

ПРОБЛЕМИ ОПТИМІЗАЦІЇ ПРОЦЕСУ ФОРМУВАННЯ ФІЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВЧИХ КОМПЕТЕНТНОСТЕЙ СТУДЕНТІВ ГУМАНІТАРНИХ ФАКУЛЬТЕТІВ

О. Коваль, М. Гуска

Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, Україна

кореспондент-автор – Коваль О.: kovalsasha0033@gmail.com

doi: 10.32626/2309-8082.2019-15.61-65

Формування необхідного рівня фізичного розвитку студентів є одним із найважливіших завдань фізичного виховання у закладі вищої освіти. Вирішення цього завдання на сучасному етапі не може бути достатньо ефективним без вивчення проблем оптимізації формування фізкультурно-оздоровчих компетентностей студентів. В статті розглянуті проблемні питання сучасної вищої освіти по формуванню фізкультурно-оздоровчих компетентностей студентів гуманітарних факультетів. Визначені провідні чинники, що впливають на посилення інтересу до цих занять, проаналізовані провідні форми занять із фізичного виховання, виявлені мотиви, що впливають на посилення інтересу до фізичного виховання. Обґрунтовується важливість застосування особистісно орієнтованого підходу до проведення занять з фізичної культури, необхідність налагодження взаємовідносин між викладачем та студентами на демократичних та гуманних засадах. Вказується на необхідність залучення студентів до самостійних спортивних занять у позанавчальний час, які забезпечують ефективність формування фізкультурно-оздоровчих компетентностей.

Ключові слова: фізкультурно-оздоровчі компетентності, навчальний процес, студенти, здоров'я, рухова активність, фізичне виховання, мотивація, творчий компонент, інформаційний компонент, самостійні заняття.

Koval O., Guska M. Problems of optimization of the formation process physical and festival competences students of the humanities faculty

Abstract. Physical education is a tool for enhancing students' physical and health competence that enables solving a number of problems important for teaching, mental training, and health promotion. This tool is also capable of assuring well-balanced pedagogical strategies

Вступ

Основна мета фізичного виховання – це, перш за все, задоволення потреб студентів і суспільства в цілому у формуванні всебічно духовно і фізично розвиненої особистості, сприяння підвищенню рівня її життєдіяльності та сформованості високої фізкультурно-оздоровчої компетентності [3, с. 100–103].

Фізкультурно-оздоровчі компетентності студентів забезпечують процес саморозвитку і самовдосконалення, збереження здоров'я, підтримання високого рівня фізичної підготовленості і працездатності, дотримання здорового способу життя, наявність умінь і навиків залучити до цього інших у процесі професійної діяльності [4, с. 18–25].

Проблема технології формування фізкультурно-оздоровчих компетентностей у студентів суттєво

for developing creative, intelligent, morally upstanding, and physically fit personality. Laying the groundwork for development of students' physical fitness is high on the higher education institution's agenda.

Effective approaches to dealing with above-mentioned issues suppose further development of the physical education didactics, and research on the tools for advancing students' physical and health competence. The aim of this paper is to review the critical challenges for modern higher education concerning physical and health competence development of humanities students. Specifically, key physical training activities are analyzed; motivational factors influencing students' perception of physical education are examined; factors that lead to increasing interest in physical education are identified. The paper highlights that motivation is critical to promotion of student engagement in physical activities. Moreover, motivation shapes the attitude towards healthy lifestyle. The participants of the questionnaire based survey were 1-st and 2-nd-year students studying at the Faculty of Ukrainian Philology and Journalism and the Faculty of Foreign Philology. The results of this paper provide evidence that student-centered approach to physical education encourages dialogue between teacher and students, based on democratic and humanistic values. Indeed, students' positive attitudes towards physical activity, high level of motivation, and developed physical and health competence are recognized as important learning outcomes of physical education.

Therefore, it is important to provide students with opportunities for independent and extracurricular physical activities that assure the effectiveness of physical and health competence developing, promote healthy lifestyle, and foster positive learning environment at higher education institution.

Key words: physical and health competence, teaching-learning process, students, health, physical activity, physical education, motivation, creative component, content, self-guided activities.

