АНАЛІЗ ЗМІСТУ ІНФОРМАЦІЙНО-МЕТОДИЧНОГО ПРОЕКТУ ПІДВИЩЕННЯ РІВНЯ ТЕОРЕТИЧНИХ ЗНАНЬ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

Віталій Кашуба, Інна Асаулюк**, Петро Маринчук**, Анна Дяченко***

** Національний університет фізичного виховання і спорту України*

*** Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського*

Анотації:

Актуальність теми дослідження. Аналіз існуючих психолого-педагогічних досліджень свідчить про те, що дослідження у галузі пронизані пошуком таких педагогічних технологій, які б чітко визначали мету навчання і сприяли конструюванню навчального процесу, базуючись на певних аспектах – соціальне замовлення, освітні орієнтири, мета та зміст навчання тощо; у процесі навчання забезпечували формування як власне пізнавальної діяльності, так і готовності до реалізації основ майбутньої професії, передбачаючи процеси адаптації, самовизначення та самореалізації кожного окремого студента. **Мета статті** – опис змістової сторони теоретичного блоку технології професійно-прикладної фізичної підготовки. **Методи дослідження.** У роботі використано аналіз фахової науково-методичної літератури та педагогічні методи дослідження, анкетування, методи математичної статистики. **Результати роботи.** Проведено оцінку теоретичних знань студентів спеціальності «Музичне мистецтво», розроблено інформаційно-методичний проект «Пазли здоров'я», що забезпечує студентську молодь мистецького фаху теоретичними знаннями в галузі фізичної культури і спорту, сприяє підвищенню мотивації, прищепленню інтересу до рухової активності та формуванню потреб у ній. Виконання теоретичних завдань практикували на кожному занятті з фізичного виховання та в ході проведення позакласних форм занять. **Ключові висновки.** Застосовувані інтерактивні методи навчання та систематизація результатів практичного досвіду щодо шляхів надання теоретичної інформації з фізичної культури в практиці фізичного виховання студентської молоді дозволила розробити та впровадити в освітній процес студентів спеціальності «Музичне мистецтво» інформаційно-методичний проект «Пазли здоров'я», ефективність застосування якого буде підтверджена у педагогічному експерименті.

Ключові слова:

студенти, теоретична підготовка, інформаційно-методичний проект.

Analysis of the Content of the Information and Methodical Project of Improving the Level of Theoretical Knowledge of Student Youth

Relevance of the research topic. There is a need to develop pedagogical technologies for the design of the educational process. It is necessary to take into account aspects – social order, educational guidelines, goals and content of training, readiness of students to implement the foundations of a future profession and self-realization of each individual student. **The purpose** of the article is to describe the content side of the theoretical block of the technology of professionally applied physical training. **Research methods.** The work uses the analysis of scientific and methodological literature and pedagogical research methods, questionnaires, methods of mathematical statistics. **Results of work.** There arises a problem of finding innovative ways of providing theoretical information on physical culture and raising the level of theoretical knowledge of students in this field. There was conducted the estimation of theoretical knowledge of students of the «Musical Art» specialty. An informational and methodological project «Puzzles of Health» has been developed. The project provides students with theoretical knowledge in the field of physical culture and sports, helps to increase motivation, instill interest in physical activity and the formation of needs for it. The fulfillment of theoretical tasks was practiced at each physical education lesson and in the course of extracurricular activities. **Key findings.** Developed and introduced into the educational process of students of the specialty «Musical Art» information and methodological project «Puzzles of Health». The applied interactive teaching methods will be aimed at forming theoretical knowledge, increasing the motivation to cognitive activity and physical education lessons. The effectiveness of the application will be confirmed in a pedagogical experiment.

students, theoretical training, informational and methodical project.

