

УДК 796.011.3-057

## УПРАВЛІННЯ ФІЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВЧОЮ ДІЯЛЬНІСТЮ СТУДЕНТІВ В УМОВАХ ТРАНСФОРМАЦІЇ УКРАЇНИ В ЄВРОПЕЙСЬКИЙ ОСВІТНІЙ ПРОСТІР

*Григорій Грибан*

*Житомирський державний університет імені Івана Франка*

### Анотації:

**Актуальність теми дослідження.** Система фізичного виховання у ВОЗ перебуває у глибокому кризовому стані і не змогла за роки незалежності України задовольнити потреб фізичного розвитку і фізичної підготовленості студентської молоді. Було завдано не виправданого удару по рівню здоров'я студентів та якості навчально-виховної і спортивної роботи у ВОЗ. Незважаючи на численні наукові дослідження, рекомендації державних органів та галузевих фахівців, які займалися покращенням та удосконалення фізичного виховання у вітчизняних закладах освіти, кардинальних змін не було здійснено. **Мета дослідження** – обґрунтувати ефективні шляхи управління фізкультурно-оздоровчою діяльністю студентів ВОЗ на основі особистісно-орієнтованого вибору фізичної активності. **Методи дослідження:** аналіз та узагальнення науково-методичної літератури, досвіду передової педагогічної практики, анкетне опитування, педагогічні спостереження, бесіди з викладачами та студентами, педагогічне тестування, педагогічний експеримент, методи математичної статистики. **Результати роботи.** Ситуація яка склалася в Україні в системі фізичного виховання студентів вимагає відмови від авторитарних методів управління фізкультурно-оздоровчою діяльністю, урахування інтересів і потреб студентів в особистісно-орієнтованому виборі фізичної активності.

**Висновки.** Особистісно-орієнтований вибір фізичної активності студентів дозволяє покращити рівень їх здоров'я та фізичної підготовленості, сприяє залученню до систематичних занять фізичними вправами і спортом, формує у студентів потребу у фізичному вдосконаленні, покращує фізкультурно-оздоровчу діяльність у ВОЗ та має ряд переваг перед традиційними формами проведення навчальних занять.

### Ключові слова:

*фізичне виховання, фізкультурно-оздоровча діяльність, особистісно-орієнтований вибір, управління, студент.*

### The Management of the Students' Physical and Health Care Activity in the Conditions of the Transformation of Ukraine into the European Educational System

**Relevance.** The HEI physical education system is in a deep crisis and it has failed to meet the needs of the physical development and physical fitness of students during the years of the independence of Ukraine. It took toll on the students' level of health and the quality of educational and sports activities at HEI. Despite numerous scientific studies, the recommendations of the state bodies and industry experts who had been involved in the improvement and refinement of the physical education in national educational institutions, no major changes were made.

**The purpose of the study** is to substantiate effective ways of managing the physical and health care activity of the students of HEI on the basis of person-centered physical activity.

**Research methods:** analysis and generalization of scientific and methodological literature, experience of advanced pedagogical practice, questionnaire, pedagogical observations, conversations with teachers and students, pedagogical testing, pedagogical experiment, methods of mathematical statistics. **The results of the work.** The current situation in Ukraine in the system of physical education of students requires to refuse authoritarian methods of management of physical and health care activities, taking into account the interests and needs of students in the person-centered physical activity.

**Conclusions.** Personal-centered physical activity of students allows to improve the level of their health and physical fitness, promotes their involvement in systematic physical exercises and sports, forms students' needs for physical improvement, develops physical and health care activities at HEI and has several advantages over traditional forms of training.

*physical education, physical and health care activity, person-centered choice, management, student.*

### Управление физкультурно-оздоровительной деятельностью студентов в условиях трансформации Украины в европейское образовательное пространство

**Актуальность темы исследования.** Система физического воспитания в ВУЗ находится в глубоком кризисном состоянии и не смогла за годы независимости Украины удовлетворить потребности физического развития и физической подготовленности студенческой молодежи. Был нанесен непоправимый удар по уровню здоровья студентов и качеству учебно-воспитательной и спортивной работы в ВУЗ. Несмотря на многочисленные научные исследования, рекомендации государственных органов и отраслевых специалистов, которые занимались улучшением и совершенствованием физического воспитания в отечественных учебных заведениях, кардинальных изменений не было осуществлено. **Цель исследования** – обосновать эффективные пути управления физкультурно-оздоровительной деятельностью студентов ВУЗ на основе личностно-ориентированного выбора физической активности. **Методы исследования:** анализ и обобщение научно-методической литературы, опыта передовой педагогической практики, анкетный опрос, педагогические наблюдения, беседы с преподавателями и студентами, педагогическое тестирование, педагогический эксперимент, методы математической статистики. **Результаты работы.** Ситуация которая сложилась в Украине в системе физического воспитания студентов требует отказа от авторитарных методов управления физкультурно-оздоровительной деятельностью, учета интересов и потребностей студентов в личностно-ориентированном выборе физической активности.

