политики Днепровского городского совета*

**Makashov Valerii**

*Head of the Department of Sports Work and Sports Infrastructure of the City*

*Department of Humanitarian Policy of the Dnieper City Council*

**ОЗДОРОВЧА РУХОВА АКТИВНІСТЬ ЯК СФЕРА ДЕРЖАВНО-  
УПРАВЛІНСЬКОЇ ДІЯЛЬНОСТІ: ТЕОРЕТИКО-ПРИКЛАДНИЙ  
ЗМІСТ**

**ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ДВИГАТЕЛЬНАЯ АКТИВНОСТЬ КАК  
СФЕРА ГОСУДАРСТВЕННО-УПРАВЛЕНЧЕСКОЙ  
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ: ТЕОРЕТИКО-ПРИКЛАДНОЕ СОДЕРЖАНИЕ  
HEALTH-IMPROVING PHYSICAL ACTIVITY AS A FIELD OF  
PUBLIC MANAGEMENT FUNCTION: THEORETICAL AND APPLIED  
CONTENTS**

*Анотація.* Проаналізовано теоретичні аспекти проблематики оздоровчої рухової активності в різних галузях науки (фізична культура та спорт, педагогічні та медичні науки). Акцентовано на недостатній розробленості обраної теми в галузі науки державного управління.

*Прикладний зміст реалізації державно-управлінської діяльності у сфері оздоровчої рухової активності висвітлено крізь призму глобалізаційного підходу (керівні рекомендації ВООЗ) та національного виміру (Національна стратегія з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року). З позицій глобалізаційного виміру визначено типологію оздоровчої рухової активності та основні сектори державно-управлінського впливу (дозвілля, заняття, освіта, побут, транспорт, праця). Обґрунтовано, що державна політика України у сфері рухової активності формується та реалізується на основі таких механізмів: правовий механізм (законодавче забезпечення реалізації заходів державної політики у зазначеній сфері); інституційний механізм (формування легкодоступної для різних верств населення інфраструктури спортивних споруд; розвиток умов для рухової активності у сфері освіти, праці, дозвілля); координаційний механізм (взаємодія органів державної влади та органів місцевого самоврядування, а також міжсекторальна та міжгалузєва взаємодія у проведенні цільових заходів); соціально-психологічний механізм (формування ціннісних установок та рухової компетентності серед цільових груп населення); інформаційно-комунікаційний механізм (створення соціального медіа-простору для популяризації переваг оздоровчої рухової активності); механізми наукового супроводу, моніторингу та оцінки (розробка показників для оцінки рівня фізичного здоров'я різних груп населення та оцінки якості послуг з оздоровчої рухової активності). Підтверджена актуальність ґрунтовного дослідження управлінських повноважень місцевої влади щодо реалізації політики у сфері рухової активності населення на рівні глобальних міст України.*

**Ключові слова:** оздоровча рухова активність, державне управління, місцева влада, глобальні міста.

**Аннотация.** Проанализированы теоретические аспекты проблематики оздоровительной двигательной активности в различных областях науки (физическая культура и спорт, педагогические и медицинские науки). Акцентировано на недостаточной степени разработки темы в области науки государственного управления. Прикладное значение реализации государственно-управленческой деятельности в сфере оздоровительной двигательной активности исследовано сквозь призму глобализационного подхода (руководящие рекомендации ВОЗ) и национального измерения (Национальная стратегия по оздоровительной двигательной активности в Украине на период до 2025 года). С позиций глобализационного подхода определена типология оздоровительной двигательной активности и основные сектора государственно-управленческого воздействия (досуг, занятия, образование, быт, транспорт, труд). Обосновано, что государственная политика Украины в сфере двигательной активности формируется и реализуется на основе следующих механизмов: правовой механизм (законодательное обеспечение реализации мероприятий государственной политики в указанной сфере); институциональный механизм (формирование легкодоступной для различных слоев населения инфраструктуры спортивных сооружений, развитие условий для двигательной активности в сфере образования, труда, досуга); координационный механизм (взаимодействие органов государственной власти и органов местного самоуправления, а также межсекторальное и межотраслевое взаимодействие в проведении целевых мероприятий); социально-психологический механизм (формирование ценностных установок и двигательной компетентности среди целевых групп населения); информационно-коммуникационный механизм (создание социального медиа-пространства для популяризации преимуществ оздоровительной двигательной активности); механизмы научного

сопровождения, мониторинга и оценки (разработка показателей для оценки уровня физического здоровья различных групп населения и оценки качества услуг по оздоровительной двигательной активности). Подтверждена актуальность обстоятельного исследования управленческих полномочий местной власти по реализации политики в сфере двигательной активности населения на уровне глобальных городов Украины.

