

# Технології навчання фізичної культури

УДК 796.035-057.87:378.4(447.82)

## МОДЕЛЬ ОРГАНІЗАЦІЇ СПОРТИВНО-ОЗДОРОВЧОЇ ДІЯЛЬНОСТІ СТУДЕНТІВ ВИЩИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ

Ніна Деделюк<sup>1</sup>, Надія Ковальчук<sup>1</sup>, Людмила Ващук<sup>1</sup>, Олена Томашук<sup>1</sup>,  
Володимир Санюк<sup>1</sup>, Сергій Савчук<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки, Луцьк, Україна, [nina-deluk@ukr.net](mailto:nina-deluk@ukr.net);

<sup>2</sup> Луцький національний технічний університет імені Лесі Українки, Луцьк, Україна

<https://doi.org/10.29038/2220-7481-2018-01-29-35>

### Анотації

У статті на основі аналізу науково-методичної літератури досліджено стан організації спортивно-оздоровчої діяльності студентів вищих навчальних закладів в освітньому процесі та її вплив на динаміку фізичної підготовленості студентів упродовж навчання. **Мета дослідження** – вивчити спортивно-оздоровчі потреби студентів і розробити модель організації спортивно-оздоровчої діяльності студентів вищих навчальних закладів. **Матеріал і методи дослідження.** У дослідженні брали участь студенти першого–четвертого курсів Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки, Луцького технічного національного університету. Загальна кількість студентів, які взяли участь у дослідженні, – 192 особи. Вони склали контрольну групу й займалися за базовою програмою, а також експериментальну, у якій займалися за програмами з обраних видів спорту. Експрес-оцінку рівня фізичного здоров'я студентів під час організаційно-педагогічного експерименту проводили за методикою професора Г. Л. Апанасенка. Отримані результати проаналізовано за допомогою загальноприйнятих методів варіаційної статистики. У межах організаційно-педагогічного експерименту утворено модель організаційної структури – навчальний спортивно-оздоровчий центр. Вій проводив зі студентами заняття з обраних видів спорту в позанавчальний час, здійснював зв'язок між навчальними та позанавчальними формами занять, проводив пропаганду занять видами спорту й інші види діяльності, які мали за мету підвищити загальний обсяг рухової активності студентів. **Результати дослідження** показників фізичної підготовленості студентів обох ВНЗ дали підставу виявити таке: вихідний рівень фізичної підготовленості студентів на першому курсі недостатній; стан фізичної підготовленості студентів протягом навчання погіршується, що зумовлює необхідність організаційних змін у системі спортивно-оздоровчої діяльності студентів в умовах вищого навчального закладу. Результати організаційно-педагогічного експерименту підтвердили доцільність утворення в Східноєвропейському національному університеті імені Лесі Українки та Луцькому технічному національному університеті навчального спортивно-оздоровчих центрів. Залучення студентів до занять обраними видами спорту в позанавчальний час і можливість їх продовжувати в процесі обов'язкових занять із фізичного виховання в групах зі спортивною спрямованістю відіграли роль об'єднуючої ланки між навчальними та позанавчальними формами занять і підвищили обсяги рухової активності студентів.

**Ключові слова:** студенти, вищий навчальний заклад, освітній процес, модель, спортивно-оздоровча діяльність, спортивно-оздоровчі потреби, фізична підготовка, мотивація, рухова активність.

**Ніна Деделюк, Надежда Ковальчук, Людмила Ващук, Елена Томашук, Владимир Санюк, Сергей Савчук. Модель организации спортивно-оздоровительной деятельности студентов высших учебных заведений.** В статье на основе анализа научно-методической литературы исследуется состояние организации спортивно-оздоровительной деятельности студентов высших учебных заведений в образовательном процессе и ее влияние на динамику физической подготовленности студентов в течение обучения. **Цель исследования** – изучить спортивно-оздоровительные потребности студентов и разработать модель организации спортивно-оздоровительной деятельности студентов высших учебных заведений. **Материал и методы исследования.** В исследовании принимали участие студенты первого–четвертого курсов Восточноєвропейского национального университета имени Лесы Украинки, Луцкого национального технического университета. Общее количество студентов, принявших участие в исследовании, –