пов'язана із розвитком мотивації, тобто ціннісним ставленням їх до вибору виду рухової активності. Оптимізація формування фізкультурно-оздоровчих компетентностей студентів з використанням різних форм та методів організації навчального процесу з фізичного виховання є актуальною проблемою сьогодення.

Основні завдання формування фізкультурно-оздоровчих компетентностей студентської молоді полягають у тому, щоб: надати студентам знання і сформувані мотивації дотримання здорового способу життя; сформувати стійку звичку до щоденних занять фізичними вправами, використовуючи різні раціональні форми; проводити систематичні фізичні тренування з оздоровчою або спортивною спрямованістю; інформувати студентів про головні цінності фізичної культури

і спорту; здійснювати діагностику і корекцію формування рухових компетенцій студентів у процесі фізичного виховання у вищих закладах освіти [9, с. 84–87].

Встановлено [4, с. 18–25], що в основі технології формування фізкультурно-оздоровчих компетентностей у студентів має бути чітка система фізичного виховання, яка передбачає:

- 1) цілісне відображення у змісті навчання завдань формування всебічно розвиненої особистості майбутнього фахівця;
- 2) високий науковий, методичний і практичний рівень змісту навчальних занять;
- 3) відповідність складності змісту навчального процесу реальним можливостям студента: стану здоров'я, рівню фізичного розвитку і фізичної підготовленості, наявності умінь і навичок щодо виконання вправ тощо;
- 4) відповідність обсягу змісту навчального матеріалу відведеному часу для його засвоєння або виконання;
- 5) відповідність змісту навчального матеріалу матеріально-технічній базі закладу вищої освіти та наявності фахівців даного профілю.

Для формування у студентів фізкультурно-оздоровчої компетентності засобами фізичного виховання необхідно: з першого курсу прищеплювати сучасні погляди на роль фізичної культури у процесі становлення особистості; пропагувати фізичну культуру і спорт; стимулювати прагнення бути здоровим і потребу у фізичному самовдосконаленні; важливо скерувати студентів на опанування системою загально-теоретичних, спеціальних і методичних знань із використанням фізичної культури у виховній роботі з подальшим їх використанням за фахом [11, с. 198–208].

Значна кількість досліджень із проблеми організації процесу фізичного виховання у закладах вищої освіти вказує на необхідність пошуку сучасних засобів, нових технологій, які зможуть підвищити рівень мотивації студентів до занять фізичними вправами, будуть націлені на формування в них високої культури здоров'я, розвитку фізичних якостей [2, с. 56–58].

Чільне місце у формуванні фізкультурно-оздоровчої компетентності студентів посідає інформаційний компонент, який націлює студента на вибір активної життєвої позиції, спрямованої на збереження і закріплення власного здоров'я через збільшення обсягу знань, умінь і навичок в організації самостійного рухового режиму. Інформаційний компонент дозволяє студентам долучитись до творчої діяльності, що ґрунтується на отриманих знаннях. Він орієнтує студентів на самостійне вивчення питань збереження здоров'я, найбільше для

них значущих. Інформацію про збереження і зміцнення здоров'я студенти одержують з різних джерел.

Творчий компонент у формуванні фізкультурно-оздоровчої компетентності студентів виявляється як підсумок діяльності, спрямованої на засвоєння студентами теоретичних положень, і можливість їх практичного використання задля зміцнення і збереження власного здоров'я у стандартних і нестандартних життєвих ситуаціях. Під час створених нестандартних ситуацій студенти використовують потенційні можливості у збереженні свого здоров'я, вони виявляють здібність використовувати сучасні оздоровчі технології для зміцнення і збереження здоров'я [1, с. 5].

Велика увага вчених приділяється проблемі мотивації при виборі засобів фізичної підготовки, які могли б сформувати стійкий інтерес до занять на тривалий термін. При цьому відмічається, що ефективність занять фізичною культурою і спортом залежить також від різних соціальних чинників.

Матеріал і методи дослідження

Мета дослідження – дослідити засоби оптимізації формування фізкультурно-оздоровчих компетентностей у студентів гуманітарних факультетів закладів вищої освіти з урахуванням можливостей навчального закладу. Дослідження проводилось на базі Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. У ньому взяли участь студенти 1–2 курсів факультету української філології та журналістики та факультету іноземної філології.