Анализ содержания информационно-методического проекта повышения уровня теоретических знаний студенческой молодежи

Актуальность темы исследования. Анализ существующих психолого-педагогических исследований свидетельствует о том, что существует необходимость разработки педагогических технологий, которые бы четко определяли цели обучения и способствовали конструированию учебного процесса, основываясь на определенных аспектах – социальный заказ, образовательные ориентиры, цели и содержание обучения, а также в процессе обучения обеспечивали формирование, как собственно познавательной деятельности, так и готовности к реализации основ будущей профессии, предвидя процессы адаптации, самоопределения и самореализации каждого отдельного студента. **Цель статьи** – описание содержательной стороны теоретического блока технологии профессионально-прикладной физической подготовки. **Методы исследования.** В работе использованы анализ научно-методической литературы и педагогические методы исследования, анкетирование, методы математической статистики. **Результаты работы.** Проведена оценка теоретических знаний студентов специальности «Музыкальное искусство», разработан информационно-методический проект «Пазлы здоровья», который обеспечивает студенческую молодежь означенной специальности теоретическими знаниями в области физической культуры и спорта, способствует повышению мотивации, привитию интереса к двигательной активности и формированию потребностей в ней. Выполнение теоретических задач практиковали на каждом занятии по физическому воспитанию и в ходе проведения внеклассных форм занятий. **Ключевые выводы.** Применяемые интерактивные методы обучения и систематизация результатов практического опыта, путей предоставления теоретической информации по физической культуре в практике физического воспитания студенческой молодежи позволила разработать и внедрить в образовательный процесс студентов специальности «Музыкальное искусство» информационно-методический проект «Пазлы здоровья», эффективность применения которого будет подтверждена в педагогическом эксперименте.

студенты, теоретическая подготовка, информационно-методический проект.

Постановка проблеми. З огляду на сьогоденні реалії вважаємо за доцільне наголосити, що у Національній доктрині розвитку освіти, низці державних стандартів і комплексній програмі із фізичного виховання студентів ЗВО обґрунтовано потребу формування системи фізичного виховання, зорієнтованої на визнання такої негативної тенденції, як відсутність у студентів

інтересу до занять фізичною культурою, а відтак спрямованої на прищеплення такого інтересу в роки юнацтва як підґрунтя дій дорослої людини, пов'язаних зі збереженням працездатності й успішною реалізацією здорового способу життя [9, 19].

Динаміка розвитку сучасного суспільства зумовлена дотриманням інноваційного вектора, до виявів чого належать науково-технічний поступ, швидка зміна технологій, трансформації в системі життєвих цілей і цінностей. Це закономірно позначається на вимогах соціуму до системи освіти [8, 11, 13, 19]. Науково-технічна еволюція вносить суттєві корективи в сферу виробничої діяльності фахівців, оновлює й ускладнює вимоги до професійно-прикладної фізичної підготовки студентів, їхньої трудової діяльності [4, 18].

Динамічна інтеграція інформаційних ресурсів в освітній процес усіх рівнів навчальних закладів, актуалізації світового практичного досвіду спонукають визначитися з актуальним сенсом впровадження інформаційно-комп'ютерних технологій у освітній процес студентів. Покращення рівня фізкультурної освіченості студентів потребує принципово нових підходів, засобів та технологій, які б відповідали індивідуальним особливостям студентів, сприяючи максимально ефективній освітнього процесу [6, 7, 11, 21].

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Роботи, присвячені вивченню рівня теоретичних знань студентів, достатньо широко представлені у науково-методичній літературі [3, 4, 6, 10, 22].

Іншою актуальною проблемою педагогічної практики є створення освітнього інформаційного середовища студентів закладів освіти. Техніка і організація процесу фізичного виховання, творче входження самої особистості студента в такий процес, на нашу думку, – основний зміст педагогічної діяльності.

Мета статті полягає у розгляді змістової сторони теоретичного блоку технології професійно-прикладної фізичної підготовки – інформаційно-методичного проекту «Пазли здоров'я».

Матеріал і методи дослідження. *Учасники дослідження.* У ході експерименту було залучено студентів I–IV курсів КЗ «Вінницького коледжу культури і мистецтв імені М. Д. Леонтовича», Житомирського музичного училища імені В.С.Косенка Житомирської Обласної Ради та Тульчинського коледжу культури: I курс – 196 осіб (69 юнаків та 127 дівчат); II курс 200 осіб (61 юнак і 139 дівчини); III курс 192 особи (62 юнака та 130 дівчат) та IV курс 200 осіб (71 юнак та 129 дівчат) курсів.