**Ключевые слова:** оздоровительная двигательная активность, государственное управление, местные власти, глобальные города.

**Summary.** *The present article analyzes theoretical aspects of the issues of health-improving physical activity in various branches of science (physical culture and sports, pedagogical and medical sciences). Emphasis is placed on the insufficient development of the chosen topic in the field of public administration discipline.*

*The applied content of the implementation of public administration function in the field of health-improving physical activity is covered through the prism of the globalization approach (WHO guidelines) and the national dimension (National Strategy for health-improving physical activity in Ukraine until 2025). From the standpoint of the globalization dimension, the typology of health-improving physical activity and the main sectors of public administration impact (leisure, occupation, education, life, transport, and employment) are determined. It is substantiated that the public policy of Ukraine in the field of physical activity is formed and implemented on the basis of the following mechanisms: legal mechanism (legislative support for the implementation of public policy measures in this area); institutional mechanism (formation of sports facilities infrastructure easily accessible for different segments of the population; development of conditions for physical activity in the field of education, labor, and leisure); coordination mechanism (interaction of public*

*authorities and local governments as well as intersegmental and intersectoral cooperation in the implementation of targeted activities); socio-psychological mechanism (formation of values and motor competence among the target population); information and communication mechanism (creation of a social media space to promote the benefits of health-improving physical activity); and mechanisms of research support, monitoring and evaluation (development of indicators to assess the level of physical health of various population groups and assess the quality of services for physical fitness). The relevance of a thorough study of the managerial powers of local authorities to implement policies in the field of physical activity at the level of global cities in Ukraine has been confirmed.*

***Key words:** health-improving physical activity, public administration, local government, global cities.*

**Постановка проблеми.** Соціальна сутність будь-якої держави визначається через зміст її конституційних засад стосовно політики у сфері освіти, охорони здоров'я, соціального захисту тощо [1]. Найбільш пріоритетною сферою соціальної політики в сучасному світі є сфера охорони здоров'я як основа розвитку людського капіталу. При цьому левову частку популяційного здоров'я формує спосіб життя, точніше відсутність поведінкових шкідливих звичок, які спричиняють розвиток хронічних захворювань та ризик передчасної смертності. Тож пріоритетним напрямом глобальної політики здоров'язбереження є не стільки розвиток медичної інфраструктури в національних моделях управління системою охорони здоров'я, скільки розширення меж політики стосовно формування здорового способу життя в національному позамедичному просторі. Все вищезначене потребує здійснення ґрунтовного розгляду не тільки теоретичних положень, але й практичного змісту, зокрема з позицій державно-управлінської діяльності.

**Аналіз останніх досліджень.** Вітчизняний науковий простір нині має широку палітру наукових підходів до визначення багатьох аспектів змісту поняття «оздоровча рухова активність» в різних галузях науки. Так, дослідник І.Ріпак розглядає рухову активність дорослої людини як підхід до зміцнення здоров'я, підвищення рівня працездатності та збільшення періоду активного довголіття [2]. Як складову фізичного виховання розглядає це поняття О. Литвин, виокремлюючи такі види рухової активності як: оздоровча рухова активність, професійно-орієнтована рухова активність, побутова рухова активність [3]. Вітчизняний дослідник М. Дутчак в контексті науки «Фізичне виховання та спорт» розглядає рухову активність у межах наукового конструкту «спорт для всіх», який дослідник називає самостійним соціальним явищем [4]. Отже, в теоретичному плані дослідники по-різному підходять до трактування змісту цього поняття. Так само й прикладний зміст поняття «оздоровча рухова активність» по-різному відображений у низці нормативно-правових актів, які формують вітчизняний та міжнародний правовий простір для реалізації національними урядами політики з оздоровчої рухової активності населення. Тому метою дослідження є ґрунтовний розгляд теоретичних та прикладних аспектів сутності поняття «оздоровча рухова активність» як окремої та актуальної сфери державно-управлінської діяльності.