Для досягнення мети та вирішення поставлених завдань використано такі методи дослідження: теоретичні (аналіз наукової літератури для комплексного вивчення різних наукових поглядів на досліджувану проблему); емпіричні (педагогічне спостереження; опитування та анкетування студентів; аналіз отриманих даних).

З метою визначення пріоритетних мотивів до вибору видів фізкультурно-оздоровчої діяльності, з'ясування зовнішніх і внутрішніх чинників, які впливають на підвищення мотивації студентів до занять фізичними вправами у вересні-жовтні 2018 року було проведено анкетування серед студентів першого та другого курсів факультету української філології та журналістики та факультету іноземної філології Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. В опитуванні прийняли участь 90 студентів.

Результати дослідження

Результати дослідження показали, що головним мотивом, який спонукає студентів займатись фізичною культурою та спортом, є прагнення «зміцнити своє здоров'я» (59,3% відповідей). Мотив «солідарності»

складає 28,3 %, «розваги, активного відпочинку» становить 8,6 %, а «підготовка до майбутньої роботи» – 3,8%. Також було встановлено, що на ефективність занять фізичною культурою впливають певні соціальні чинники. Зокрема, рівень інтересу студентів до фізичної культури є відображенням стану фізичного виховання в школах, де вони навчалися (69,61%). Фактор знання про користь від занять фізичною культурою та спортом становить 24,5 %. На інші чинники (поради батьків, поради викладачів) припадає 5,96 %. За отриманими даними, більшість студентів розуміють важливість занять фізичною культурою та спортом: 67 % – регулярно відвідують навчальні заняття з фізичної культури; 86 % – займатися фізичною культурою подобається. Відсоток студентів, які хотіли б займатися в спортивних секціях під час навчання у закладі вищої освіти, складає 65,34 %, що створює передумови для ефективної навчально-виховної діяльності.

Крім того, під час опитування ми встановили, яким видам рухової активності студенти надають перевагу. Серед пріоритетних – фітнес (62,2 %), аеробіка (45,6 %), атлетизм (42,8 %), туризм (32,4 %).

Більшість студентів під час опитування відзначила позитивну роль викладача при наданні їм допомоги у зміцненні здоров'я, у підвищенні рівня фізичної підготовленості, під час підготовки до успішного складання заліку з фізичного виховання.

Оскільки провідною формою роботи зі створення позитивної мотивації до занять фізичною культурою є заняття з фізичного виховання, формування фізкультурно-оздоровчих компетентностей у студентів в значній мірі залежить від взаємовідносин «викладач-студент». Досягненню високої ефективності кожного заняття сприяє глибоке знання викладачем теорії і методики його проведення. Якщо заняття результативне, викликає інтерес і задоволення студентів, має інструктивну спрямованість, тоді воно стає основним фактором виховання в студентів стійкої звички займатися фізичною культурою і спортом у різних формах. Неодмінною умовою ефективності є необхідність досягнення оптимальної рухової активності всіх студентів упродовж кожного заняття. Показовим для сучасного ефективного заняття з фізичної культури є розмаїття організаторських форм, засобів, методів і прийомів, які використовує викладач.

Дискусія

Фізичне виховання – один із важливих засобів різнобічного та гармонійного розвитку студентської молоді, підвищення її фізичної підготовленості. Заняття фізичною культурою і спортом сприяють формуванню у студентської молоді здорового способу життя, а також

духовному і фізичному розвитку. Фізичні вправи позитивно впливають на здоров'я, підвищують нервово-психічну стійкість до емоційних стресів, підтримують високу фізичну і розумову працездатність [10, с. 106–109].

Для підвищення ефективності фізичного виховання у закладах вищої освіти проводиться досить багато різноманітних досліджень. Зокрема, пропонується вдосконалити методи й форми проведення занять, покращити програмно-нормативне забезпечення, збільшити рухову активність студентів, формувати здоровий спосіб життя. Встановлено, що фахівці надають перевагу таким видам рухової активності, як сучасні фізкультурно-оздоровчі технології (фітнес програми аеробної та силової спрямованості) (47,1 %), заняття у воді (35,3 %), ігрові види спорту (52,9%), нетрадиційні види рухової активності (35,3 %), інші (29,4 %), що відповідає відношенню студентів до цих видів занять [13, с. 94–100].