192 человека, которые составляли контрольную группу и занимались по базовой программе, и экспериментальную, в которой занимались по программам из выбранных видов спорта. Экспресс-оценка уровня физического здоровья студентов, во время организационно-педагогического эксперимента проводилась по методике профессора Г. Л. Апанасенко. Полученные результаты проанализированы с помощью общепринятых методов вариационной статистики. В рамках организационно-педагогического эксперимента образована модель организационной структуры – учебный спортивно-оздоровительный центр. Данный центр проводил занятия со студентами по выбранным видам спорта во внеурочное время, осуществлял связь между учебной и внеучебной формами занятий, проводил пропаганду занятий видами спорта и другие виды деятельности, которые имели целью повысить общий объем двигательной активности студентов. **Результаты исследования** показателей физической подготовленности студентов обеих вузов позволили выявить следующее: исходный уровень физической подготовленности студентов на первом курсе недостаточной; состояние физической подготовленности студентов в течение обучения ухудшается, что вызывает необходимость организационных изменений в системе спортивно-оздоровительной деятельности студентов в условиях высшего учебного заведения. Результаты организационно-педагогического эксперимента подтвердили целесообразность образования в Восточно национальном университете имени Леси Украинский и Луцком техническом национальном университете учебного спортивно-оздоровительных центров. Привлечение студентов к занятиям избранными видами спорта во внеучебное время и возможность их продолжать в процессе обязательных занятий по физическому воспитанию в группах со спортивной направленностью сыграли роль объединяющей звена между учебной и внеучебной формами занятий и повысили объемы двигательной активности студентов.

**Ключевые слова:** студенты, высшее учебное заведение, образовательный процесс, модель, спортивно-оздоровительная деятельность, спортивно-оздоровительные потребности, физическая подготовка, мотивация, двигательная активность.

**Nina Dedeliuk, Nadija Kovalchuk, Ludmyla Vashchuk, Olena Tomashchuk, Volodymyr Saniuk, Serhij Savhuk. Model of Students Sports and Recreation Activity Organisation in the Conditions of Higher Educational Institution.** The state of the organization of students sports and recreation activity within the educational process in higher educational institution were investigated in this article, as well as its influence on dynamics of physical preparedness of students during studying were analyzed. **The aim of the study:** to study the sports and recreational needs of students and to develop a model of students sports and recreation activity organization in higher educational institutions. **Material and Methods of Research.** The research was attended by students of the first – fourth year of the Lesya Ukrainka Eastern European National University and Lutsk Technical National University. The total number of students who took part in the study – 192 people who were divided into control group that was engaged in a basic program, as well as experimental group, which was engaged in programs for selected sports. Express assessment of the students physical health level during an organizational and pedagogical experiment, was conducted according to the method of Professor G. L. Apanasenko. The obtained results are analyzed using commonly used methods of variation statistics. In the framework of organizational-pedagogical experiment, a model of organizational structure was created – an educational sports and recreation center. This center conducted classes with students on selected sports at extra-curricular time, connected the teaching and extra-curricular forms of occupations, conducted the promotion of classes in sports and other activities. The center was aimed to increase the overall volume of motor activity of students. **The results of the study** of students physical preparedness indicators of both universities allowed to reveal the following: the initial level of physical preparedness of students in the first year is insufficient; the state of physical fitness of students during the study deteriorates, therefore it is important to provide organizational changes in the system of sports and recreation activities of students in higher education institutions. Organizational-pedagogical experiment results confirmed the expediency of creation of Educational Sports and Recreation Centers at Lesya Ukrainka East Ukrainian National University and Lutsk Technical National University. Attracting students to the classes of selected sports in extra-curricular time and the ability to continue them in the process of compulsory physical education classes in groups with a sports orientation played the role of a unifying link between the educational and extra-curricular forms of training as well as increased the volume of motor activity of students.

**Key words:** students, higher educational institution, educational process, model, sports and recreation activities, sports and recreation needs, physical training, motivation, motor activity.