**Выводы.** Личностно-ориентированный выбор физической активности студентов позволяет улучшить уровень их здоровья и физической подготовленности, способствует привлечению к систематическим занятиям физическими упражнениями и спортом, формирует у студентов потребности в физическом совершенствовании, улучшает физкультурно-оздоровительную деятельность в ВУЗ и имеет ряд преимуществ перед традиционными формами проведения учебных занятий.

*физическое воспитание, физкультурно-оздоровительная деятельность, личностно-ориентированный выбор, управление, студент.*

**Постановка проблеми.** Стрімке непродумане реформування системи освіти в Україні, в зв'язку з трансформацією у європейський освітній простір, практично зруйнувало навчально-виховний процес з фізичного виховання студентської молоді у ВОЗ. За роки незалежності України система фізичного виховання перебувала у глибокому кризовому стані і не змогла задовольнити потреб фізичного розвитку і фізичної підготовленості студентської молоді. Було завдано не виправданого удару по рівню здоров'я студентів та якості навчально-виховної і спортивної роботи у ВОЗ України. Незважаючи на численні наукові дослідження, рекомендації державних органів та галузевих фахівців, які займалися покращенням та удосконалення фізичного виховання у вітчизняних закладах освіти, кардинальних змін не було здійснено.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Фізкультурно-оздоровча діяльність у ЗВО повинна розглядатися як основа професійного здоров'я та фізичної працездатності майбутніх випускників, які мають бути конкурентно спроможними на європейському ринку праці. Незважаючи на певні намагання щодо вдосконалення системи вищої освіти в Україні, зберігається негативна тенденція до погіршення здоров'я та рівня фізичної підготовленості студентської молоді [2; 4; 11 та ін.]. Сьогодні в Україні відсутні критерії заохочення громадянина до систематичних занять фізичними вправами і масовим спортом, формування потреби у фізичному розвитку і вдосконаленні для забезпечення здоров'я і професійного довголіття тощо [4; 5; 12 та ін.].

В останні роки Міністерство освіти і науки України практично знищує систему фізичного виховання студентів [5; 12]. Відсутність аналогічної за змістом дисципліни «Фізичне виховання» у структурі навчальних планів західних університетів ще не є підставою для вилучення її з навчальних планів ЗВО України. Копіювання навчальних планів провідних європейських університетів, ігнорування рівня сучасного матеріально-технічного забезпечення ЗВО України може не лише зашкодити розвитку фізичного виховання у вищій школі, а й дискредитувати в Україні ідею західноєвропейського освітнього простору [4].

В дійсності, європейська система фізичного виховання студентів заслуговує на те, щоб на її рівнятися, проте виникає питання, яким шляхом за існуючих умов можна прагнути до інтеграції у європейську освітню систему. Європейська модель організації занять фізичними вправами зі студентами потребує повного переймання зарубіжного досвіду, а не частково, як це пропонувалося на державному рівні. Впровадження занять з фізичного виховання у ЗВО у вигляді факультативу та відміни оцінювання з даної дисципліни, призвело сьогодні ще до більшого занепаду фізкультурно-оздоровчої діяльності, яка погіршила рівень здоров'я та фізичної підготовленості студентської молоді [5; 12].

Доведено, що низький фізичний розвиток та фізична підготовленість студентів неминуче викликає у них відчуття невпевненості в собі, занижену самооцінку і не сприяє підвищенню соціальної активності, породжує незадоволення заняттями з фізичного виховання та участю у спортивно-масових і фізкультурно-оздоровчих заходах [4; 10]. За даними літературних джерел встановлено, що основними причинами низького рівня фізичної підготовленості та здоров'я студентської молоді є: знецінення соціального престижу здорового способу життя; недооцінювання у ВОЗ соціальної, оздоровчої та виховної ролі фізичного виховання і масового спорту; низький рівень фізичного стану старшокласників та випускників шкіл, які вступили на навчання; зниження інтересу у студентів до традиційної форми організації занять із фізичного виховання; спрямованість навчального процесу з фізичного виховання на виконання студентами контрольних нормативів; відсутність індивідуального підходу у процесі фізичного виховання; незадовільні умови навчання у ВОЗ, які пов'язані з відсутністю матеріально-технічної бази та спортивного обладнання тощо [1; 3; 6–9; 13–15 та ін.].