Методи дослідження. У роботі використано аналіз фахової науково-методичної літератури та педагогічні методи дослідження, зокрема анкетування, методи математичної статистики.

Організація дослідження. У дослідженні анкетують, що мала вигляд структурно організованого набору запитань, послуговувалися для збору первинної інформації шляхом звернення до респондентів із проханням надати відповіді на перелік уміщених у ній запитань. Відтак джерелом інформації в анкеті слугували письмові судження-відповіді опитуваної молоді, індивідуальні погляди яких уможливлювали одержання відомостей, необхідних для подальшої інтерпретації дослідницьких даних [3]. Оцінювали виконання тесту за чотирьохбальною системою, спроектованою на чотири рівні навчальних досягнень студентів: рівень «низький», «середній», «достатній», «високий» [5, 8, 24].

Результати дослідження. Професійно-прикладна фізична підготовка є насамперед педагогічним процесом, який передбачає симбіоз зацікавлення виконанням фізичних вправ із зацікавленням до опанування вмінь і навичок, які забезпечують формування й удосконалення фізичного потенціалу майбутнього фахівця щодо виконання ним спектра професійних завдань [4, 18]. Тобто професійна теоретична підготовка, на противагу фізичній підготовці, що набуває реалізації на заняттях з фізичного виховання, постає педагогічним процесом, який охоплює, з одного боку, інтерес до окремих теоретичних засад фізичного виховання, а з іншого – інтерес до здобуття знань, вагомих для майбутнього фахівця щодо виконання ним власної професійної діяльності [11, 13, 18].

У рамках проведеного дослідження було здійснено оцінювання відповідей студентів, в процесі якого зосереджувалися на аналізі обсягу відтвореної інформації та її співвідношення з обсягом інформації, наявної з певного запитання; обсягу другорядної інформації, отриманої студентом, доцільності її введення; частотності звернення по допомогу до викладача; обсягу невправностей (помилки, хиб, неточностей) у відповіді; логічності поданих студентом відомостей.

У ході системної та планової роботи було простежено тенденцію до зниження рівня теоретичної підготовленості з предмету «Фізична культура» студентів усіх курсів закладів культури і мистецтв, зокрема встановлено в ході оцінювання теоретичних знань останніх основну проблематику теоретичної необізнаності з питань загартування та його методичних особливостей, засобів фізичного виховання й їхньої спрямованості.

У процесі дослідження розроблено технологію професійно-прикладної фізичної підготовки студентів мистецьких спеціальностей, яка складається зі змістових модулів, зокрема містить блок «Теоретичні відомості» [3, 4, 6, 17, 22].

Дана стаття присвячена висвітленню змістового наповнення теоретичного блоку технології професійно-прикладної фізичної підготовки – інформаційно-методичного проекту «Пазли здоров'я» [3].

Модуль теоретичного спрямування передбачає забезпечення готовності студентів до участі у процесі професійної підготовки, формування активно-позитивного ставлення до майбутньої пізнавальної діяльності, створення мотиваційної сфери, зосередження уваги на професійній музичній діяльності. У межах модуля теоретичного спрямування студенти здобували знання щодо гігієни фізичних вправ, впливу останніх на здоров'я та фізичний розвиток особистості, засвоювали інформацію щодо самостійного виконання фізичних вправ, вироблення правильної постави [1, 2, 3, 12, 16].

Підвищенню інтересу та підготовленості студентів мистецьких спеціальностей сприяло застосування і проведення: як інформаційно-методичного проекту «Пазли здоров'я», так і презентацій із тем «Використання сучасних комп'ютерних технологій на заняттях фізичної культури», «Застосування фітнес-технологій для підвищення рівня рухової активності», відеоматеріалів «Училище культури і мистецтв – спортивне». У той же час у межах дослідження було організовано позанавчальну роботу.