**Вступ.** У цільовій комплексній програмі «Фізичне виховання – здоров'я нації» [2] в напрямі «Фізичне виховання і фізкультурно-оздоровча робота у навчально-виховній сфері» важливим виступає комплекс питань, спрямованих на збільшення обсягу рухової активності, підвищення якості навчального процесу, формування в дітей та молоді потреби зміцнення здоров'я засобами фізичної культури й спорту. Фізичне виховання має в комплексі формувати розумові й фізичні якості особистості студента, удосконалювати фізичну та психічну підготовку на принципах індивідуального підходу, пріоритету оздоровчої спрямованості [1]. Програма з фізичного виховання, затверджена Міністерством освіти і науки України для досягнення мети й виконання завдань фізичного виховання студентів повинна

забезпечувати два взаємозалежні змістовні дидактичні компоненти: обов'язковий базовий, що формує основи фізичної культури особистості фахівців відповідного рівня освіти (бакалавр, магістр), та елективний, котрий спирається на базовий і доповнює його з урахуванням професійної фізичної підготовки, індивідуальних мотивів, інтересів та потреб, стану здоров'я.

Однак спостерігаємо тенденцію погіршення стану здоров'я студентів, які навчаються у вищих навчальних закладах. Із кожним роком, як свідчить практика, збільшується кількість студентів, котрі займаються в спеціальних медичних групах. Близько 90 % молоді мають відхилення у стані здоров'я, а понад 50 % – незадовільну фізичну підготовленість (О. Д. Дубогай, В. І. Завацький, Ю. О. Короп, І. В. Поташнюк, Г. Є. Іванова, А. І. Драчук,).

Аналіз спеціальної літератури (А. І. Драчук, В. П. Краснов, та ін.) свідчить про те, що організація фізичного виховання у вищих навчальних закладах недостатньо ефективна для підвищення рівня фізичної підготовленості, здоров'я й інтересу більшості студентів до занять фізичними вправами. Це свідчить про нагальну потребу розробки нових науково обґрунтованих способів удосконалення організації фізичного виховання у вищих навчальних закладах.

**Мета дослідження** – вивчити спортивно-оздоровчі потреби студентів та розробити модель організації спортивно-оздоровчої роботи студентів вищого навчального закладу.

#### **Матеріал і методи дослідження.**

У дослідженні брали участь студенти першого–четвертого курсів Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки, Луцького технічного національного університету, які за станом здоров'я належать до основної медичної групи. Загальна кількість студентів складала 192 особи, серед них 98 – дівчата й 94 – юнаки.

Проведено соціологічне опитування студентів другого, третього та четвертого років навчання. Загальна кількість розповсюджених серед студентів анкет склала 310 примірників. Із них придатними для обробки виявилися 277 (126 юнаків та 131 дівчина).

Сформовано контрольну групу студентів, яка займалася за базовою програмою загальною фізичною підготовкою, та експериментальну, що працювала за програмами з видів спорту. Контрольна група поділялася на дві підгрупи: в одній займалися дівчата, у другій – юнаки. Експериментальна група поділялася на чотири підгрупи. До першої входили юнаки-волейболісти, до другої – юнаки, які займалися атлетичною гімнастикою, до третьої – дівчата-волейболістки. Четверту групу склали дівчата, котрі займалися аеробікою. Усього до експерименту залучено 192 особи. Підгрупи були сформовані за однаковими показниками оцінки фізичної підготовленості.

Для реалізації мети й завдань роботи використовували такі наступні методи:

**Аналіз науково-методичної, правової та програмно-нормативної бази**, вивчення праць щодо питань здоров'я студентів, їх мотивації до систематичних занять фізичними вправами, організації фізичного вихання.

**Педагогічне тестування** включало комплекс методик визначення фізичної підготовленості студентів, передбачених Державною програмою фізичного виховання студентів; оцінювання за результатами семи контрольних вправ, які свідчать про стан розвитку фізичних якостей:

**Організаційно-педагогічний експеримент** включав два аспекти: організаційний, у межах якого утворено нову організаційну структуру – Навчальний спортивно-оздоровчий центр. Цей центр проводив зі студентами заняття з обраних видів спорту в позанавчальний час, здійснював зв'язок між навчальними та позанавчальними формами занять, проводив пропаганду занять видами спорту на інші види діяльності, які мали за мету підвищити загальний обсяг рухової активності студентів.

