**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ**

**ХАРКІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ**  
**МІСЬКОГО ГОСПОДАРСТВА імені О. М. БЕКЕТОВА**

МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ

до організації самостійної роботи  
та проведення практичних занять  
із навчальної дисципліни

**«ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ»**

**(Фітнес як засіб підтримки здорового способу життя студентів.)»**

*(для здобувачів першого (бакалаврського) рівня  
вищої освіти всіх форм навчання Університету)*

**Харків**  
**ХНУМГ ім. О. М. Бекетова**  
**2024**

Методичні рекомендації до організації самостійної роботи та проведення практичних занять із навчальної дисципліни «Фізичне виховання (Фітнес як засіб підтримки здорового способу життя студентів.)» (для здобувачів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти всіх форм навчання Університету) / Харків. нац. ун-т міськ. госп-ва ім. О. М. Бекетова ; уклад. : Н. В. Борисенко. – Харків : ХНУМГ ім. О. М. Бекетова, 2024. – 44 с.

Укладачі: викл. Н. В. Борисенко.

Рецензент

*Рекомендовано кафедрою фізичного виховання і спорту,* *протокол № \_ від \_.\_.2024*