Рис. 1. Зображення титульної сторінки інформаційно-методичного проекту «Пазли здоров'я»

Організована у межах дослідження позанавчальна робота охоплювала проведення секційних занять із практикою різних видів спорту, спортивно-масових і фізкультурно-оздоровчих заходів, а саме: квести «День здоров'я», «Ми за здоровий спосіб життя», «Здоров'я не купиш – його розум дарує» (квести уможливили розширення й узагальнення знань про здоров'я та здоровий спосіб життя; обговорення ставлення до здоров'я та шляхів його збереження; навчання правильно ставитися до здоров'я й берегти його; формування стійкого інтересу до занять фізичною культурою і спортом; прищеплення переконання в необхідності

суворо дотримуватися санітарно-гігієнічних правил, виховання почуття особистої відповідальності за власне здоров'я), «Зразкові вправи на поставу», «Зелена миля», першість із видів спорту, матчеві турніри серед училищ культури і мистецтв, а також оформлення куточка фізичної культури, стенда «Кращий спортсмен коледжу», фотоальбому «Спортивно-масова робота в коледжі культури і мистецтв».

Проект «Пазли здоров'я» складається з наступних розділів: «Теоретична інформація», «Практичні рекомендації», «Домашні та індивідуальні завдання» (рис. 2).

Рис. 2. Зображення «активного вікна» інформаційно-методичного проекту «Пазли здоров'я»

Модуль містить інформацію про ведення здорового способу життя, правильне харчування, рухову активність, правильність посадки музиканта за музичним інструментом, яку викладено у межах таких тем: «Разом до здорового майбутнього», «Правильна постава – секрет здоров'я та гри на інструменті», «Важливість правильної постави для музиканта», «Основні помилки посадки за інструментом» тощо (рис. 3).

Рис. 3. Зображення сторінки інформаційно-методичного проекту «Пазли здоров'я» – теоретична інформація

Необхідно наголосити, що формування правильної посадки за музичним інструментом, пов'язане із правильним положенням рук і кисті, які забезпечують «роботу над апаратом». Ігровим апаратом музиканта-виконавця здебільшого називають пальці, кисть, передпліччя, які не можна сприймати ізольовано. Зміни у посадці виконавця впливають на характеристики звуку. Музично-виконавська техніка – це сукупність усіх засобів виразності, потрібних для створення художнього образу.

Тому значна частина інформаційно-методичного проекту у розділах «Практичні рекомендації» і «Домашні та індивідуальні завдання» містила інформацію щодо особливостей формування правильної посадки за інструментом, зміцнення м'язів спини тощо.

Дискусія. Відповідь на виклики суспільства, існуючого інформаційного середовища, сучасної ситуації студентоцентризму не така проста і однозначна, вона породжена низкою

суперечностей, а саме: потребою в отриманні суспільством кваліфікованих фахівців та існуючими традиційними підходами щодо їхньої підготовки; необхідністю розробки новітніх інформаційних-освітніх технологій та недостатністю наукових досліджень щодо психолого-педагогічного обґрунтування подібних технологій.

За останні роки було проведено чимало досліджень, спрямованих на вдосконалення процесу фізичного виховання студентів [8, 10, 13, 14, 15, 23]. Хоча завдання, зміст і методи цих досліджень суттєво відрізнялися, було зроблено загальний висновок про те, що підвищення рівня теоретичних знань студентства з галузі фізична культура і спорт є актуальним питанням [3, 4, 6, 10, 22]. Зокрема в роботі У. Катерина (2014) отримані результати, які дозволили визначити ряд чинників для підвищення рівня знань студентів і, відповідно, ефективності освітнього процесу, серед яких: активна пропагандистська діяльність викладачів, врахування інтересів студентів при складанні програм та визначенні змістовної частини учбового матеріалу, акцент на валеологічній направленості теоретичної підготовки для студентів, впровадження коротких інформаційних повідомлень на різні теми на кожному занятті, в тому числі у позанавчальних, факультативних та клубних формах організації, розроблення чіткої організаційної моделі та методичного супроводу позанавчальних форм теоретичної підготовки [10].