**Медико-біологічні методи.** Експрес-оцінку рівня фізичного здоров'я студентів під час організаційно-педагогічного експерименту проводили за методикою професора Г.Л. Апанасенка.

**Метод моделювання.** У ході дослідження розробляли організаційну модель спортивно-оздоровчої діяльності студентів, яка передбачала побудову структури та визначення змісту діяльності кожного структурного підрозділу.

**Методи математичної статистики.** Отримані результати проаналізовано за допомогою загальноприйнятих методів варіаційної статистики з розрахунком середніх величин окремих показників та стандартного відхилення. Для статистичної перевірки гіпотез про достовірність розбіжностей використовували t-критерій Стьюдента для зв'язаних і незв'язаних вибірок; під час перевірки достовірності за основу прийнято 5-% рівень значущості.

**Результати дослідження.** Аналізуючи динаміку показників рівня фізичної підготовки впродовж навчання, можна зазначити, що пік зменшення кількості студентів із високим РФП припадає в юнаків

на другий рік навчання, а в дівчат – на третій. Саме тоді кількість студентів із високим РФП зменшується майже удвічі.

Упродовж перших трьох років навчання виявлено також поступове зменшення кількості студенток із вищим за середній РФП, а на четвертому курсі – зменшення зазначеної кількості майже удвічі.

Аналогічні результати виявлені також у юнаків третього року навчання.

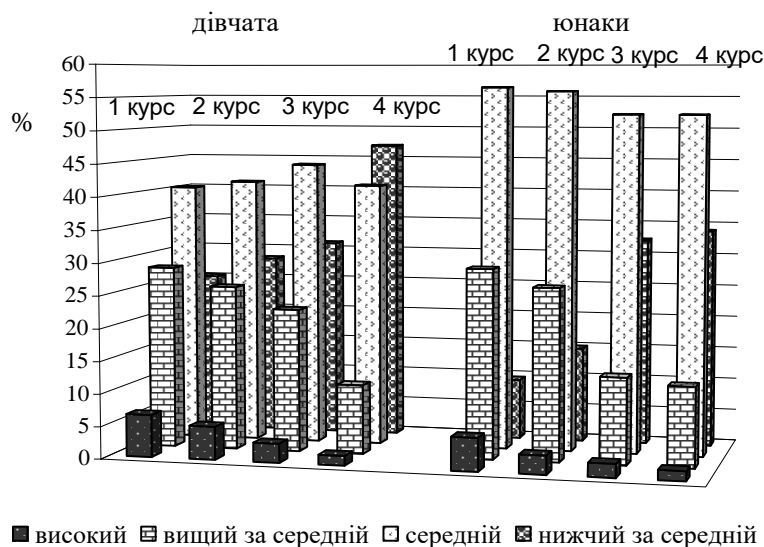


Рис. 1. Узагальнені показники розподілу студентів за рівнем фізичної підготовленості на різних курсах навчання ( $\bar{X}$ , %)

Протягом чотирьох років навчання не виявлено суттєвих змін у кількісних характеристиках груп студентів із середнім РФП. Кількість юнаків із названим РФП до четвертого курсу поступово зменшилися на 4,1 %. До третього курсу виявлено поступове збільшення групи дівчат з середнім РФП (на 3,8 %). Водночас на четвертому курсі тенденція до збільшення припинилася. Кількість дівчат із таким РФП зменшилася, повертаючись до показників першого року навчання (рис. 1).

Кількість дівчат із нижчим за середній РФП на першому курсі майже втричі перебільшує кількість юнаків з аналогічним рівнем фізичної підготовленості. Простежено поступове збільшення кількості студентів обох статей із названим РФП упродовж чотирьох років навчання. Разом із тим найбільш суттєве поповнення цієї групи припадає на другий і третій курси. На другому році навчання їх кількість збільшилася майже удвічі, а на третьому – утричі.

Результати дослідження динаміки РФП студентів свідчать про його погіршення впродовж чотирьох років навчання у вищому навчальному закладі.