**Основний зміст дослідження.** Зазвичай, поняття «оздоровча рухова активність» розглядають, насамперед, з позицій медичних наук як можливість справлятися з фізіологічними потребами повсякденного життя без додаткової втомлюваності; ліквідувати певні дисфункції в організмі людини; контролювати тиск та вагу тіла, якщо загрожує надмірність; сповільнювати процеси старіння організму та запобігати ментальній деградації тощо [5].



О. Фурманов та М. Юспа розглядають «оздоровчу рухову активність» як багаторазове явище, яке носить свідомий характер і реалізується у сфері дозвілля через застосування різноманітних засобів фізичної культури (тренажерів) або без них, з метою розвитку, удосконалення та відновлення адаптаційних, фізичних, емоційно-духовних можливостей організму людини [6].

Дослідник І. Кулік трактує поняття «оздоровча рухова активність» виключно як відпочинок, в рамках якого людина здатна до відновлення своїх сил за допомогою різноманітних засобів фізичного виховання як-то спортивні та рухливі ігри, полювання, виконання фізичних вправ, туризм, фізкультурно-оздоровчі розваги тощо [7].

В. Столяров дещо розширює рамки понятійного сприйняття категорії «оздоровча рухова активність» й пропонує її розглядати у межах такого концепту як «оздоровчо-рекреаційна рухова активність» [8]. Такий формат тлумачення дозволяє трактувати поняття оздоровчої рухової активності як певний вид діяльності, заснованої на виконанні рухів, метою яких є емоційно-активний відпочинок, розваги, відновлення фізичних і психічних сил, отримання задоволення від рухової діяльності, участь у неформальному спілкуванні з партнерами чи природою у процесі виконання рухливої діяльності.

Т. Круцевич розглядає рухову активність як суму рухів, яку людина здійснює упродовж певного проміжку часу [9]. На думку дослідниці доцільно визначати звичайну (побутова діяльність, гігієнічні процедури) та спеціально організовану рухову активність (оздоровча і спортивна діяльність, активний відпочинок).

В.Зімцова, С.Приймак розглядають рухову активність як наслідок відповідної суми знань про вплив фізичних вправ на організм та чинником додаткової потреби у русі й наголошують на необхідності формування стійкої мотивації щодо занять оздоровчою руховою активністю [10].

Д.Малкова й М.Дутчак зазначають, що сучасна парадигма оздоровчої рухової активності, як світовий тренд політики здоров'язбереження, базується на концепції формування здоров'я шляхом залучення широких верств населення до здорового способу життя. Тож оздоровча рухова активність є ключовим чинником здорового способу життя [11]. На активності молоді, що є елементом здорового способу життя, та запобігає формуванню шкідливих звичок та асоціальної поведінки у молодіжному середовищі наголошує і вітчизняний дослідник Є.Бородін [12]. Зокрема, він неодноразово наголошував на тому, що здоровий спосіб життя є одним із структурних напрямів сучасної молодіжної політики в Україні.

Ю.Бойчук і А.Турчинов акцентують, що підтримання здоров'я на належному рівні вимагає оптимальної рухової активності [13]. Її реалізація відбувається на підставі усвідомленої дії як результативного прояву сформованої компетентності з питань рухової активності. Зазначена компетентність не існує сама по собі, а є складовою здоров'язбережувальної компетентності особистості.

М.Візітей розглядає рухову активність з позицій двосторонньої дії, а саме з позицій того, що здійснює сам суб'єкт, а також з позицій того, що здійснюється з цим суб'єктом [14]. Тобто, в контексті державно-управлінської діяльності постає необхідність розгляду поняття «рухової активності» в площині суб'єктно-суб'єктних та суб'єктно-об'єктних відносин.

В Україні показник залучення містян до регулярних занять руховою активністю, залежить, як встановили В.Корягін, О.Блават, О.Безгребельна, Т.Людовік, від створення органами місцевого самоврядування належних умов для забезпечення таких занять [15]. Тож функції органів місцевого самоврядування у формуванні та реалізації політики здоров'язбереження на основі удосконалення державно-управлінської діяльності у розвитку



сфер позамедичного спрямування (освіта, фізкультура і спорт, туризм, рекреація, дозвілля тощо) є надзвичайно затребуваним напрямом у розробці наукових та прикладних підходів в управлінській діяльності [16; 17].