Висновки та перспективи подальших досліджень. У процесі дослідження розроблено технологію професійно-прикладної фізичної підготовки студентів мистецьких спеціальностей, яка складається зі змістових модулів, що підлягають інтегруванню в освітній процес студентів спеціальності «Музичне мистецтво» та застосуванню на всіх її етапах. З огляду на встановлений у ході констатувального експерименту низький рівень теоретичної підготовленості студентів мистецьких спеціальностей посилення освітнього ефекту (теоретичної підготовки), формування системи теоретичних знань про професійно-прикладну фізичну підготовку з урахуванням особливостей майбутньої професійної діяльності студентів освітньої програми «Музичне мистецтво» забезпечували шляхом розроблення та реалізації інформаційно-методичного проекту «Пазли здоров'я». Подальший аналіз ситуації передбачає проведення тестування для визначення рівня теоретичної підготовленості респондентів, які були залучені у основний педагогічний експеримент.

Список літературних джерел

1. Андреева О. В., Катерина У. М. Вплив занять фізкультурно-оздоровчої спрямованості на базі навчально-оздоровчих комплексів на показники фізичного стану студентів. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2017. № 2. С. 43-48.
2. Андреева О. Розробка та впровадження технології проектування активної рекреаційної діяльності різних груп населення. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2015. № 1. С. 4-9. http://nbuv.gov.ua/UJRN/svp_2015_1_2
3. Асаулюк І. О. Теоретико-методичні основи професійно-прикладної фізичної підготовки студентів мистецьких спеціальностей. На правах рукопису. Дисертація на здобуття наукового ступеня доктора наук з фізичного виховання і спорту за спеціальністю 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення. Національний університет фізичного виховання і спорту України, Київ, 2020.
4. Асаулюк І.О., Дяченко А.А., Маринчук П.І. Теоретична складова ефективності технології професійно-прикладної фізичної підготовки студентів закладів освіти. *Фізична культура, спорт та здоров'я нації: збірник наукових праць*. Випуск 34. 2020. С 7-13.
5. Грибан Г.П., Кутек Т.Б. Аналіз стану здоров'я студентів вищих навчальних закладів. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2004. № 7. С. 130-132.
6. Дуб М.М., Брич В.В. Використання мульти-

References

1. Andrieieva O. V., Kateryna U. M. Influence of physical culture training on the basis of educational-health complexes on the indicators of physical condition of students. *Teoriia i metodyka fizychnoho vykhovannia i sportu*. 2017. Vol. 2. pp.43-48. (In Ukrainian).
2. Andreeva, O. (2015). Rozrobka and the concurrent technology project of active recreational activities of the population group. *Sports Newsletter Pridniprova*, 1, 4-9. http://nbuv.gov.ua/UJRN/svp_2015_1_2. (In Ukrainian).
3. Asauljuk I. O. (2020). *Teoretiko-metodichni osnovi profesiino-prikladnoyi fizichnoyi pidgotovki studentiv misteczkikh speczial'nostej*. Na pravakh rukopisu. Disertacziya na zdobuttia naukovoogo stupenya doktora nauk z fizichnogo vikhovannia i sportu za speczial'ni'styu 24.00.02 «Fizichna kul'tura, fizichne vikhovannia ri'znikh grup naselennya. Naczi'onal'nij uni'versitet fizichnogo vikhovannia i sportu Ukrayini, Kyiv. (In Ukrainian).
4. Asauljuk I. O., Dyachenko A. A., Marinchuk P. I. (2020). *Teoretichna skladova efektyvnosti tekhnologiyi profesiino-prikladnoyi fizichnoyi pidgotovki studentiv v zakladi v osviti. Fizichna kul'tura, sport ta zdorov'ya naczi'yi: zbi'rnik naukovikh prac'*. Vipusk 34. S 7-13. (In Ukrainian).
5. Grihan G. P., Kutek T. B. (2004) Analiz stanu zdorov'ia studentiv vishchikh navchal'nikh zakladiv. *Sportivnij visnik Pridniprova* vol. 7. S. 130-132. (In Ukrainian).
6. Dub M. M., Brich V. V. (2020). *Vikoristannya mul'timedij-nikh zasobi v dlya pidvishhennya ri'vnya teoretichnikh znan*

