

4. Lechebnaia fizycheskaia kultura: ucheb. dlia stud. vyssh. ucheb. zavedenyi; pod red. S.N. Popova [Therapeutic physical culture: textbook. for students. higher textbook routine; under ed. S.N. Popova]. Moskva: Yzdatelskiy tsentr «Akademyia», 2004. 416 p. (In Russian).
5. Mukhin V. M. (2009) Fizychna reabilitatsiia: pidruchnyk [Physical rehabilitation: a textbook]. Kyiv: Olimp. I-ra. 488 s. (In Ukraine).
6. Sadat K. N., Kalmykov S. A. (2015) Kliniko-fiziologichni osnovy dlia skladannia kompleksnykh prohram z fizychnoi reabilitatsii osib, khvorykh na khronichniy hastryt [Clinical and physiological basis for the preparation of comprehensive programs for physical rehabilitation of persons with chronic gastritis]. Fizychna kultura, sport ta zdorovia [Physical culture, sports and health]. pp. 244-246. (In Ukraine).
7. Sukhan V. S., Dychka L. V., Blaha O. S. (2014) Likuvalna fizychna kultura pry zakhvoriuvanniakh orhaniv travlennia: metodychni rekomendatsii [Therapeutic physical culture in diseases of the digestive system: guidelines]. Uzhhorod. 2014. 42 s. (In Ukraine).
8. Chastnaia fizyoterapiia: uchebnoe posobyie; pod red. H.N. Ponomarenko [Private physiotherapy: textbook; under ed. H.N. Ponomarenko]. Moskva: OAO Yzdatelstvo «Medytsyna», 2005. 744 s. (In Russian).

DOI 10.31392/NPU-nc.series 15.2020.7(127).31
УДК: 796.01-94(4/9)

Сайчук М.М.

кандидат наук з фізичного виховання та спорту

Національний університет оборони України імені Івана Черняхівського, м. Київ

ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА В ДИСКУРСІ ЄВГЕНІЧНОГО ЦІЛЕПОКЛАДАННЯ

Історію розвитку фізичної культури і спорту досить об'єктивно можна представити в концепті цілепокладання. У період існування СРСР фізична культура обслуговувала зовнішнє політичне цілепокладання, тоді як внутрішня логіка розвитку до уваги майже не бралась. Лише протягом 1920-х років у фізичній культурі відбувалась дискусія щодо бажаного ціннісного цілепокладання радянської фізичної культури. Оздоровче цілепокладання фізичної культури артикулювалось модним на той час словом «євгеніка». Вперше український вчений В.Я. Підгаєцький йде в ногу з часом і у 1921 р. започатковує секцію євгеніки при Інституті фізичної культури ВУАН у Києві. Наприкінці 1920-х років євгеніка проголошується «лженаукою» і стейкхолдери оздоровчого вектору розвитку радянської фізичної культури вигадують новий термін – «євфеніка», намагаючись відстояти євгенічне ціннісне цілепокладання. Концепція «євфеніки», як напрямку із покращення успадкованих задатків, а не спадковості розвитку, не набула і залишилась ідеалістичним теоретичним дискурсом.

Ключові слова: євгеніка, євфеніка, цілепокладання, фізична культура

Саинчук Н.Н. Физическая культура в дискурсе евгенического целеполагания. Историю развития физической культуры и спорта достаточно объективно можно представить в концепте целеполагания. В период существования СССР физическая культура обслуживала внешнее политическое целеполагание, тогда как внутренняя логика развития во внимание почти не бралась. Только на протяжении 1920-х годов в физической культуре велись теоретические дискуссии относительно желаемого ценностного целеполагания советской физической культуры. Оздоровительное целеполагание физической культуры артикулировалось модным в то время словом «евгеника». Впервые украинский ученый В. Я. Подгаецкий идет в ногу со временем и в 1921 г. финансирует секцию евгеники при Институте физической культуры ВУАН в Киеве. В конце 1920-х годов евгеника провозглашается «лженаукой» и стейкхолдеры оздоровительного вектора развития советской физической культуры придумывают новый термин – «евфеника», пытаются отстоять евгенические ценностное целеполагание. Концепция «евфеники», как направления по улучшению унаследованных задатков, а не наследственности, не получила развития и осталась идеалистическим теоретическим дискурсом.

