

3. Maksimenko A. M. (2007), Pedagogicheskaya praktika studentov po fizicheskomu vospitaniyu v shkole [Pedagogical practice of students in physical education in school], Fizicheskaya kultura, Moskva. (in Russ.)
4. Murashko N. (2008), Analiz uroku [Lesson analysis], Shkilnyj svit, Kyiv. (in Ukr.)
5. Konarzhevskiy Yu. A. (2013), Analiz uroka [Lesson analysis], Pedagogicheskij poisk, Moskva. (in Russ.)
6. Stecjuk L. I. (2014), Efektyvnyj urok: struktura, samoanaliz, analiz [Effective lesson: structure, introspection, analysis], ММК, Винница. (in Ukr.)
7. Shyjan B. M. (2007), Teorija i metodyka fizychnogho vykhovannja shkoljariv [Theory and methods of physical education of schoolchildren], Navchaljna knygha – Boghdan, Ternopilj. (in Ukr.)
8. Krucevych T. Ju. (2008), Teorija i metodyka fizychnogho vykhovannja [Theory and methods of physical education], Olimpijsjka literatura, Kyiv. (in Ukr.)
9. Naumchuk V. I. (2017), Teoretyko-metodychni osnovy navchannja sportyvnyh igr [Theoretical and methodological grounds of the sports games], Aston, Ternopilj. (in Ukr.)

УДК 796.322 : 796.021.6 : 796.071 : 001.328

ЕФЕКТИВНІСТЬ САМОСТІЙНИХ ЗАНЯТЬ ДЛЯ ПОКРАЩЕННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ ОЦІНЮВАННЯ РІВНЯ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ СТУДЕНТІВ КНТЕУ

Самоленко Т.В., Биковська Л.Б.

*02000, Київський національний торговельно-економічний університет, ул. Киото, 19,
м. Київ, Україна
t_gold88@ukr.net*

Досліджено рівень фізичної підготовки студентів, які за віком належать до однієї вікової категорії 18-20 років. У результаті отриманих даних було змінено відсоткове співвідношення навчального часу на розвиток фізичних якостей у студентів. У навчальному процесі студентам надавались самостійні домашні завдання, проводились індивідуальні консультації та розроблені щоденники самоконтролю. Проведені дослідження свідчать про ефективність самостійних занять у студентів КНТЕУ, що своєю чергою сприяє формуванню у молоді позитивного ставлення до занять фізичними вправами та спортом, потреби у регулярних заняттях з фізичного виховання та необхідності фізичного удосконалення. Отримані дані довели, що однією з важливих умов успішного навчання, підтримки розумової та фізичної працездатності на високому рівні є наявність великого запасу засвоєних алгоритмів виконання різноманітних рухових навичок. Аналізуючи результати дослідження, зроблено висновки, що завдання самостійної роботи дозволить покращити результати наступних оцінювань рівня фізичної підготовленості студентів. Отже, в університеті необхідно організувати різноманітні форми занять з підготовки до тестування. Для студентів заняття з фізичного виховання також проводити у формі секційних, факультативних, індивідуальних та консультативних.

Ключові слова: нормативи, самостійна робота, студент, тестування, фізична підготовленість.

ЭФФЕКТИВНОСТЬ САМОСТОЯТЕЛЬНЫХ ЗАНЯТИЙ ДЛЯ УЛУЧШЕНИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ ОЦЕНИВАНИЯ УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СТУДЕНТОВ КНТЭУ

Самоленко Т.В., Быковская Л.Б.

*02000, Киевский национальный торгово-экономический университет,
ул. Киото, 19, г. Киев, Украина
t_gold88@ukr.net*

Исследован уровень физической подготовки студентов, которые по возрасту относятся к одной возрастной категории 18-20 лет. В результате полученных данных было изменено процентное соотношение учебного времени, отводимого на развитие физических качеств у студентов. В учебном процессе студентам предоставлялись самостоятельные домашние задания, проводились индивидуальные консультации, были разработаны дневники самоконтроля. Проведенные исследования показывают эффективность самостоятельных занятий у студентов КНТЭУ, которые в свою очередь способствуют формированию у молодежи позитивного отношения к занятиям физическими упражнениями и спортом, потребности в регулярных занятиях по физическому воспитанию и необходимости физического совершенствования. Полученные данные показали,