медійних засобів для підвищення рівня теоретичних знань студентської молоді з питань здорового способу життя. *Економіка і право охорони здоров'я*. №2(12). 2020. С. 7-10

7. Дяченко А. Особистісні передумови розробки концепції здоров'яформувальних технологій студентів закладів освіти. *Молодіжний науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки*, 2018. (30), 33-37.

8. Єременко Н., Ковальова Н., Бобренко С. Сучасні підходи до формування культури здоров'я студентів в процесі фізичного виховання. *Фізична культура, спорт та здоров'я нації: зб. наук. праць*. Вінниця: ТОВ «Планер», 2019. Вип. 7(26). С. 57-63. <http://reposit.uni-sport.edu.ua/handle/787878787/1766>

9. Закон України «Про основні засади розвитку інформаційного суспільства в Україні на 2007–2015 роки» від 9 січня 2007 року № 537-16 URL:<http://zakonrada.gov.ua/cgi-bin/laws/main.cgi?nreg=537-16>

10. Катерина У.М. Аналіз теоретичної підготовленості студентів вищих навчальних закладів з фізичного виховання. *Фізична культура, спорт та здоров'я нації*. Вінниця. 2014. Вип. 18. С. 98-103

11. Кашуба В., Дяченко А., Асаулюк І. Інформаційні технології як засіб підвищення мотивації студентів до регулярної фізичної активності. III Міжнародної науково-практичної конференції «Фізична активність і якість життя людини». 2019. 61-62.

12. Кашуба В.О. Із досвіду використання фітнес технологій, спрямованих на корекцію тілобудови людини. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2018. №1. С. 131-138.

13. Кенсицька І.Л. Формування цінностей здорового способу життя студентів у процесі фізичного виховання. Дис. канд. наук з ф.в. та сп.: 24.00.02 – фізична культура, фізичне виховання різних груп населення. К., 2017. 278 с

14. Круцевич Т.Ю., Пангелова Н.Є. Сучасні тенденції, щодо організації фізичного виховання у вищих навчальних закладах. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2016. №3. С. 109–114.

15. Левків В.І. Шляхи оптимізації фізичного виховання в освітніх закладах. Актуальні проблеми організації фізичного виховання студентської та учнівської молоді. Львів, 2001. С. 56-58.

16. Лопатський С. В., Випасняк І., Вінтоняк О. В. Аналіз корекційно-профілактичних технологій використаних у процесі фізичного виховання студентів з функціональними порушеннями опорно-рухового апарату. *Вісник Прикарпатського університету*. Серія : Фізична культура. 2016. Вип. 23. С. 3-11.

17. Маринчук П. І. Корекція фізичного стану студентів спеціальності «Музичне мистецтво» в процесі професійно-прикладної фізичної підготовки, дис... канд. наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.02. ВДПУ. НФВСУ. Вінниця, 2018. 290 с.

18. Пилипей Л. П. Професійно-прикладна фізична підготовка студентів. Монографія. Суми. 2009. 312 с.

19. Про пріоритетні напрями інноваційної діяльності в Україні: Закон України від 08.09.2011 № 3715-VI (зі змінами і доповненнями). Відомості Верховної Ради України. Дата оновлення: 11.08.2019 URL:<http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/3715-17>

20. Титаренко А.А. Формирование здорового образа жизни у студенческой молодежи. Актуальные проблемы медико-биологического обеспечения физической культуры, спорта та фізичної реабілітації : зб. статей I Меж-

students'koyi molodi' z pitan' zdorovogo sposobu zhittya. *Ekonomika i pravo okhoroni zdorov'ya*. #2(12). S. 7-10. (In Ukrainian).