Отже, проведений нами констатувальний експеримент з метою дослідження рівня фізичної підготовленості студентів Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки, свідчить про недостатній рівень розвитку фізичних якостей у юнаків та дівчат на першому курсі навчання й подальше його погіршення впродовж чотирьох років навчання у вищому навчальному закладі. Недостатній РФП та відсутність тенденції до його підвищення впродовж студентського життя, на нашу думку, зумовлюється низькою якістю фізичного виховання як у середній, так і у вищій школі, активізацією шкідливих звичок у студентські роки, відсутністю стійкої мотивації до систематичних занять. Це свідчить про нагальну необхідність змін традиційної системи проведення навчальних занять фізичним вихованням у ВНЗ.

Порівняння відповідей на запитання анкети містило пропозиції щодо заходів, які, на думку респондентів, сприятимуть покращенню змісту занять фізичним вихованням. Респонденти обох статей, насамперед, запропонували замінити традиційний зміст занять. Другою за значущістю пропозицією опитаних є потреба запровадити заняття за вибором. Наступними пропозиціями в юнаків і дівчат є заміна навчальної форми занять на факультативну та розширення теоретичного розділу. Респонденти-дівчата пропонують також покращити умови проведення занять та збільшити їх кількість. Найменша чисельність опитаних вважає за необхідне проводити їх більш цікаво.

Узагальнення відповідей респондентів із приводу доцільного змісту занять фізичним вихованням у ВНЗ виявило, що близько половини опитаних обох статей вважають доцільними заняття улюбленим видом спорту, до 20 % юнаків і дівчат бажають займатися загальною фізичною підготовкою та різними видами спорту. Незначна кількість юнаків вважає доцільними заняття професійно-прикладною фізичною підготовкою й різними видами спорту. Аналогічну ситуацію простежуємо щодо результатів опитування дівчат на різних курсах навчання (табл. 1).

Таблиця 1

### Пропозиції респондентів із доцільного змісту занять фізичним вихованням у ВНЗ, %

Курс навчання	Стать	Варіант відповіді					
		різними видами спорту	одним видом спорту	ЗФП	ППФП	важко відповісти	інше
Другий	юн	14,7	37,3	18,7	14,7	10,7	3,9
	дів	15,2	40,0	18,9	8,8	11,4	5,7
Третий	юн	12,8	41,0	15,4	12,9	11,5	6,4
	дів	18,2	45,1	15,8	4,9	12,2	3,8
Четвертий	юн	14,4	42,1	20,0	15,7	6,0	1,8
	дів	21,2	46,3	13,2	8,7	8,0	2,6
Загальна кількість відповідей	юн	14,0	40,1	18,0	14,4	9,4	4,1
	дів	18,2	43,8	16,0	7,5	10,5	4,0

Комплексний підхід до організації процесу фізичного виховання, покладений в основу запропонованої моделі, сприяв покращенню показників відвідування занять (на 20,3 %), зменшенню пропусків занять через хворобу (на 70,7 %), підвищенню рівня фізичної підготовленості (на 21,5 % зросла кількість студентів із високим РФП і на 14,9 % зменшилося досліджуваних із нижчим за середній РФП) та рівня фізичного здоров'я (зросла кількість студентів із вищим за середній РФЗ (на 18,0 %), і на 7,0 % знизилася кількість осіб із низьким РФЗ).