У галузі науки «Державне управління» проблематика оздоровчої рухової активності тільки починає розроблятися, а тому вивчаються, переважно, проблеми більш широкого змісту, - різні аспекти державного управління у сфері фізичної культури та спорту (В.Базенко, І. Гасюк, В. Кононович, В. Корж, О.Кузьменко, С.Ліщук), що апріорно поглинає поняття «рухова активність», і залишає його поза межами наукового дискурсу.

Враховуючи відсутність на сучасному етапі в теорії державного управління чітко визначеного тлумачення поняття “державне управління у сфері оздоровчої рухової активності” пропонується під державним управлінням у сфері оздоровчої рухової активності розуміти вид діяльності держави, яка полягає у здійсненні управлінського організуючого впливу на цю сферу шляхом використання повноважень органів виконавчої влади та органів місцевого самоврядування, представників громадськості та бізнес партнерів через організацію виконання законів, здійснення управлінських функцій з метою комплексного розвитку в Україні системи оздоровчої рухової активності населення, а також забезпечення політики здоров’язбереження на індивідуальному рівні управління шляхом формування рухової компетентності серед усіх соціально-вікових груп населення.

В рамках наднаціональної системи управління ВООЗ розробила для національних урядів більше 20 рекомендацій щодо здорового способу життя та актуалізації напрямку рухової активності як окремої сфери державного управління. За рекомендаціями ВООЗ, керівники міст та інші особи, які приймають рішення, можуть забезпечити лідерство,

легітимність і сприятливе середовище для розробки і реалізації політики, що підтримує активний спосіб життя для всіх громадян [18]. Нові керівні принципи ВООЗ (2020) для національних урядів надають рекомендації для розробки політики рухової активності як для цільових груп загального охоплення (діти, підлітки, дорослі, люди похилого віку), так і для специфічних цільових груп (вагітні і жінки в післяпологовому періоді; люди, що живуть з хронічними захворюваннями або інвалідністю). Тож нові керівні принципи ВООЗ (2020) дозволяють нам уперше запропонувати в науці державного управління типологію рухової активності: «загальна оздоровча рухова активність» та «адаптивна оздоровча рухова активність», що буде суттєво впливати на розробку заходів політики на рівні національному рівні [19]. ВООЗ визначає оздоровчу рухову активність як будь-який рух тіла, який виробляється скелетними м'язами і вимагає витрат енергії. Вона може здійснюватись у різних сферах життєдіяльності людини (дозвілля, заняття, освіта, побут, транспорт, праця).

На національному рівні прикладний аспект оздоровчої рухової активності у фокусі державно-управлінської діяльності формує прийнята в 2016 році Національна стратегія з оздоровчої рухової активності на період до 2025 року «Рухова активність – здоровий спосіб життя – здорова нація» [20]. Вважаємо, що Національна стратегія є концептуальною основою для виокремлення державно-управлінської діяльності у сфері оздоровчої рухової активності як самостійного напрямку державної політики. Це дозволяє структурувати зміст державно-управлінської діяльності у зазначеній сфері за пріоритетними напрямками, які реалізуються на підставі таких механізмів державного управління: *правовий механізм* (законодавче забезпечення реалізації заходів державної політики у зазначеній сфері); *інституційний механізм* (формування легкодоступної для різних верств населення інфраструктури спортивних споруд; розвиток

умов для рухової активності у сфері освіти, праці, дозвілля); *координаційний механізм* (взаємодія органів державної влади та органів місцевого самоврядування, а також міжсекторальна та міжгалузева взаємодія у проведенні цільових заходів); *соціально-психологічний* (формування ціннісних установок та рухової компетентності серед цільових груп населення); *інформаційно-комунікаційний* (створення соціального медіа-простору для популяризації переваг оздоровчої рухової активності); *механізми наукового супроводу, моніторингу та оцінки* (розробка показників для оцінки рівня фізичного здоров'я різних груп населення та оцінки якості послуг з оздоровчої рухової активності).