Фізичне виховання та спорт

что одним из важных условий успешного обучения, является поддержка положительной физической работоспособности на высоком уровне и наличие достаточного запаса приобретенных алгоритмов выполнения различных двигательных навыков. Анализируя результаты исследования, сделаны выводы, что задачи самостоятельной работы позволяют улучшить результаты последующих оцениваний уровня физической подготовленности студентов. Таким образом, в университете необходимо организовать различные формы занятий по подготовке к тестированию. Для студентов занятия по физическому воспитанию также проводить в форме секционных, факультативных, индивидуальных и консультационных.

Ключевые слова: нормативы, самостоятельная работа, студент, тестирование, физическая подготовленность.

THE EFFICIENCY OF THE SELF-STUDY FOR IMPROVING OUTCOMES OF STUDENTS'S EVALUATION OF PHYSICAL FITNESS

Samoilenko T., Bykovskaya L.

02000, Kiev national trade-economical university, 19, Kioto Street, Kiev, Ukraine

t_gold88@ukr.net

It was investigated the level of physical fitness of students at the age of 18-20. The resulting data was changed the percentage of school time spent on development of physical qualities among students. In the process of study it was given independent homework assignments for students, held individual consultations, developed diaries of self-control. Studies have shown the effectiveness of self-study of students KNTEU, which in turn contribute to the formation of the youth's positive attitude to physical exercises and sports, needs in regular classes of physical education and necessary physical improvements. The data obtained showed that one of the important conditions of successful teaching, is to support positive physical capacity at a high level and sufficient stock of the acquired algorithms performing various motor skills. Analyzing the research results, it is concluded that the tasks of independent work allow to improve the results of subsequent assessments of the level of physical fitness of students. Thus, the University should organize different forms of activities on the preparation before the test. It is also necessary to spend classes of physical education in the form of sectional, optional, individual and consulting lessons.

Key words: standards, self-study, student, testing, physical fitness.

ПОСТАНОВКИ ПРОБЛЕМИ

Зв'язок здоров'я людини з основними, глобальними проблемами сучасності, що породжені особливостями соціально-економічного розвитку та науково-технічного прогресу, останнім часом невпинно загострюються. Тривожності додає ще й факт різкого зниження рівня фізичної активності людей на фоні екологічного дисбалансу і соціально-економічної нестабільності. Такі факти викликають занепокоєння. Вирішення цих проблем висуває на перший план необхідність розроблення системи заходів щодо зміцнення здоров'я, збільшення тривалості життя і підвищення працездатності.

Цілком очевидно, що питання, пов'язані з проблемою здоров'я, мають безпосереднє відношення до оздоровчого впливу занять фізичними вправами. Вони є засобом первинної і вторинної профілактики захворювань, збереження і зміцнення здоров'я [2].

Кабінетом міністрів України 09 грудня 2015 року була прийнята Постанова № 1045 згідно з якою Міністерству молоді та спорту, Міністерству освіти і науки, Міністерству внутрішніх справ, Міністерство оборони було доручено розробити упродовж 2016 року тести і нормативи для щорічного оцінювання фізичної підготовленості населення України та забезпечити з 2017 року його постійне проведення [7,8].

Статтею 26 п. 4 Закону України «Про вищу освіту», де серед завдань вищого навчального закладу передбачено утвердження в учасників освітнього процесу здорового способу життя, статті 34 п.17, де керівник вищого навчального закладу сприяє здоровому способу життя у здобувачів вищої освіти, зміцнення спортивно-оздоровчої бази вищого навчального закладу, створення належних умов для занять масовим спортом [11].

У законі України «Про фізичну культуру та спорт» зазначено, що фізична культура є обов'язковою навчальною дисципліною у навчальних закладах, зміст, форма, засоби рухової активності та методи проведення занять з фізичної культури визначаються навчальним закладом самостійно з урахуванням місцевих природних умов та інтересів молоді, і

найголовніше, керівники навчальних закладів зобов'язані забезпечувати створення сприятливих умов для належної рухової активності учнів та студентів [9].