7. Dyachenko A. (2018). Osobisti'sni' peredumovi rozrobki koncepczi'yi zdorov'yaformuval'nikh tekhnologi' studentiv zakladi'v osviti [Personal prerequisites for the development of the concept of health-forming technologies for students of educational institutions]. *Molodi'zhnij naukovi'vi'snik Skhidnoyevropejs'kogo naczional'nogo uni'versitetu i'meni' Lesi' Ukrayinki*, (30), 33-37. (in Ukrainian)

8. Ieremenko, N., Kovaleva, N., & Bobrenko, S. (2019). Modern approaches to the formation of students' health culture in the process of physical education. *Physical Culture, Sports and Health of the Nation: Coll. of sciences*. Wash. Vinnytsia: Planer LLC, 7 (26), 57-63. <http://reposit.uni-sport.edu.ua/handle/787878787/1766>

9. Law of Ukraine «On Basic Principles of Information Society Development in Ukraine for 2007–2015» of January 9, 2007, № 537-16 Retrieved from: <http://zakon.rada.gov.ua/cgi-bin/laws/main.cgi?nreg=537-16> [in Ukrainian].

10. Katerina U. M. (2014). Analiz teoretichnoyi pidgotovlenosti' studentiv vishnikh navchal'nikh zakladi'v z fizichnogo vikhovannya [Analysis of the theoretical readiness of students of higher educational institutions in physical education]. *Fi'zichna kul'tura, sport ta zdorov'ya nacz'yi' . Vi'nniczya*, 18, S. 98-103. (in Ukrainian)

11. Kashuba V., Dyachenko A., Asauluk I. (2019) Informaczi'jni' tekhnologi'yi yak zasi'b pi'dvishhennya motivaczi'yi studentiv do regul'arnoyi fi'zichnoyi aktivnosti' Information technology as a means of increasing students' motivation for regular physical activity. *Fi'zichna aktivni'st' i' yaki'st' zhittya lyudini*. 61-62. (in Ukrainian)

12. Kashuba V.O (2018). From the experience of using fitness techniques aimed at correcting the human body. *Naukovo-praktychnyi zhurnal «Sportyvnyi visnyk Prydniprovia»*. Vol. 1. pp. 131-138. (In Ukrainian).

13. Kensi'ka I.L. (2017). Formuvannia cinnostej zdorovogo sposobu zhittia studentiv u procesi fizichnogo vikhovannia. Dis. kand. nauk z f.v. ta sp.: 24.00.02 – fizichna kul'tura, fizichne vikhovannia riznikh grup naselennia. Kiiv. 278 s. (in Ukrainian)

14. Krutsevych T.Iu., Panhelova N.Ie (2016). Contemporary trends in the organization of physical education in higher educational institutions. *Cportyvnyi visnyk Prydniprovia*. Vol. 3. pp. 109 – 114. (In Ukrainian).

15. Levkiv V.I. (2001). Shliakhi optimizacii fizichnogo vikhovannia v osvithnikh zakladakh. Aktual'ni problemi organizacii fizichnogo vikhovannia students'koi ta uchniv'skoi molodi. L'viv. S. 56-58. (In Ukrainian).

16. Lopatskyi S. V., Vypasniak I., Vintoniak O. V (2016). Analiz korektsiino-profilaktychnykh tekhnolohii vykorystovuvanykh u protsesi fizychnoho vykhovannia studentiv z funktsionalnymy porushenniamy oporno-rukhovero aparatu. *Visnyk Prykarpatskoho universytetu*. Seria : Fizychna kultura. Vyp. 23. S. 3-11. (In Ukrainian).

17. Marynychuk P. I. (2018). Correction of the physical condition of students of the specialty «Musical art» in the process of professional-applied physical training, dys... kand. nauk z fiz. vykhovannia i sportu: 24.00.02. VDPU. NFVSU. Vinnytsia. 290 p. (in Ukrainian)

18. Pylypei L. P. (2009). Professional-Applied Physical Training of Students. Monohrafiia. Sumy.. 312 p. (in Ukrainian)

19. On priority areas of innovation in Ukraine: Law of Ukraine of 08.09.2011 № 3715-VI (as amended). Information of the Verkhovna Rada of Ukraine. Retrieved from: <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/3715-17>. (in Ukrainian)

20. Titarenko A.A (2015). Formirovanie zdorovogo obraza zhizni u studencheskojmolodezhi. Aktual'ni' problemi mediko-bi'ologi'chnogo zabezpechennya fi'zichnoyi kul'turi, sportu ta

дунар. науч.-практ. интернетконф. (23 квітня 2015 р.). Харківська державна академія фізичної культури [за ред. О.В. Пешкової]. Х., 2015. С. 106-111.