Ключевые слова: евгеника, евфеника, целеполагание, физическая культура

Sainchuk M.M. Physical culture in the discourse of eugenic goal-setting. The history of the development of physical culture and sports can be presented quite objectively in the concept of goal setting. During the existence of the USSR, physical culture served external political goal-setting, while the internal logic of development was hardly taken into account. It was only during the 1920s that there was a discussion in physical culture about the desired value goal-setting of Soviet physical culture. Health-improving goal-setting of physical culture was articulated by the then fashionable word "eugenics". For the first time, the Ukrainian scientist V. Pidhayetsky kept up with the times and in 1921 he started the eugenics section at the Institute of Physical Culture of the Ukrainian Academy of Sciences in Kyiv. In the late 1920s, eugenics was declared a "pseudoscience," and stakeholders in the health vector for the development of Soviet physical culture coined a new term, "euphenics", in an attempt to defend eugenic value-setting. The concept of "euphenics" as a direction to improve inherited traits, rather than heredity, has not developed and remains an idealistic theoretical discourse.

Keywords: eugenics, euphenics, goal setting, physical culture.

Постановка проблеми. Фізична культура як культурний та соціальний феномен має багато цікавих сторінок в

історії своєї інституціоналізації. Так звані «білі плями» чи недосліджені питання також присутні. Однією з небагатьох погано висвітлених тем можна назвати дискурс евгенічного цілепокладання для фізичної культури, котрий активно артикулювався впродовж 1920-х років. За великим рахунком це був той же оздоровчий дискурс, що й зараз на авансцені аксіологічного цілепокладання фізичної культури, який для сучасного розуміння видається ідеалістичним, наївним. Сьогодні науково доведено, що рухова активність у формі фізичного виховання чи спортивно-рекреаційній здатна як оздоровлювати людей, так і бути превентивним засобом від різноманітних захворювань. Компетентні організації пропагують глобальні рекомендації [20-21], щодо часу і характеру фізичних вправ/фізичного навантаження, щоб отримати максимальні вигоди для себе. Громадські організації втілюють свої ініціативи в просуванні фізично активного способу життя різних груп населення [14]. Тоді, в 1920-х роках, такої інформації не було, але елементарні дослідження та спостереження показували позитивний вплив фізичної культури для гігієни тіла. Не варто забувати про тотальну теоретичну ідеалістичність різних дискурсів у СРСР, включно із самим комунізмом. Тож, досить ідеалістична для сучасного сприйняття ціль фізичної культури для тогочасного історичного періоду була актуальною.

Аналіз літературних джерел. Період становлення СРСР-івської фізичної культури до II Світової Війни, звісно, висвітлювався в радянській фізкультурно-спортивній літературі, однак, про об'єктивність тієї інформації говорити не приходиться. У «період гласності» О.Б. Суник у авторефераті дисертації 1920-ті – першу половину 1930-х років показав як інтенсивний процес утвердження марксистсько-ленінської методології при становленні і формуванні радянської історії фізичної культури як науки, але також зауважив на нерозкритості процесу становлення радянської системи фізичного виховання [16]. В Україні Ю.О. Тимошенко захищено дисертацію щодо умов та специфіки розвитку спорту й фізичного виховання в радянській Україні 1920-1940-х років. Ним обґрунтовано «концепцію проведення відвертої мілітаризації фізкультурно-спортивної сфери, відповідно до чого влада вклала власний зміст в організовану рухову активність, через що мала б сприйматись вже не як засіб виховання здорового пролетаріату (попри такі гасла), а як мобілізаційний ресурс, спосіб підвищення загальної підготовки населення» [17, с. 3]. Для СРСР характерним було роздвоєння на теоретичний дискурс і практичне цілепокладання. Фізична культура не була виключенням. Всебічна гармонійно розвинена особистість була таким собі метанаративом ідеї радянської фізичної культури [12], а от щодо цілепокладання, то лише в 1920-ті роки йшла боротьба за оздоровчу цінність фізичної культури. Саме в цей час випливають евгенічні цілі. У одній із статей автора було показано, що головним підґрунтям «винайдення» та легітимізації феномену «фізична культура» у післяреволюційний період 1917 р. послужила практична необхідність вирішення двох взаємозалежних насущних екзистенціальних проблем, пов'язаних зі збереженням людських ресурсів: 1) зупинити смертність від епідемій, зрештою, фізичне виродження, яке багато в чому обумовлювалось відсутністю навичок бодай-якоїсь, навіть елементарної, культури з обслуговування та піклування про тіло; 2) перманентна потреба в підготовці, зокрема, фізичній (психофізичній) солдатів для армії [13].