Також розроблена Національна стратегія з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року «Рухова активність – здоровий спосіб життя – здорова нація», Схвалено Указом Президента України від 9 лютого 2016 року № 42/2016, якою передбачено:

- формування ціннісного ставлення юнацтва та молоді до власного здоров'я, покращення фізичного розвитку та фізичної підготовленості з урахуванням вимог майбутньої професійної діяльності;
- модернізація в навчальних закладах системи фізичного виховання, яке має бути органічно поєднаним з іншими компонентами здорового способу життя; посилення відповідальності керівників навчальних закладів за забезпечення, розвиток і модернізацію фізичного виховання та належний рівень рухової активності; забезпечення медико-педагогічного контролю за фізичним вихованням дітей у загальноосвітніх навчальних закладах;
- врегулювання питання щодо віднесення до педагогічного навантаження вчителів фізичної культури та відповідних науково-педагогічних працівників навчальних закладів функцій з надання ними учням та студентам консультацій з питань здорового способу життя [10].

Метою проведення оцінювання фізичної підготовленості населення України є: визначення та підвищення рівня фізичної підготовленості населення України, створення належних умов для фізичного розвитку різних груп населення, покращення його здоров'я, забезпечення здатності до високопродуктивної праці, захисту суверенітету і територіальної цілісності України, а також сприяння у вихованні патріотизму та громадянської позиції.

Результати тестування оцінювалися за чотирма рівнями фізичної підготовленості: високий, достатній, середній, низький. У повідомленні від 14.03.2017 року зазначено, що починаючи з 2017 року, проведення щорічного оцінювання фізичної підготовленості населення України стане головним показником системи контролю стану фізичного розвитку та здоров'я населення України, сприятиме формуванню в населення України потреби в руховій активності, формуванню здорового способу життя, патріотизму та національної свідомості населення України [6, 8]. Також головною метою заходу стане розвиток фізкультурно-спортивного руху в Україні та готовність до захисту Вітчизни, удосконалення спортивно-масової та оздоровчої роботи. Формування в молоді потреби в регулярних заняттях з фізичного виховання, спортом, постійним фізичним удосконаленням, формуванням позитивного ставлення до занять фізичними вправами в родині, організацією дозвілля студентської молоді та активного відпочинку після навчальних занять [3].

Регулярне оцінювання рівня фізичної підготовленості студентів дозволяє визначити індивідуальний рівень фізичної підготовки в кожному тестовому завданні з розвитку основних фізичних якостей та дозволяє викладачам фізичного виховання виявити переваги й недоліки застосованих засобів, методів навчання й форм проведення, на підставі їх аналізу скорегувати робочі плани на наступний навчальний рік [1,4].

Наказ № 1330 від 17.05.2017 року: ввести в дію Тимчасовий порядок проведення щорічного оцінювання фізичної підготовленості студентів КНТЕУ до затвердження вченою радою університету, здійснювати у відповідності до інструкції проведення, тестів і нормативів щорічного оцінювання фізичної підготовленості, узагальнення та подання інформації про результати проведення тестування [6].

РЕЗУЛЬТАТИ ДОСЛІДЖЕННЯ

Після прийняття Міністерством молоді та спорту України контрольних нормативів для щорічного оцінювання рівня фізичної підготовленості студентської молоді перед

викладачами кафедри фізичної культури КНТЕУ було поставлене завдання за допомогою цих тестів визначити рівень фізичної підготовленості студентів КНТЕУ та на основі отриманих даних відкоректувати робочу програму.

Загальні завдання цієї роботи полягали в тому, щоб за допомогою отриманих даних:

1. Вносити корективи в заняття з фізичного виховання, що дозволить сприяти зміцненню та збереженню здоров'я, нормальному фізичному розвитку та підтримці високого рівня працездатності студентів.
2. Забезпечити в період формування організму студентів всебічний розвиток фізичних якостей у молоді.
3. Закріпити, поповнити та удосконалити життєво важливі рухові уміння і навички.
4. Раціонально використовувати засоби фізичного виховання в особистому побуті та режимі навчання, у трудовій діяльності.
5. За необхідності проводити індивідуальні консультації студентів.

Методи дослідження. Використовувалися державні тести здобувачів вищої освіти (18-20 років), таблиця 1.