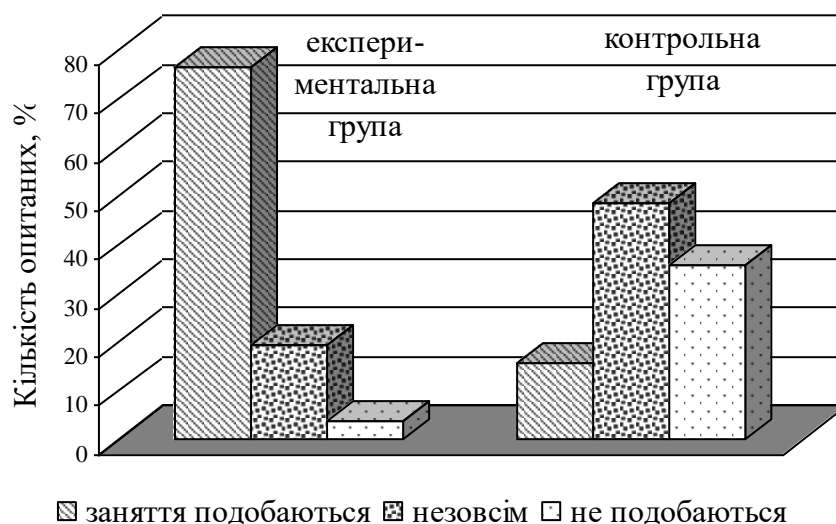
У ході організаційно-педагогічного експерименту аналізували ставлення студентів експериментальної й контрольної груп до нової системи організації навчального процесу з фізичного виховання та рівень задоволення їхніх потреб, а саме: до створення нової моделі організаційної структури – навчального спортивно-оздоровчого центру, що полягало у впровадженні популярних серед студентської молоді видів спорту, зокрема волейболу, атлетичної гімнастики, аеробіки в обов'язкові заняття з фізичного виховання в Східноєвропейському національному університеті імені Лесі Українки та Луцькому технічному національному університеті, і дало змогу оптимізувати рухову активність студентів унесенням змін в організацію навчальних занять.

Завдання дослідження не вимагали розподілу студентів-респондентів на декілька експериментальних груп. Нас цікавили результати опитування тих, які займалися фізичним вихованням за новою системою організації навчального процесу, порівняно з відповідями студентів, котрі продовжували займатися традиційним змістом. Тому результати опитування аналізуємо й порівнюємо у двох групах респондентів – експериментальній і контрольній.

На обов'язкових заняттях із фізичного виховання 76,6 % студентам подобається займатися за новою системою організації занять. Не зовсім задоволені такими заняттями 19,5 % респондентів експериментальної групи, а 3,9 % зазначили, що нововведення в заняття з фізичного виховання їм не доводилося (рис. 2).

У групі студентів, які займалися за базовою програмою, виявлено інші результати: подобаються заняття з фізичного виховання традиційного змісту лише п'ятій їх частині, близько половини опитаних частково вподобали заняття загальною фізичною підготовкою, а більше ніж третині респондентів вони не подобаються.

Відповіді студентів щодо оцінки змісту занять фізичним вихованням в експериментальній і контрольній групах мають аналогічний характер. В експериментальній групі половина опитаних оцінює новий зміст занять на «відмінно» та ще третина вважає, що він заслуговує оцінки «добре». Результати організаційно-педагогічного експерименту підтвердили доцільність утворення в Східноєвропейському національному університеті імені Лесі Українки та Луцькому національному технічному університеті



**Рис. 2.** Рівень задоволення студентів контрольної та експериментальної груп змістом занять із фізичного виховання

навчальних спортивно-оздоровчих центрів із секціями з видів спорту. Залучення студентів до занять видами спорту в позанавчальний час і можливість продовжувати їх у процесі обов'язкових занять із фізичного виховання в групах зі спортивною спрямованістю відіграли роль об'єднувальної ланки між навчальними й позанавчальними формами занять і підвищили обсяги рухової активності студентів.

**Дискусія.** Результатами нашого дослідження доведено потребу створення нових форм освітнього процесу фізичного виховання, побудови моделі організації забезпечення спортивно-оздоровчих потреб студентів. Власні попередні дослідження [3; 4; 5; 6] підтверджують і доповнюють наукові досягнення українських учених, які спрямовують свою діяльність на покращення якості фізичного виховання студентської молоді, розширюють спектр актуальності порушеної проблеми. Відтак Г. Є. Івановою [3] розкрито способи оптимізації фізкультурно-оздоровчої роботи у вищих навчальних закладах. Цюсем А. В. та групою науковців [9] вивчено рівень фізичної активності студентів вищих навчальних закладів і запропоновано диференційований підхід у процесі фізичного виховання студентів. Є. Котов [7] розробив програму самостійних занять фізичними вправами студентів вищих навчальних закладів з урахуванням установлених типологічних особливостей. В.В. Романенко [8] склав модельні характеристики рухової активності студенток залежно від видів фізичної активності, визначив найбільш популярні серед студенток види аеробіки та розробив підходи до їх методичного забезпечення.