При цьому методи викладання неодмінно повинні співвідноситися з рівнем фізичного і психічного розвитку студентів, з різними рівнями індивідуальних рухових здібностей, матеріально-технічним оснащенням занять, які зможуть забезпечити виконання поставлених завдань.

Система формування теоретичних та практичних знань студентів спрямована, перш за все, на вирішення одного з основних завдань процесу фізичного вдосконалення – виховання свідомого ставлення до свого здоров'я як найвищої соціальної цінності.

Засоби фізичного виховання, що відповідають інтересам, потребам та індивідуальним можливостям студентів, сприяють збільшенню рухової активності, забезпечують розвиток інформативно значущих компонентів професійно-прикладної фізичної підготовленості.

Для досягнення оптимального рівня професійної готовності, яка включає в себе набуття студентами спеціальних знань, умінь та навичок фізкультурно-оздоровчої діяльності, необхідно підвищувати у студентів інтерес до фізичної культури та формувати позитивні мотивації до фізичної активності і здорового способу життя [7, с. 168–170].

Важливим мотиваційним чинником у фізкультурно-оздоровчій діяльності є оцінка студентом своїх здібностей і своєї компетентності, впевненість у своїх можливостях виконувати визначене завдання. Віра у свої здібності впливає на мотивацію і продуктивність діяльності [8, с. 125–128].

Побудова особистісно орієнтованої системи фізичного виховання студентів, спрямованої на формування особистої фізичної культури, буде більш ефективною за умов організації конструктивного спілкування між викладачем та студентами, стимулювання суб'єктності юнаків і дівчат, а також забезпечення переходу фізич-

ного виховання студентів у фізичне самовиховання. Успішне застосування таких технологій залежить від рівня кваліфікації педагога, що вимагає нових підходів до змісту, форм і методів професійної підготовки фахівців із фізичного виховання та спорту нової формації, здатних до плідної професійної діяльності, які не лише володіють системою спеціальних знань, професійних умінь і навичок, а й професійно значущими якостями, відповідною компетентністю [12, с. 103–111].

Нові підходи до змісту фізкультурно-оздоровчої освіти полягають у суттєвому підвищенні якості освіти і рівня компетентності студентів шляхом модернізації змісту навчальних дисциплін та науково-методичного забезпечення навчального процесу. Необхідно ґрунтовно ознайомлювати студентів із сучасними експериментальними дослідженнями, передовим педагогічним досвідом, сучасною методичною літературою.

Для актуалізації мотивів фізкультурно-спортивної діяльності студентів викладачам фізичної культури рекомендується регулярно і уважно вивчати потреби студентів у галузі фізичної культури; збільшити кількість спортивних секцій з найбільш популярних видів спорту серед студентів; оптимізувати час для занять фізкультурою і спортом у межах навчального розкладу [5, с. 52–56].

Для обґрунтування програмного навантаження з фізичного виховання необхідно застосовувати «доповнювальний» підхід, який передбачає створення таких моделей фізичного виховання, що передбачають пристосовування до соціальних, психологічних та навчальних навантажень. Головним критерієм оцінювання такого доповнення є показники оптимальної реакції організму студентів на сумарну дію всіх подразників навколишнього середовища [3, с.100–103].

Засвоїти знання та сформувані вміння, необхідні студентові, неможливо без використання інформаційно-комунікативних технологій (ІКТ).

Сьогодні найбільш поширеним на практиці є фрагментарне використання інформаційних технологій у навчальному процесі в рамках традиційних моделей навчання. Такий підхід полягає в поєднанні різноманітних традиційних технологій навчання з інформаційними. ІКТ добре поєднуються з різноманітними традиційними технологіями, методами (дослідницьким, пошуковим, пояснювально-ілюстративним) і формами навчання (індивідуальними, груповими, масовими). Розвивається мотивація до навчання, особистісні і соціальні навички, творчість, впевненість в собі. Продуктом такої організації процесу навчання виступає розвинена особистість, підготовлена до відповідної фахової діяльності.