Таблиця 1 – Здобувачі вищої освіти (18-20 років)

№ з/п	Види тестів	Стать	Нормативи, бали			
			5	4	3	2
1	Рівномірний біг 3000м/хв, 2000 м/хв	ч	13,0	13,3	14,2	15,3
		ж	10,3	11,15	11,5	12,3
2	Підтягування на перекладині, кількість разів, або стрибок у довжину з місця, см	ч	14	12	11	10
			260	240	235	205
	Згинання і розгинання рук в упорі, лежачи на підлозі, кількість разів, або стрибок у довжину з місця, см	ж	25	21	18	15
			210	200	185	165
3	Біг на 100 м, с	ч	13,2	14,0	14,3	15,0
		ж	14,8	15,5	16,3	17,0
4	Човниковий біг 4 x 9 м, с	ч	9,0	9,6	10,0	10,4
		ж	10,4	10,8	11,3	11,6
5	Нахил тулуба вперед з положення сидячи, см	ч	13	11	9	6
		ж	20	18	16	9

У дослідженні брали участь 350 студентів (хлопці та дівчата) факультету ресторанно-готельного та туристичного бізнесу (ФРТБ), які за віком належать до однієї вікової категорії 18-20 років. Усі практично здорові. Дослідження проводились упродовж 2016-2017 навчального року, у спортивному комплексі Київського національного торговельно-економічного університету(КНТЕУ). Заняття проводились згідно з робочою програмою для груп загальної фізичної підготовки. Тестування поводитись двічі за навчальний рік (восени та навесні). На початку навчального року було визначено рівень фізичної підготовленості студентів, після закінчення другого семестру проведено друге тестування. Отримані дані показали, що необхідно внести корективи в навчальний процес студентів, а саме: більше часу на заняттях відводити на розвиток сили, витривалості та гнучкості, як у хлопців, так і в дівчат. У результаті отриманих даних було змінено відсоткове співвідношення навчального

часу на розвиток вищезазначених фізичних якостей у студентів. І внаслідок цього друге тестування виявило більший приріст цих показників і у хлопців, і в дівчат. Одночасно зі змінами в навчальному процесі студентам надавались самостійні домашні завдання, спрямовані на придбання нових життєво важливих рухових умінь і навичок та удосконалення фізичних якостей за допомогою підвідних вправ та фізичних вправ певного спрямування. Самостійні заняття студентів з фізичного виховання слід проводити в зручні години для них. Тренуватися слід не раніше ніж через дві години після прийому їжі, розпочинається кожне заняття з повільного бігу протягом 15 хвилин, закінчується 10-хвилинним бігом та вправами на розслаблення з глибоким диханням з метою приведення працездатності організму у відносно спокійний стан. Для розвитку витривалості застосовуються різноманітні методи тренування. Рівномірний безперервний метод – розвиває аеробні здібності, в яких виконуються циклічні одноразово-рівномірні вправи малої і помірної потужності. Змінний безперервний метод полягає в безперервному русі, цей метод називається методом гри швидкостей або «фартлек». Призначений для розвитку як спеціальної, так і загальної витривалості (біг по пересіченій місцевості, біг на дистанції від двох до десяти кілометрів). Інтервальний метод: тривалість вправ не перевищує двох хвилин; ЧСС у межах 170-180 ударів за одну хвилину в кінці роботи і 120 в кінці відпочинку; повторне виконання вправ відносно невеликої інтенсивності і тривалості з певним часом відпочинку. Найбільш поширеними є такі методи розвитку сили: метод максимальних зусиль (вправи виконуються із застосуванням граничних або близьких до граничних обтяжень до 90% від максимально можливого; у серії виконується три-п'ять повторень, за одне заняття виконується до п'яти серій, відпочинок між серіями до восьми хвилин); метод повторних зусиль (вправи виконуються обтяженням до 70% від максимально можливого, які виконуються серіями до десяти повторень, в одному занятті виконується до шести серій, відпочинок між серіями до чотирьох хвилин); метод динамічних зусиль (вправи виконуються з обтяженням до 30% від максимально можливого, в серії виконується до 25 повторень, кількість серій за одне заняття до шести. Відпочинок між серіями до чотирьох хвилин). Максимальна сила: найбільше зусилля, яке може призвести м'яз за одне скорочення. Вибухова, швидка сила: здатність проявити необхідну силу, подолавши опір з максимальною швидкістю. Силова витривалість: здатність багаторазово проявляти силові зусилля на необхідному рівні. Силу розвивають вправи, у яких є протидія великому опору за відносно короткий проміжок часу. Це вправи з власною вагою, зі штангою, гирями, мішками з піском, стрибки з обтяженням і без, метання снарядів зі збільшеною вагою. Оцінка силових здібностей: найбільш просто вимірюється рівень максимальної сили. Для цього студентам пропонується виконати певні вправи зі штангою, поступово доводячи вагу штанги до максимальної. Тестування проводять, як правило, в таких вправах, як присідання, ривок, поштовх. Вибухова сила характеризується співвідношенням величини зусилля і часу його досягнення. Найбільш просто оцінювати вибухову силу з таких тестів: стрибок в довжину з місця, потрійний стрибок, кидки ядра з різних положень. Силова витривалість – це здатність тривалий час підтримувати силові характеристики руху в заданому діапазоні. Найбільш поширеним тестом для оцінки силових витривалості є виконання стрибків з ноги на ногу на відрізку 100 м з реєстрацією часу виконання і кількості відштовхувань. Ступінь розвитку гнучкості є одним із основних факторів, що забезпечують рівень спортивної майстерності в різноманітних видах спорту. За умови недостатньої гнучкості різко ускладнюється і уповільнюється процес засвоєння рухових навичок. Засобами розвитку гнучкості є: повторні пружні рухи, активні вільні рухи з поступовим збільшенням амплітуди, пасивні вправи, що виконуються за допомогою партнера.