Мета статті – висвітлити евгенічний дискурс у фізичній культурі 1920-х років у СРСР і його втілення в Україні.

Виклад основного матеріалу дослідження. Про евгенічне цілепокладання мало що відомо, оскільки це був тренд 1920-х років у СРСР, а з 1930-х років – це вже «лженаука», про яку не варто було навіть згадувати. Після клеймування евгеніки як «лженауки» радянська пропаганда живила кліше, що евгеніка, або «расова теорія» (калька з німецької) на службі в фашистів і не тільки німецьких, але, виявляється, й українських (у 1935 р. в інституті філософії, УАМЛІН (українська асоціація марксо-ленінських науково-дослідних інститутів) було видано збірник статей «Расовая теория на службе фашизма» [11], який мав допомогти партійному активу, пропагандистам і науковим співробітникам краще розпізнавати класового ворога і точніше його бити). У СРСР не тільки люди, але й цілі напрями, ідеї могли враз стати негодними, псевдонауковими, не дивлячись на те, що ще вчора вони прославлялись, були основоположними. Щось подібне сталося із евгенікою, і, відповідно, евгенічним ціннісним цілепокладанням фізичної культури.

Н.Л. Кременцов констатує, що в перші радянські роки евгеніка швидко оформилася в самостійну наукову дисципліну зі своїми товариствами, дослідницькими установами та періодичними виданнями і мала значний вплив на широкий спектр медичних питань, охорону здоров'я і соціальну політику [5]. На самих початках організації евгенічного руху М. К. Кольцов прирівнював евгеніку до релігії майбутнього, яка очікує на своїх пророків, які мали створити надлюдину – «Ното creator» [4, с. 37].

Евгенічне ціннісне цілепокладання не оминуло фізичну культуру і спорт. Керівник «врачебно-санитарного отдела Наркомпроса» Є. Радін писав: «Как естественнонаучный материализм, ставши достоянием идеологов рабочего класса, должен был сделать дальнейший шаг и претвориться в исторический материализм, так и евгеніка при советском строе должна была представить синтез, слияние биопедологии и марксизма в социальной евгеніке» [10, с. 5]. Він мав переконання, що неподільність фізичної та психічної культури має продиктувати «... рано или поздно, слияние Медпедина и Гин-физкульты в единый Институт Охраны Здоровья Детей и Подростков - Социально-Евгенический Институт» [10].

«Наркомздрава» М.О. Семашко писав, що «физическое воспитание является основой евгеніки» [15, С. 3].

М.В. Волоцкой у 1927 р. в журналі «Теорія і практика фізичної культури» представив фізичну культуру як евгенічний фактор або ж засіб досягнення евгенічних цілей. Біологічну платформу евгеніки, яка втілювалась у всьому «буржуазному світі», М.В. Волоцкой визнав однобокою, натомість біосоціальна признавалась повноцінною. Саме в цій біосоціальній евгеніці фізична культура грала чи не «першу скрипку», оскільки фізичною культурою можна чинити вплив на хід еволюційного розвитку людського роду, починаючи від переоцінки цінностей в класовій боротьбі, профілактики дисгармонії (одностороннього розвитку робітника) до боротьби з алкоголізмом, кокаїном і формування правильного статевого відбору [1].

На мейнстрімі ідеї в Україні (УРСР) евгенічний дискурс цілепокладання фізичної культури з'являється завдяки зусиллям В.Я. Підгаєцького, який у 1921 р. започатковує секцію евгеніки при Інституті фізичної культури Всеукраїнської Академії Наук (ВУАН) у Києві, а 1924 р. у Харкові українською мовою виходить його праця «Євгеніка, або наука про поліпшення майбутніх поколінь» [9].

Власне, В.Я. Підгаєцький вважається фундатором наукової школи в галузі гігієни праці в Україні, а от щодо того, що він цілу декаду (1921-1929) був керівником Науково-дослідного інституту фізичної культури ВУАН у Києві, то про це інформації мало. Досягнення, як і сама постать В.Я. Підгаєцького, не афішувалась при СРСР, тому, що він був призначений учасником так званого процесу «СВУ» (Спілка визволення України) і будь-які згадки про ворога могли б стати вироком. Арештований у 1929 р. за цією справою В.Я. Підгаєцький у 1937 р. був розстріляний, а в 1989 р. – реабілітований.