Самостійні заняття фізичними вправами, куди повинні увійти ранкова гігієнічна гімнастика, туристичні

походи і екскурсії, оздоровчий біг і ходьба, спортивні ігри, лижні прогулянки, катання на велосипеді, заняття аеробікою, плаванням, на тренажерах тощо, повинні знайти практичне впровадження в побут студентства. Самостійні заняття мають велике виховне значення, викликають інтерес до спортивної діяльності, виховують ініціативу, критичне відношення до своїх успіхів і недоликів. В процесі цих занять підвищується дисциплінованість студентів [6, с. 189–196].

Результатом становлення та розвитку фізкультурно-оздоровчих компетентностей є готовність випускників до будь-якої соціально-необхідної діяльності; здатність до самостійного опанування знаннями та використанням оздоровчих технологій, які є основою будь-якої професійної діяльності; сформованість професійно важливих фізичних та психологічних якостей.

Висновки

1. Анкетування виявило надзвичайну зацікавленість студентів, які були залучені до опитування, що свідчить про актуальність і доцільність вивчення шляхів оптимізації формування фізкультурно-оздоровчих компетентностей студентів. Встановлено, що формування мотиваційно-ціннісного ставлення студентів до систематичного відвідування занять з фізичного виховання базується на позитивному ставленні до фізичної культури, усвідомленні важливості рухової активності та систематичних занять фізичними вправами, вмінні застосовувати оздоровчі технології для розвитку професійно значущих якостей особистості.

2. Впровадження в процес організації фізичного виховання новітніх технологій, зокрема особистісно орієнтованих, мотивує студентів до занять фізичними вправами, оптимізації власної рухової активності не тільки під час навчальних занять, а й у позааудиторний час. Пріоритетність напрямів застосування цих технологій в межах закладу вищої освіти залежить від вибору видів спорту студентами, їх інтересів пізнавальної діяльності та ставлення до активної форми занять фізичною культурою.

3. Нові підходи до навчального процесу зумовили використання інформаційно-комунікативних технологій. ІКТ істотно посилюють мотивацію навчання, підвищують рівень індивідуалізації навчання, інтенсифікують процес навчання, підвищують зацікавленість та рівень знань студентів.

Перспективи подальших досліджень вбачаємо в постійному оновленні та вдосконаленні навчальних занять з фізичної культури та розробці методик підвищення мотивацій студентів щодо фізкультурно-оздоровчої діяльності.

Конфлікт інтересів. Автори заявляють про відсутність конфлікту інтересів.

Джерела та література

1. Андріанов Т. Компетентність майбутніх учителів у проведенні фізкультурно-оздоровчих та спортивно-масових заходів з учнями. Педагогіка вищої та середньої школи. 2014. Вип. 41.
2. Бугайчук Н. Способи оптимізації фізичного виховання студентів вищих навчальних закладів на сучасному етапі. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві: збірник наукових праць Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки. 2015. № 4 (32).
3. Грибан Г. П. Формування готовності студентів до майбутньої професійної діяльності в системі фізичного виховання. Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Сер. : Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт. 2014. Вип. 118(2).
4. Грибан Г. П. Технологія формування фізкультурно-оздоровчих компетентностей у студентів засобами особистісно-орієнтованого підходу до фізичного виховання. Фізична культура, спорт та здоров'я нації: збірник наукових праць. Вип.2. Житомир: Вид-во ФОП Євенок О.О., 2016.
5. Долженко Л., Погребняк Д. Формування мотивації до рухової активності студентської молоді з різним рівнем фізичного здоров'я. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. Київ, 2014. № 4.
6. Коваль О. Г. Формування рухової активності студентів під час навчання у вищому навчальному закладі. Вісник Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини. 2018. Вип. 11.
7. Косинський Е. Самооцінка стану здоров'я студентів і їх мотивація до занять фізичним вихованням. Молода спортивна наука України. Збірник наукових праць з галузі фізичного виховання, спорту і здоров'я людини. Львів, 2011. Вип. 15. Т. 2.
8. Куртова Г. Ю., Іванов Д.М. Здоровий спосіб життя як пріоритетна цінність виховання сучасних дітей та молоді. Вісник Чернігівського державного педагогічного університету. 2008. Вип. 55.
9. Мунтян В. С. Особенности формирования положительной мотивации студентов к физическому воспитанию. Вісник Чернігівського національного педагогічного університету імені Т. Г. Шевченка. Чернігов: ЧНПУ, 2012.Т. 98(1).
10. Петренко Ю. І., Ашанін В. С. Про актуальність формування рухових компетенцій студентів вищих закладів освіти. Фізична культура, спорт та здоров'я. 17 Міжнародна науково-практична конференція, 7–8 грудня 2017 р. Харків: Харківська державна академія фізичної культури.
11. Сидоренко О., Бережна Л. Формування фізкультурно-оздоровчої компетентності як складової професійного іміджу майбутніх учителів. Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології. 2018. № 3 (77).
12. Соловйов В. Розвиток фізкультурно-оздоровчої діяльності загальноосвітніх навчальних закладів у сільській місцевості. Педагогіка і психологія професійної освіти. 2012. № 6.
13. Футорний С. М. Шляхи удосконалення організації фізичного виховання студентів вищих навчальних закладів. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. 2013. № 12.