**Мета дослідження** – обґрунтувати ефективні шляхи управління фізкультурно-оздоровчою діяльністю студентів вищих освітніх закладів на основі особистісно-орієнтованого вибору рухової активності.

**Матеріал та методи дослідження.** Аналіз та узагальнення науково-методичної літератури, аналіз продуктів діяльності та узагальнення досвіду передової педагогічної практики, анкетне опитування, педагогічні спостереження та бесіди з викладачами та студентами, педагогічне тестування, педагогічний експеримент, методи математичної статистики. В анкетуванні взяли участь студенти Житомирського державного університету імені Івана Франка та Житомирського національного агроекологічного університету. Для проведення формувального педагогічного експерименту було створено експериментальну (n = 31 особа) і контрольну (n = 29 осіб) групи.

**Результати та їх обговорення.** Зміни цільової спрямованості фізичного виховання, суть якого зводиться до формування фізичної культури особистості, вимагає від навчально-виховного

процесу відмови від авторитарних методів, урахування інтересів і потреб студентів у сфері особистого фізичного і духовного вдосконалення. На сучасному етапі модернізації освіти Міністерством освіти і науки України не враховано стан матеріально-технічної бази ВОЗ, менталітет українського студента і відсутність критеріїв оцінки їх стану здоров'я і фізичної підготовленості при прийомі на роботу, не відповідність підготовки спеціалістів, які спроможні упроваджувати в стиль життя студентської молоді зарубіжні та сучасні вітчизняні здоров'язберезувальні технології.

Сучасні зміни внесені Міністерством освіти і науки України у фізичне виховання студентів суттєво вплинули на якість педагогічного процесу (систему навчання), тобто технологія фізичного виховання (навчання) є первинною стосовно педагогічної системи. Відповідно проектування нової педагогічної системи пов'язане, по-перше, з проектуванням і впровадженням нової технології навчання і, по-друге, з подальшими змінами в інших підсистемах педагогічного процесу. Під час формування змісту навчального процесу за особистісно-орієнтованим вибором студентами виду фізичної активності ми виходимо з того, що «технологія навчання» і «методика навчання» мають певні відмінності. Відмінність виявляється в тому, що методика дозволяє відповісти на питання: «Яким шляхом можна досягнути поставлених результатів у навчанні?», а технологія – на питання: Як зробити це «гарантовано?» [5, с. 8].

У формуальному педагогічному експерименті ми пішли шляхом розвитку особистості студента, побудували нові стосунки між викладачем і студентом на основі співдружності і довіри, відійшли від уніфікації і стандартизації, врахували інтереси, уподобання і вільний вибір студентами виду рухової активності і створили експериментальну групу з бажаючих займатися гирьовим спортом. Нами встановлено, що примушування виховує у студентів упертість, небажання прислухатися ні до порад, ні до вимог викладачів. Ігноруючи цю педагогічну аксіому, неможливо досягти позитивних результатів у формуванні будь-якої культурної потреби, в тому числі у фізичному самовдосконаленні та підвищенні рівня рухової активності. Таке проведення навчальних занять змушує студентів відмовлятися від незалежності і самостійності, від того ступеня свободи, яким вони володіють, і діяти в режимі жорсткої регламентації. Цілковите ж підкорення завжди призводить до пасивності, що вбиває бажання займатися фізичними вправами та відвідувати навчальні заняття з фізичного виховання. Така методика організації більшою мірою сприяє відчуженню від фізичного виховання. Ефективність фізкультурно-оздоровчої діяльності визначається не примушуванням, не всебічною регламентацією, а головним чином розумінням самими студентами мети, завдань, засобів і шляхів їх досягнення, внутрішнім ставленням до діяльності, прагненням займатися в міру своїх сил і здібностей.

Відповідно програма занять включала спеціальні вправи, дозування навантаження залежало від фізичного стану студента. Поступово зростаючі дозовані фізичні навантаження забезпечували загальну тренуваність організму, що являлося основою покращання загального фізичного стану та працездатності студентів. Під впливом систематичних занять вправами гирьового спорту в студентів покращилася мотивація до занять з фізичного виховання (табл. 1). Особливість технології формування у студентів особистісно-орієнтованого вибору видів фізичної активності полягає в особистій мотивації та усвідомленості обраного виду фізкультурно-оздоровчої діяльності, де можна як найповніше використовувати принцип демократизації і гуманізації за умови спільної діяльності викладача і студента.

Орієнтація на особистісно-орієнтовану фізкультурно-оздоровчу діяльність в процесі фізичного виховання студентів призводить до суттєвих змін змістової і процесуальної складових, детермінує модернізацію традиційної системи фізичного виховання, розробку і модернізацію нового методичного забезпечення фізичного виховання студентів. При цьому слід зазначити, що потреби студентів у фізичному вдосконаленні – це такий психічний стан, який характеризується потягом до занять фізичними вправами з метою розвитку своїх рухових якостей і зміцнення здоров'я.