Зі студентами, які мали нижчі показники фізичної підготовленості у порівнянні зі своїми одногрупниками, проводились індивідуальні консультації.

Отже, всі студенти під час навчальних занять вивчили комплекси загальноорозвиваючих та спеціальних вправ.

Викладачі груп загальної фізичної підготовки вчили студентів використовувати дані самоконтролю для визначення самопочуття. Пояснювали, що правильно організовані заняття сприяють появі бадьорого, гарного самопочуття. Втома, спричинена фізичними навантаженнями, зникає ввечері або вранці наступного дня. А надмірно великі навантаження, які дуже часто повторюються, можуть стати причиною пригніченого стану, слабкості. Для самоконтролю було рекомендовано використовувати, як суб'єктивні дані – самопочуття, сон, апетит та об'єктивні дані самоконтролю. До них належали показники, які можна виразити в певних одиницях виміру (кілограмах, секундах, сантиметрах); зріст, вага, тиск, пульс.

Також були розроблені щоденники самоконтролю, у яких студенти записували показники свого самопочуття та виконання підвідних і спеціальних вправ певного спрямування. Внесені корективи в навчальний процес, проведення індивідуальних консультацій зі студентами, виконання студентами КНТЕУ домашнього завдання дозволило отримати вищі показники рівня фізичної підготовленості.

Отже, основними завданнями щорічного оцінювання є: визначення рівня фізичної підготовленості студентів; постійного самовдосконалення студентів за допомогою фізичного виховання; формування у студентів потреби в руховій активності; спрямування діяльності навчальних закладів, зокрема, на фізичний розвиток студентської молоді; надання можливості студентам самостійно оцінювати рівень фізичної підготовленості; сприяння формуванню здорового способу життя, патріотизму та національної свідомості України, підвищення рівня зацікавленості до служби в Збройних Силах, готовності до захисту Вітчизни; сприяння створенню належних умов для підготовки та проведення щорічного оцінювання студентів.

ВИСНОВКИ

Проведені дослідження свідчать про ефективність самостійних занять, які формують у студентів КНТЕУ потреби в регулярних заняттях з фізичного виховання, спортом, постійним фізичним удосконаленням, формуванням позитивного ставлення до занять фізичними вправами. Отримані дані довели, що однією з важливих умов успішного навчання, підтримки розумової та фізичної працездатності на високому рівні є наявність великого запасу засвоєних алгоритмів виконання різноманітних рухових навичок.

Велике занепокоєння викликає щорічне збільшення кількості студентів, які за станом здоров'я віднесені до спеціальної медичної групи та звільнених від практичних занять з фізичного виховання.

Отже, в університеті необхідно організувати різноманітні форми занять з підготовки до тестування. Для студентів старших курсів заняття з фізичного виховання проводити у формі секційних, факультативних, індивідуальних та консультативних.