References

1. Andrianov T. [Competence of future teachers in conducting sports and mass events with students]. *Pedagogy of high and high school*. 2014. Vol. 41. P. 5. [in Ukraine].
2. Bugaychuk N. [Ways to optimize the physical education of students of higher education at the present stage.] *Physical Education, Sports and Health Culture in Modern Society: A Collection of Scientific Papers of Lesya Ukrainka Eastern European National University*. 2015. Vol. 4 (32). Pp. 56–58. [in Ukraine].
3. Griban G. P. [Formation of students' readiness for future professional activity in the physical education system.] *Bulletin of Chernihiv National Pedagogical University*. Avg.: Pedagogical Sciences. Physical education and sports. 2014. Vol. 118 (2). Pp. 100–103. [in Ukraine].
4. Griban G. P. [Technology of formation of physical-fitness competences at students by means of the person-oriented approach to physical education.] *Physical education, sports and health of the nation: a collection of scientific papers*. Issue 2. Zhytomyr: Issue of the FOP Evenok OO, 2016. Pp. 18–25. [in Ukraine].
5. Dolzhenko L., Pogrebnyak D. [Formation of motivation for motor activity of student youth with different level of physical health]. *Theory and methodology of physical education and sports*. Kyiv, 2014. Vol. 4. Pp. 52–56. [in Ukraine].
6. Koval O. G. [Formation of students' motor activity during their studies at a higher education institution]. *Bulletin of Kamianets-Podilskyi Ivan Ogiyenko National University. Physical education, sports and human health*. 2018. Vol. 11. Pp. 189–196. [in Ukraine].
7. Kosinski E. [Self-esteem of students' health and their motivation for physical education. Young sports science of Ukraine. *Collection of scientific works in the field of physical education, sports and human health*. Lviv, 2011. Pp. 168–170. [in Ukraine].
8. Kurtova G. Y., Ivanov D. M. [Healthy lifestyles as a priority value for the education of modern children and youth]. *Bulletin of Chernihiv State Pedagogical University*. 2008. Iss. 55. Pp. 125–128.
9. Muntyan V. S. [Features of formation of positive motivation of students to physical education]. *Bulletin of Chernihiv Taras Shevchenko National Pedagogical University*. Chernihiv: CNPU, 2012.Т. 98 (1). Pp. 84–87. [in Ukraine].
10. Petrenko Yu. I., Ashanin V. S. [On the relevance of the formation of motor competencies of students of higher education institutions]. *Physical education, sports and health*. 17th International Scientific and Practical Conference, December 7–8, 2017 Kharkiv: Kharkiv State Academy of Physical Education. Pp. 106–109. [in Ukraine].
11. Sidorenko O., Berezhna L. [Formation of fitness and health competency as a component of professional image of future teachers]. *Pedagogical sciences: theory, history, innovative technologies*. 2018. Vol. 3 (77). Pp. 198–208. [in Ukraine].
12. Solovyov V. [Development of physical education and health activity of secondary schools in rural areas]. *Pedagogy and psychology of vocational education*. 2012. Vol. 6. Pp. 103–106. [in Ukraine].
13. Futorny S. M. [Ways to improve the organization of physical education of students of higher education]. *Pedagogy, psychology and medical and biological problems of physical education and sports*. 2013. Vol. 12. Pp. 94–98. [in Ukraine].

Надійшла 10.11.2019