На рубежі 1920-1930-х рр., у період сталінського «великого перелому», евгеніка піддалася критиці як «буржуазна» наука, і вчені, що нею займалися, перейменували її в «медичну генетику». Після короткого періоду успішного зростання на початку 1930-х рр. медицина генетика була затаврована як «фашистська» наука, і до кінця десятиліття дослідження в цій області практично припинилися [5].

Фізична культура для евгенічних ідей у СРСР була останнім бастіоном, який звісно взяли. Редакція журналу «Теорія і практика фізичної культури» в №12 (36) за 1930 р. означила ключовою темою номера фізкультуру, як соціально-евгенічний фактор. Передова стаття Н.С.Штейнвіля про значення і перспективи евгенічної роботи в фізкультурі претензійно заявляла, що «фізкультурні організації повинні взяти на себе провідну роль в евгенічній роботі у СРСР» [19, с. 8]. Більше того, методологія фізкультурної роботи має проходити під лозунгом: "Фізкультура – на службу евгенізації нашого общества» [19, с. 6]. У 1931 р. в цьому ж журналі у № 1 від редакції другою провідною темою року було оголошено «фізкультура як соціально-евгенічний фактор» [8]. Але ці заклики були агонією і більше не з'являлись у цензурованих фізкультурно-спортивних виданнях.

Заради відстоювання евгеніки в рамках комуністичної ідеології (відповідності цілям соціалістичного будівництва) М.К. Кольцов ввів поняття «євфеніка», як вчення не стільки про зміну спадковості, скільки про розвиток/вдосконалення успадкованих задатків. У його визначенні: «Євфеніка изучает те способы, при помощи которых мы можем, не изменяя генотипа, получать наиболее ценные для нас фенотипы культурных растений, домашних животных и человека» [3, с. 690].

Євфеніка розглядалась доповненням до евгеніки. У такому контексті фізична культура ставала тим самим гуманним засобом евгеніки, чи євфенікою. Але розвитку ця концепція не набула і евгеніку цим врятувати не вдалось.

Дискусія. Питання цілепокладань фізичної культури і спорту є актуальною темою. Приклад із В.Я. Підгаєцьким є дуже показовим для гуманітарного поля вивчення фізичної культури та спорту, яке після розпаду СРСР все ще розбалансоване. Україні майже тридцять років незалежності, а історія фізичної культури і спорту все ще адекватно не переглянута. Навіть в досить об'ємній (21,25 ум.друк.арк.) монографії Ю.О. Тимошенко «Історичні умови та специфіка розвитку спорту й фізичного виховання в радянській Україні в 20-40-ві роки ХХ ст.» [18] не згадано про В.Я. Підгаєцького. У роботі Ю.О. Тимошенко є М. Підгаєцький спортсмен-рекордсмен, а В.Я. Підгаєцького науковця і фундатора вітчизняної фізичної культури немає. В.Я. Підгаєцького наче не існувало. Він був проголошений ворогом і згадки про нього стирались. Прогалини щодо В.Я. Підгаєцького заповнили фахівці гігієни, які впорядкували декілька книг про нього [2, 6]. У 2014 р. у ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди» О.М. Миздренко захистила дисертацію «Наукові студії професора В.Я. Підгаєцького в 1914–1929 рр.» не в галузі наук із шифром 24 – «фізична культура, фізичне виховання та спорт» чи педагогіка, а в історичних науках зі спеціальності 07.00.07 «Історія науки й техніки» [7]. Фізична культура і спорт все ще чекає на дослідження постатей і самого феномену 1920-х років у фокусі власних наукових цілей.

Висновок. Протягом 1920-х років у СРСР мода на евгенічні ідеї, тож фізична культура цілком залучена в цей теоретичний дискурс. Наприкінці 1920-х років евгеніка переходить у розряд «лженауки» і стейкхолдери оздоровчого вектору розвитку радянської фізичної культури намагаються відстояти евгенічне ціннісне цілепокладання, для цього, навіть, вигадують новий термін «євфеніка», як вчення не стільки про зміну спадковості, скільки про розвиток/вдосконалення успадкованих задатків. Концепція «євфеніка» розвитку не набула і з евгенікою було покинчено назавжди. Вперше, а не як завжди після всіх, евгенічний дискурс ціннісного цілепокладання фізичної культури почав розвиватися в Україні (УРСР) завдяки зусиллям В.Я. Підгаєцького, який у 1921 р. започатковує секцію евгеніки при Інституті фізичної культури ВУАН у Києві.