З державницьких позицій очевидно, що синергетичним ефектом активізації державної політики розвитку оздоровчої рухової активності є не тільки суто медичний соціальний ефект, але й кумулятивний ефект розвитку різних галузей національної економіки та українського суспільства загалом. Зазначене актуалізує необхідність більш ґрунтовного дослідження управлінських повноважень місцевої влади щодо реалізації політики у сфері рухової активності населення на рівні глобальних міст України, в яких проживає майже третина населення держави. Тому висловлюємо переконання, що державна політика у сфері оздоровчої рухової активності населення забезпечує на міжнародному рівні підвищення іміджу української держави як сучасної демократичної правової соціальної та спортивної держави, адже вона реалізується в рамках євроінтеграційної парадигми державного управління [21].

**Висновки дослідження та пропозиції.** Підсумовуючи представлений матеріал щодо проблематики оздоровчої рухової активності можемо зробити такі висновки:

- тема оздоровчої рухової активності є надзвичайно актуальною науковою проблемою, яка має багатогалузевий контекст та є найбільш розробленою у спортивних, педагогічних на медичних науках;

- кількість наукових розробок проблематики оздоровчої рухової активності населення в галузі науки державного управління є дуже обмеженою, а існуючі наукові праці, переважно, фокусують увагу на питаннях управління фізичною культурою та спортом у широкому розумінні цієї проблеми, в той час еволюційні зміни суспільних відносин в епоху інформаційних технологій створили об'єктивні умови для виокремлення оздоровчої рухової активності як самостійну сферу державно-управлінської діяльності на всіх рівнях управління;
- проблемне поле наукових праць в контексті управлінських повноважень місцевої влади з актуалізації політики рухової активності міського населення в Україні є практично не розробленим напрямом, особливо на рівні глобальних міст, що обумовлює необхідність перспективних наукових досліджень у цьому напрямку.

Перспективним напрямом подальших наукових розвідок цієї теми вважаємо дослідження управлінських повноважень місцевої влади щодо реалізації політики у сфері рухової активності населення на рівні глобальних міст України.

### **Література**

1. Конституція України. URL: <http://zakon1.rada.gov.ua>
2. Ріпак І. Методика визначення рухової активності дорослого населення: Метод. рек. / І. М. Ріпак; Львів. держ. ін-т фіз. культури. Л., 2002. 42 с.
3. Литвин О. Т. Історичні передумови і теоретико-методологічні основи сучасної системи фізичного виховання : автореф. дис... канд. наук з фіз. виховання і спорту / О. Т. Литвин; Нац. ун-т фіз. виховання і спорту України. К., 2008. 20 с.
4. Дутчак М. Національна стратегія з оздоровчої рухової активності в Україні: передумови, методологічні засади та основні завдання / М.

- Дутчак // І установча науково-практична конференція «Здоровий спосіб життя, фізична культура, спорт. Актуальні питання спортивної медицини. Реабілітація: фізична, медична, психологічна». Київ, 2014. С. 48-53.
5. Міхеєнко О. І. Комплексна методика оцінки рівня здоров'я організму людини / О. І. Міхеєнко // Проблеми фізичного виховання і спорту. 2011. № 6. С. 93-101.
  6. Фурманов А.Г. Оздоровительная физическая культура: учеб. для студ. вузов / А.Г. Фурманов, М.Б. Юспа. Минск : Тесей, 2003. 528 с.
  7. Кулік І.Г. Оздоровчо-спортивна рекреація і студентська молодь / І.Г. Кулік // Вісник КДУ імені Михайла Остроградського. Випуск 5/2010 (64). Частина 1. С. 208-210.
  8. Столяров В. И. Спорт, свободное время и образ жизни / В. И. Столяров // Теория и практика физической культуры. М., 1976. № 11. С. 45-48.
  9. Теорія і методика фізичного виховання: підруч. для студ. ВНЗ фіз. виховання і спорту: у 2-х т. Т. 2. Методика фізичного виховання різних груп населення / ред.: Т. Ю. Круцевич. К. : Олімп. л-ра, 2008. 367 с.
  10. Зімцова В., Приймак С. Рухова активність в структурі способу життя чоловіків середнього віку. URL: <http://repository.ldufk.edu.ua/bitstream/34606048/3504/1/Zemtsova%20V..pdf>
  11. Дутчак М. Актуалізація дослідження проблеми оцінювання якості фітнес-послуг в Україні / М. Дутчак, Д. Малкова // Спортивний вісник Придніпров'я. 2017. № 3. С. 37-41. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/svp\\_2017\\_3\\_8](http://nbuv.gov.ua/UJRN/svp_2017_3_8)
  12. Бородін Є. І., Хохич І. М. Визначення понять «активність молоді» та «участь молоді» в молодіжній політиці: державно-управлінський