21. Футорный С., Караватская М. Информационные технологии и Internet-ресурсы в формировании здорового образа жизни студентов в процессе физического воспитания. *Молодежный научный вестник Волынского национального университета имени Леси Украинки*. Физическое воспитание и спорт: журнал. Луцк, 2013. № 9. С. 68–73.

22. Futorny S. An Increased Level Students Theoretical Knowledges for Building a Physical Fitness in the Process of Physical Education. *Молодіжний науковий вісник Волинського нац. ун-т ім. Лесі Українки*. Луцк, 2012. Вип. 8. С. 25–27. 16.

23. Futorny S. Actual issues of improving the process of student's physical education through the application of modern health-saving technologies *Молодіжний науковий вісник Східноєвропейського нац. ун-т ім. Лесі Українки*. Луцк, 2014. Вип. 14. С. 26–30.

24. Pelech I.V., Grygus I.M. Level of physical fitness students. *Journal of Education, Health and Sport*. 2016;6(2):87-98.

fi'zichnoyi reabi'li'taczi'yi : zb. statej I' Mezhdunar. nach.-prakt. i'nternetkonf. (23 kvi'tnya 2015 r.). Kharki'vs'ka derzhavna akademi'ya fi'zichnoyi kul'turi za red. O.V. Pyeshkovoyi. Kh. S. 106-111. (In Ukrainian).

21. Futorny'j S., Karavatskaya M (2013). Informacziorny'e tekhnologii i Internet-resursy' v formirovanii zdorovogo obraza zhizni studentov v processe fizicheskogo vospitaniya. *Molodezhny'j nauchny'j vesnik Voly'nskogo naczional'nogo universiteta imeni Lesi Ukrainki*. Fizicheskoe vospitanie i sport: zhurnal. Luczk. # 9. S. 68–73. (In Ukrainian)

22. Futorny S. An Increased Level Students Theoretical Knowledges for Building a Physical Fitness in the Process of Physical Education *Molodi'zhnij naukovej vi'snik Volins'kogo nacz. un-t i'm. Lesi' Ukrayinki*. Lucz'k, 2012. Vip. 8. S. 25–27. 16. (In English)

23. Futorny S. Actual issues of improving the process of student's physical education through the application of modern health-saving technologies *Molodi'zhnij naukovej vi'snik Skhi'dnoyevropejs'kogo nacz. un-t i'm. Lesi' Ukrayinki*. Lucz'k, 2014. Vip. 14. S. 26–30.

24. Pelech I.V., Grygus I.M (2016). Level of physical fitness students. *Journal of Education, Health and Sport*. 6(2):87-98. (In English)

DOI: doi.org/10.31652/2071-5285-2020-10(29)-34-40

Відомості про авторів:

Кашуба В. О.; orcid.org/0000-0001-6669-738X; kashubavo@gmail.com; Національний університет фізичного виховання і спорту України, вул. Фізкультури, 1, Київ, 02000, Україна.

Асаулюк І. О.; orcid.org/0000-0001-8119-2726; innaasauliuk@gmail.com; Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського, вул. Острозького, 32, Вінниця, 21000, Україна.

Маринчук П. І.; orcid.org/0000-0001-7545-4443; peter.marinchuk@gmail.com; Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського, вул. Острозького, 32, Вінниця, 21000, Україна.

Дяченко А. А.; orcid.org/0000-0002-5131-5665; dyachenkoanna85@gmail.com; Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського, вул. Острозького, 32, Вінниця, 21000, Україна.