Перспективи подальших досліджень полягають у об'єктивному висвітленні тенденцій та протиріч в теоретичних дискурсах і практичних площинах радянської інституції фізична культура і спорт.

Література

1. Волоцкой М.В. Физическая культура и евгеника // ТПФК. – 1927. - №1. – С. 19-26.
2. Доля родини репресованого вченого-гігієніста / Ю. І. Кундієв, О. П. Яворницький, В. Д. Парій, І. М. Сахарчук. – Житомир : Полісся, 2009. – 110 с.
3. Кольцов Н.К. Евфеника // Большая медицинская энциклопедия. Гл. ред. Н. А. Семашко М.: Советская энциклопедия, 1929. Т. 9. С. 689–692.
4. Кольцов Н.К. Улучшение человеческой породы / Кольцов Н.К. — Петроград: Изд. «Время», 1923. — 62 с.
5. Кременцов Н.Л. «От «звериной философии» к медицинской генетике: евгеника в России и Советском Союзе» // Studies in the history of biology. 2014. Volume 6. No. 2. – С. 25-56.
6. Кундієв Ю.І., Яворовський О.П., Трахтенберг І.М., Сахарчук І.М., Володимир Підгаєцький: повернення із забуття. 1889–1937. — Житомир: Полісся, 2008. – 324 с.
7. Миздренко О.М. Наукові студії професора В.Я. Підгаєцького в 1914–1929 рр. : автореф. дис. к.і.н. зі спеціальності 07.00.07 «Історія науки й техніки». Переяслав-Хмельницький – 2014. – 25 с.
8. От редакции // Теория и практика физической культуры. – 1931. – № 1.
9. Підгаєцький В.Я. Євгеніка, або наука про поліпшення майбутніх поколінь. Харків, „ШЛЯХ ОСВІТИ"при Н.К.О У.С.Р.Р., 1924. 26 с.

10. Радін Е. П. Охрана здоровья детей и подростков и социальная евгеника. Орел : Госизд. Орловское отд-ние, 1923, 59 с.
11. Расовая теория на службе фашизма: Сб. статей И.М. Полякова, Е.А. Финкельштейна, З.А. Гуревича, С.Г. Генеса, Л.Л. Рохлина. Киев: Госмедиздат, 1935. 208 с.
12. Саїнчук М.М. Гармонійно розвинена особистість у контексті європейського міжчасся: від генезису до сьогодення // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2012. – № 4. – С. 97-104.
13. Саїнчук М.М. Парадокси феномена «фізична культура»: колізії легітимізації терміна «фізична культура» // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2017. – № 2. – С. 76-85.
14. Саїнчук М.М. Саїнчук А.М. Саїнчук О.М. Практика громадянських ініціатив цивілізованих країн в просуванні фізично активного способу життя різних груп населення // Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. – 2016. – Вип. 10 (80). – С. 116-119.
15. Семашко Н. Предисловие // Физическая культура в научном освещении. М.: Изд-во Высшего и Московского советов физической культуры, 1924. С. 3.
16. Суник А. Б. Становление и развитие в СССР истории физической культуры как науки (1917-середина 80-х годов) : автореф. Дис.д-ра.пед.наук., М.: ГЦОЛИФК, 1987, 33 с.
17. Тимошенко, Ю. О. Історичні умови та специфіка розвитку спорту й фізичного виховання в радянській Україні у 20-40 роках ХХ ст.: автореф. дис. д.і.н. спец. 07.00.01 – історія України. К., НАНУ ІСУ України, 2015. 35 с.
18. Тимошенко Ю.О. «Історичні умови та специфіка розвитку спорту й фізичного виховання в радянській Україні в 20-40-ві роки ХХ ст. / Ю.О. Тимошенко. – К.: ТОВ «НВП» Інтерсервіс, 2014. – 446 с.
19. Штейнвиль Н.С. Значение и перспективы евгенической работы в физкультуре // ТПФК. – 1930. - №12 (36). – С. 5-9.
20. Global recommendations on physical activity for health. World Health Organization. 2010.
21. Physical Activity Guidelines for Americans. 2nd edition, https://health.gov/sites/default/files/2019-09/Physical_Activity_Guidelines_2nd_edition.pdf (accessed October 1, 2020).