**Висновки та перспективи подальших досліджень.** Аналіз науково-методичної літератури свідчить, що питання організації спортивно-оздоровчої діяльності у вищому навчальному закладі вимагають змін в організації фізичного виховання. У навчальному процесі доцільно відмовитися від примусового змісту фізичного виховання й звернутися до особистості студента, його інтересів і потреб у сфері фізичного та духовного виховання. удосконалено організаційну структуру спортивно-оздоровчої діяльності в Східноєвропейському національному університеті імені Лесі Українки. Результати організаційно-педагогічного експерименту підтвердили доцільність утворення в Східноєвропейському національному університеті імені Лесі Українки та Луцькому технічному національному університеті навчального спортивно-оздоровчого центру із секціями з видів спорту. Залучення студентів до занять видами спорту в позанавчальний час і можливість продовжувати їх у процесі обов'язкових занять із фізичного виховання в групах зі спортивною спрямованістю відіграли роль об'єднувальної ланки між навчальними та позанавчальними формами занять і підвищили обсяги рухової активності студентів.

Практична реалізація запропонованої моделі вдосконалення організаційної структури спортивно-оздоровчої діяльності у вищих закладах освіти вимагає продовження в доповненні наукової інформації щодо формування в студентів позитивної мотивації до занять спортом; у впровадженні популярних серед студентської молоді видів спорту в обов'язкові заняття з фізичного виховання.

#### Джерела та література

1. Закон України «Про вищу освіту» № 1556-VII від 01.07.2014 URL: <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/1556-18>.
2. Цільова комплексна програма «Фізичне виховання – здоров'я нації» (затверджено Указом Президента України від 1 вересня 1998 року № 963/98) URL: <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/963%D0%B0%98/page3>.

3. Reforming the Organization of Educational Process on Physical Education of University Students/Nina Dedeliuk, Olena Tomashuk, Nadia Kovalchuk, Anna Ivanova. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*: зб. наук. праць СНУ ім. Лесі Українки. Луцьк: СНУ ім. Лесі Українки, 2015. № 4 (25). 259 с. С. 15–19.
4. Деделюк Н. А., Цюпак Т. С. Організація спортивно-оздоровчої діяльності студентів Волинського національного університету імені Лесі Українки. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*: зб. наук. праць ВНУ ім. Лесі Українки. Луцьк: ВНУ ім. Лесі Українки, 2012. № 1 (17). 140 с. С. 41–45.
5. Деделюк Н. А., Ващук Л. Пріоритетні напрямки оздоровчого фітнесу у фізичному вихованні старшокласників. *Молода спортивна наука України*: зб. наук. праць з галузі фізичної культури і спорту. Вип. 20: у 4-х т. 2016. Т. 3, 4. С. 61–65.
6. Деделюк Н. А., Колесникова Н. Н. Сформованість потреби в здоровому образі життя у студентів ВУЗів. Стратегія формування здорового образу життя засобами фізичної культури і спорту. «Спорт для всіх» і впровадження Всеросійського фізкультурно-спортивного комплексу ГТО: матеріали XIV Всерос. науч.-практ. конф. з міжнарод. участю. Ч. I. Тюмень: «Вектор Бук», 2016. С. 191–194.
7. Котов Є., Хомич А., Касарда О. Програмування самостійних занять фізичними вправами студентів вищих навчальних закладів. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*: зб. наук. праць Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки/уклад.: А. В. Цьось, С. П. Козіброцький. Луцьк: Волин. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2012. № 4 (20). С. 294–299.
8. Романенко В.А. Фізическая подготовка студентов: проблемы без решения. *Молодь третього тисячоліття: гуманітарні проблеми та шляхи їх розв'язання*: зб. наук. статей. Одеса, 2010. Т. 2. С. 137–139.
9. Цьось А., Бергер Ю., Сабіров О. Рівень фізичної активності студентів вищих навчальних закладів. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*: зб. наук. праць Східноєвроп. нац. ун-ту ім. Лесі Українки. Луцьк: Східноєвроп. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2015. № 3 (31). С. 202–210.