- аспект. Державне управління та місцеве самоврядування. 2012. №3(14). С. 20-28. URL: [http://www.dbuapa.dp.ua/vidavnictvo/2012/2012\\_03\(14\)/12beidua.pdf](http://www.dbuapa.dp.ua/vidavnictvo/2012/2012_03(14)/12beidua.pdf)
13. Бойчук Ю. Сутність здоров'язбережувальної компетентності в контексті валеологічної парадигми / Ю. Бойчук, А. Турчинов // Проблеми інженерно-педагогічної освіти». 2015. № 48-49. URL: <http://journals.uraua/index.php/2074-8922/article/view/103134>
14. Визитей Н.Н. Теория физической культуры: к корректировке базовых представлений // Философские очерки. М.: Советский спорт, 2009. 184 с.
15. Корягін В.М., Блавт О.З., Безгребельна О.П., Людовік Т.В. Оздоровча фізична культура в житті дорослого населення // Теорія та методика фізичного виховання. 2012. № 05. С.8-12.
16. Євсєєва О. О. Стратегічні напрями соціального розвитку, шляхи державного регулювання: монографія / О. О. Євсєєва. Київ: СПДФО Коваленко В. Ф., 2011. 524 с.
17. Корж В.П. Нормативно-правове та організаційно-управлінське забезпечення розвитку фізичної культури і спорту в Україні / В.П. Корж, Ю.О. Павленко, М.В. Дутчак, О.К. Артем'єв, В.П. Карленко, В.О. Дрюков // Актуальні проблеми фізичної культури і спорту. 2006. №10. С. 4-12.
18. Global action plan on physical activity 2018–2030: more active people for a healthier world. URL: <https://www.who.int/publications/i/item/9789241514187>
19. WHO2020. Physical activity. URL: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>
20. Про Національну стратегію з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року «Рухова активність – здоровий спосіб життя – здорова нація»: Указ Президента / Офіційний вісник Президента



України. № 6. 2016. С. 25. URL:  
<http://zakon5.rada.gov.ua/laws/show/42/2016>

21. Стратегія сталого розвитку «Україна-2020»: указ Президента України від 12 січня 2015 року №5. URL:  
<https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/5/2015#Text>

### References

1. Konstytucija Ukrainy. URL: <http://zakon1.rada.gov.ua>
2. Ripak I. Metodyka vyznachennja rukhovoji aktyvnosti doroslogho naselennja: Metod. rek. / I. M. Ripak; Ljviv. derzh. in-t fiz. kuljтуры. L., 2002. 42 с.
3. Lytvyn O. T. Istorychni peredumovy i teoretyko-metodologhichni osnovy suchasnoji systemy fizychnogho vykhovannja : avtoref. dys... kand. nauk z fiz. vykhovannja i sportu / O. T. Lytvyn; Nac. un-t fiz. vykhovannja i sportu Ukrainy. K., 2008. 20 с.
4. Dutchak M. Nacionaljna strateghija z ozdorovchoji rukhovoji aktyvnosti v Ukraini: peredumovy, metodologhichni zasady ta osnovni zavdannja / M. Dutchak // I ustanovcha naukovopraktychna konferencija «Zdorovyj sposib zhyttja, fizychna kuljtura, sport. Aktualjni pytannja sportyvnoji medycyny. Reabilitacija: fizychna, medychna, psykhologhichna». Kyjiv, 2014. S. 48-53.
5. Mikhejenko O. I. Kompleksna metodyka ocinky rivnja zdorov'ja orghanizmu ljudy ny / O. I. Mikhejenko // Problemy fizychnogho vykhovannja i sportu. 2011. # 6. S. 93-101.
6. Furmanov A.G. Ozdorovitelnaya fizicheskaya kultura: ucheb. dlya stud. vuzov / A.G. Furmanov, M.B. Yuspa. Minsk : Tesey, 2003. 528 s.
7. Kulik I.Gh. Ozdorovcho-sportyvna rekreacija i studentsjka molodj / I.Gh. Kulik // Visnyk KDU imeni Mykhajla Ostroghradsjkogho. Vypusk 5/2010 (64). Chastyna 1. S. 208-210.