Reference

1. Volotskoi M.V. (1927). Physical culture and eugenics // ТПФК. no. 1., pp. 19-26.
2. The fate of the family repressed scientist hygienist (2009). Ed. Yu. Kundiev, O. P. Yavornytskyi, V.D. Parii, I.M. Sakharchuk. Zhytomyr: Polissia.
3. Koltsov N.K. (1929). Euphenice. Bolshaia medytsynskaia entsyklopedyia. Ed. N.A. Semashko M.: Sovetskaia entsyklopedyia, T. 9. pp. 689–692.
4. Koltsov N.K. (1923). Improvement of the human breed. Petrohrad: «Vremia».
5. Kremontsov N.L. (2014) "From" animal philosophy "to medical genetics: eugenics in Russia and the Soviet Union" // Studies in the history of biology. Vol. 6. no. 2, pp. 25-56.
6. Kundiev Yu.I., Yavorovskiy O.P., Trakhtenberh I.M., Sakharchuk I.M. (2008). Volodymyr Pidhaietskyi: Turning from Zabuttya. 1889-1937. - Zhytomyr: Polissia.
7. Mizdrenko O.M. (2014). Science studio of professor V. Pidhaietskyi in 1914-1929 rr. : avtoref. dys. k.i.n. zi spetsialnosti 07.00.07 «Istoriia nauky y tekhniky». Pereiaslav-Khmelnitskyi, 25 p.
8. From the editor (1931) // ТПФК. no.1.
9. Pidhaietskyi V.Ia. (1924). Eugenics, or the science of improving future generations. Kharkiv, «shliakh osvity».
10. Radin E.P. (1923) Health protection of children and adolescents and social eugenics. Ore: Hosydz.
11. Racial theory in the service of fascism (1935). Sb. statei Y.M. Poliakova, E.A. Fynkelshteina, Z.A. Hurevycha, S.H. Henesa, L.L. Rokhlyna. Kyev: Hosmedydzat.
12. Sainchuk M.M. (2012). «Harmoniously developed personality in the context of European time: from genesis to the present», Теорія і методика фізичного виховання і спорту, no. 4, pp. 97-104.
13. Sainchuk M.M. (2017). Paradoxes of the phenomenon of "physical culture": conflicts of legitimization of the term "physical culture", Теорія і методика фізичного виховання і спорту, no. 2, pp. 76-85.
14. Sainchuk M.M., Sainchuk A.M. Sainchuk O.M. (2016). «The practice of civic initiatives of civilized countries in promoting a physically active lifestyle of various groups», Naukovyi chasopys NPU imeni M.P. Dragomanova, no. 10 (80), pp. 116-119.
15. Semashko N. (1924). Foreword. Fyzycheskaia kultura v nauchnom osveshcheny. M.: VSFK, pp. 3.
16. Sunik A.B. (1987). Formation and development in the USSR of the history of physical culture as a science (1917-mid 80s): avtoref. Dys.d-ra.ped.nauk., M.: HTSOLYFK, 33 p.
17. Tymoshenko Yu.O. (2015). Historical think about the specifics of the development of sports and physical vikhovannya in Radianskiy Ukraine in 20-40 years of the XX century: avtoref. dys. d.i.n., K., NANU Instytut istorii Ukrainy.
18. Tymoshenko Yu.O. (2014). "Historical conditions and specifics of the development of sports and physical education in Soviet Ukraine in the 20-40s of the twentieth century», K.: TOV «NVP» Interservis.
19. Steinvil N.S. (1930). «The meaning and prospects of eugenic work in physical education», ТПФК, no. 12 (36), pp. 5-9.
20. Global recommendations on physical activity for health. World Health Organization. (2010). https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/44399/9789241599979_eng.pdf?sequence=1 (accessed October 1, 2020)
21. Physical Activity Guidelines for Americans. 2nd edition, https://health.gov/sites/default/files/2019-09/Physical_Activity_Guidelines_2nd_edition.pdf (accessed October 1, 2020)