#### References

1. Закон України «Pro vyshchu osvitu» № 1556-VII vid 01.07.2014 [Elektronnyi resurs]. Rezhym dostupu: <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/1556-18>
2. Tsilova kompleksna prohrama «Fizychnе vykhovannia – zdorovia natsii» (zatverdzheno Ukazom Prezydenta Ukrainy vid 1 veresnia 1998 roku № 963/98) [Elektronnyi resurs]. Rezhym dostupu: <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/963%D0%B0%98/page3>
3. Dedeliuk, N., Tomashuk, O., Kovalchuk, N. & Ivanova, A. (2015). Reforming the organization of educational process on physical education of university students. *Fizychnе vykhovannia, sport i kultura zdorovia u suchasnomu suspilstvi*: zб.nauk.pr. SNUim. Lesi Ukrainky. Lutsk: SNU im.Lesi Ukrainky, no. 4 (25), 15–19.
4. Dedeliuk, N. A. & Tsiupak, T. Ie. (2012). Orhanizatsiia sportyvno-ozdorovchoi diialnosti studentiv Volynskoho natsionalnogo universytetu imeni Lesi Ukrainky [Organization of sports health-improving activities among students of lesya ukrainka volyn national university]. *Fizychnе vykhovannia, sport i kultura zdorovia u suchasnomu suspilstvi: zб.nauk.pr. VNUim. Lesi Ukrainky*. Lutsk: VNU im.Lesi Ukrainky, no. 1 (17), 41–45.
5. Dedeliuk, N. A. & Vashchuk, L. (2016). Priorytetni napriamky ozdorovchoho fitnesu u fizychnomu vykhovanni starshoklasnykiv [Priority areas of health fitness for high school physical education process]. *Moloda sportyvna nauka Ukrainy: Zb. nauk. prats z haluzi fizychnoi kultury i sportu*, vyp. 20: U 4-kh t., t. 3,4, 61–65.
6. Dedeliuk, N. A. & Kolesnykova, N. N. (2016). Sformirovannost potrebnosti v zdorovom obraze zhizni u studentov VUZov [Formation of students' needs in a healthy lifestyle during their training in high school]. *Stratehiia formirovaniia zdorovoho obraza zhizni sredstvami fizicheskoi kultury i sporta. «Sport dlia vsekh» i vnedrenie Vserossiiskoho fizkulturno-sportivnogo kompleksa HTO. Materyaly XIV Vserossiiskoi nauchno-praktycheskoi konferentsyy s mezhdunarodnym uchastiem. Chast I. Tiumen: «Vektor Buk», 191–194.*
7. Kotov, Ye., Khomych, A. & Kasarda, O. (2012). Prohramuvannia samostiinykh zaniat fizychnymy vpravamy studentiv vyshchyykh navchalnykh zakladiv [Programming of independent employment physical exercises of students of higher education establishments]. *Fizychnе vykhovannia, sport i kultura zdorovia u suchasnomu suspilstvi : zб. nauk. pr. Volyn. nats. un-tu im. Lesi Ukrainky*. Lutsk : Volyn. nats. un-t im. Lesi Ukrainky, no. 4 (20), 294–299.
8. Romanenko, V. A. (2010). Fizicheskaia podgotovka studentov: problemy bez resheniya [Physical training of students: problems without solutions]. *Molod tretoho tysiacholittia: humanitarni problemy ta shliakhy yikh rozviazannia: Zb. nauk. statei*. O., t. 2, 137 – 139.
9. Tsos, A., Berhyer, Jo. & Sabirov, O. (2015). Riven fizychnoi aktyvnosti studentiv vyshchyykh navchalnykh zakladiv [The level of physical activity of students in higher education]. *Fizychnе vykhovannia, sport i kultura zdorovia u suchasnomu suspilstvi : zб. nauk. pr. Skhidnoievrop. nats. un-tu im. Lesi Ukrainky*. Lutsk : Skhidnoievrop. nats. un-t im. Lesi Ukrainky, no. 3 (31), 202–210.

Стаття надійшла до редакції 09.03.2018 р.