8. Stolyarov V. I. Sport, svobodnoe vremya i obraz zhizni / V. I. Stolyarov // Teoriya i praktika fizicheskoy kultury. M., 1976. № 11. S. 45-48.
9. Teorija i metodyka fizychnogho vykhovannja: pidruch. dlja stud. VNZ fiz. vykhovannja i sportu: u 2-kh t. T. 2. Metodyka fizychnogho vykhovannja riznykh ghrup naselennja / red.: T. Ju. Krucevych. K. : Olimp. 1-ra, 2008. 367 c.
10. Zimcova V., Pryjmak S. Rukhova aktyvnistj v strukturi sposobu zhyttja cholovikiv serednjogho viku. URL: <http://repository.ldufk.edu.ua/bitstream/34606048/3504/1/Zemtsova%20V..pdf>
11. Dutchak M. Aktualizacija doslidzhennja problemy ocinjuvannja jakosti fitnes-poslugh v Ukraini / M. Dutchak, D. Malkova // Sportyvnyj visnyk Prydniprov'ja. 2017. # 3. S. 37-41. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/svp\\_2017\\_3\\_8](http://nbuv.gov.ua/UJRN/svp_2017_3_8)
12. Borodin Je. I., Khokhych I. M. Vyznachennja ponjatj «aktyvnistj molodi» ta «uchastj molodi» v molodizhnij polityci: derzhavno-upravlinsjkyj aspekt. Derzhavne upravlinnja ta misceve samovrjaduvannja. 2012. #3(14). S. 20-28. URL: [http://www.dbuapa.dp.ua/vidavnictvo/2012/2012\\_03\(14\)/12beidua.pdf](http://www.dbuapa.dp.ua/vidavnictvo/2012/2012_03(14)/12beidua.pdf)
13. Bojchuk Ju. Sutnistj zdorov'jazberezhuvaljnoji kompetentnosti v konteksti valeologhichnoji paradyghmy / Ju. Bojchuk, A. Turchynov // Problemy inzhenerno-pedagoghichnoji osvity». 2015. # 48-49. URL: <http://journals.uran.ua/index.php/2074-8922/article/view/103134>
14. Vizitey N.N. Teoriya fizicheskoy kultury: k korrektyrovke bazovykh predstavleniy // Filosofskie ocherki. M.: Sovetskiy sport, 2009. 184 s.
15. Korjaghin V.M., Blavt O.Z., Bezghrebeljna O.P., Ljudovik T.V. Ozdorovcha fizychna kuljtura v zhytti doroslogho naselennja // Teorija ta metodyka fizychnogho vykhovannja. 2012. # 05. C.8-12.

16. Jevsjejeva O. O. Strateghichni naprjamy socialjnogho rozvytku, shljakhy derzhavnogho reghuljuvannja: monohrafija / O. O. Jevsjejeva. Kyjiv: SPDFO Kovalenko V. F., 2011. 524 s.
17. Korzh V.P. Normatyvno-pravove ta orghanizacijno-upravlinsjke zabezpechennja rozvytku fizychnoji kuljтуры i sportu v Ukrajinі / V.P. Korzh, Ju.O. Pavlenko, M.V. Dutchak, O.K. Artem'jev, V.P. Karlenko, V.O. Drjukov // Aktualjni problemy fizychnoji kuljтуры i sportu. 2006. #10. S. 4-12.
18. Global action plan on physical activity 2018–2030: more active people for a healthier world. URL: <https://www.who.int/publications/i/item/9789241514187>
19. WHO2020. Physical activity. URL: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>
20. Pro Nacionaljnu strateghiju z ozdorovchoji rukhovoji aktyvnosti v Ukrajinі na period do 2025 roku «Rukhova aktyvnistj – zdorovyj sposib zhyttja – zdorova nacija»: Ukaz Prezydenta / Oficijnyj visnyk Prezydenta Ukrajinj. # 6. 2016. S. 25. URL: <http://zakon5.rada.gov.ua/laws/show/42/2016>
21. Strateghija stalogho rozvytku «Ukrajinа-2020»: ukaz Prezydenta Ukrajinj vid 12 sichnja 2015 roku #5. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/5/2015#Text>