Перспективи подальших досліджень полягають у вдосконаленні системи самостійних занять для студентської молоді.

ЛІТЕРАТУРА

1. Башавець Н. А. Стан захворюваності сучасної студентської молоді та шляхи його поліпшення [Текст] / Н. А. Башавець // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2011. – № 7. – С. 6–10.
2. Биковська Л.Б. Методичні рекомендації для самостійної роботи студентів усіх форм навчання «Фізичне виховання» / Л. Б. Биковська, Я. І. Ціпоренко // Центр підготовки

навчально-методичних видань. – К. : Київський національний торговельно-економічний університет, 2010. – 19с.

3. Онокало А. В. Основні аспекти проведення щорічного оцінювання фізичної підготовленості студентської молоді в Україні / А. В. Онокало, В. Г. Гамов. – К., 2017. – С. 56-57.
4. Приходько В. В. Педагогічний контроль у вищій школі [Текст]: навч. посібник / В. В. Приходько, В. Г. Вікторов / Заг. ред. і передмова В.В. Приходько. – Дніпропетровськ : Національний гірничий університет, 2009. – 150 с.
5. Наказ № 1330 від 17.05.2017 року, Тимчасовий порядок проведення щорічного оцінювання фізичної підготовленості студентів КНТЕУ, Київський національний торговельно-економічний університет, м. Київ.
6. Офіційний сайт – [Електронний ресурс] – Режим доступу: <http://ua.interfax.com.ua/news/sport/408785.html>.
7. Офіційний сайт – [Електронний ресурс] – Режим доступу: <http://www.kmu.gov.ua/control/ru/cardnpd?docid=248719427>.
8. Офіційний сайт – [Електронний ресурс] – Режим доступу: <http://zakon.kadrovik01.com.ua/regulations/8451/480034/>.
9. Офіційний сайт – [Електронний ресурс] – Режим доступу: <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/3808-12>.
10. Офіційний сайт – [Електронний ресурс] – Режим доступу: <http://www.president.gov.ua/documents/422016-19772>.
11. Офіційний сайт – [Електронний ресурс] – Режим доступу: <http://zakon3.rada.gov.ua/laws/show/1556-18>.

REFERENCES

1. Bashavets N.A. Stan zahchyovanosti sучасної студентської молоді та шляхи його поліпшення [Text] / N.A. Bashavets // Pedagogy, psychology and medico-biological problems of physical vihovannya and sports. – 2011. – № 7. – P. 6-10.
2. Bikovska L.B. Methodical recommendations for self-study robotics of students in various forms of Navicana "Fizichne vihovannya" / L.B. Bikovska, Ya.I. Tsiporenko // Center for the Preparation of Naval-Methodical Vidan. – К. : Kiev National Economic and Trade University, 2010. – 19с.
3. Onokalo A.V. The basic aspects of conducting a college education course in the field of student writing in Ukraine / A.V. Onokalo, V.G. Gamow. – К., 2017. – P. 56-57.
4. Prikhodko V.V. Педагогічний контроль у вищій школі [Text]: навч. посібник / В.В. Prikhodko, V.G. Вікторов / Заг. Ed. і before V.V. Prikhodko. – Дніпропетровськ : National Children's University, 2009. – 150 с.
5. Instruction No. 1330 dated May 17, 2017, Timchasovy order of the conduct of the official registration of students in the KNTEU, Kyiv National Economic and Trade University, Kyiv.
6. OFFICIAL site – [Electronic resource] – Access mode: <http://ua.interfax.com.ua/news/sport/408785.html>.
7. OFFICIAL site – [Electronic resource] – Access mode: <http://www.kmu.gov.ua/control/en/cardnpd?docid=248719427>.
8. OFFICIAL site – [Electronic resource] – Access mode: <http://zakon.kadrovik01.com.ua/regulations/8451/480034/>.
9. OFFICIAL site – [Electronic resource] – Access mode: <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/3808-12>.
10. OFFICIAL site – [Electronic resource] – Access mode: <http://www.president.gov.ua/documents/422016-19772>.
11. OFFICIAL site – [Electronic resource] – Access mode: <http://zakon3.rada.gov.ua/laws/show/1556-18>.