Таблиця 1

**Динаміка формування мотиваційно-ціннісного ставлення студентів до фізкультурно-оздоровчої діяльності за особистісно-орієнтованим вибором виду фізичної активності (на прикладі гирьового спорту)**

Групи	Рівень мотивації	До експерименту		Після експерименту		Приріст у%
		кіль. чол.	%	кіль. чол.	%	
ЕГ (31 особа)	Високий	3	9,68	11	35,48	25,80
	Середній	9	29,03	12	38,71	9,68
	Низький	19	61,29	8	25,81	-35,48
КГ (29 осіб)	Високий	4	13,79	3	10,34	-3,45
	Середній	7	24,14	11	37,93	13,79
	Низький	18	62,07	15	51,73	-10,34

Слід зауважити, що цінності обраних видів фізкультурно-оздоровчої діяльності вигідно відрізняються від цінностей традиційного підходу у використанні фізичних вправ для фізичного розвитку студентів. Інтерес студентів до навчально-виховного процесу з фізичного виховання, організованого за особистісно-орієнтованою формою навчання, дає можливість студенту вдосконалюватися у вибраному виді фізичної активності, брати участь у змаганнях, що у цілому суттєво покращує рівень фізичної підготовленості студентів (табл. 2).

Таблиця 2

**Динаміка фізичної підготовленості студентів упродовж проведення формувального педагогічного експерименту (ЕГ – 31 особа; КГ – 29 осіб)**

Тести з фізичної підготовки	Групи	До експерименту	Після експерименту	Приріст $\Delta \bar{X}$	Достовірність різниці	
		$\bar{X} \pm \sigma$	$\bar{X} \pm \sigma$		t	P
Біг на 3000 м (хв, с)	ЕГ	15.43,7 ± 2,17	14.32,4 ± 1,98	1.11,3	3,04	< 0,01
	КГ	14.57,9 ± 2,28	14.42,3 ± 2,09	15,6	2,01	> 0,05
Біг на 100 м (с)	ЕГ	15,02 ± 1,67	14,33 ± 1,61	0,69	2,32	< 0,05
	КГ	14,93 ± 1,54	14,82 ± 0,95	0,11	1,43	> 0,05
Стрибок у довжину з місця (см)	ЕГ	212,23 ± 17,42	225,08 ± 17,39	12,85	2,14	< 0,05
	КГ	213,69 ± 17,61	215,41 ± 17,22	1,72	1,56	> 0,05
Згинання і розгинання рук (разів)	ЕГ	21,68 ± 6,13	33,94 ± 6,36	12,26	3,64	< 0,01
	КГ	22,71 ± 6,45	27,16 ± 6,19	4,45	2,03	< 0,05
Підтягування на перекладині (разів)	ЕГ	7,65 ± 3,19	12,98 ± 2,64	5,3	4,08	< 0,001
	КГ	7,71 ± 3,32	8,13 ± 3,51	0,42	1,12	> 0,05
Піднімання тулуба в сід (разів)	ЕГ	23,42 ± 5,63	39,81 ± 5,27	16,39	4,17	< 0,001
	КГ	24,69 ± 5,36	28,33 ± 5,61	3,64	2,06	< 0,05
Човниковий біг 4 x 9 м (с)	ЕГ	10,69 ± 0,98	9,01 ± 0,91	1,68	2,47	< 0,05
	КГ	10,51 ± 0,87	10,38 ± 0,94	0,13	1,29	> 0,05
Нахили тулуба вперед (см)	ЕГ	6,94 ± 4,75	15,27 ± 4,79	8,33	4,48	< 0,001
	КГ	7,42 ± 4,29	9,56 ± 4,53	2,14	2,17	< 0,05

Аналіз отриманих даних показує, що рівень фізичної підготовленості студентів експериментальної групи, яка займалася за особистісно-орієнтованим вибором фізичної активності (гирьовий спорт) є суттєво кращим, ніж в групі, яка займалася за традиційною формою занять з фізичного виховання. Важливим засобом підвищення якості фізкультурно-оздоровчої діяльності у навчально-виховному процесі є встановлення чіткої системи оцінювання

студентів, визначення критеріїв отримання заліку з фізичного виховання. При цьому необхідно знати, що система оцінювання повинна бути гуманною, неприпустима дискримінація особистості, обмеження її гідності у зв'язку з різним рівнем фізичних можливостей. Центром уваги викладача стають не результати в тестах фізичної підготовленості, а рівень відношення студентів до цього виду діяльності, рівень сформованої мотивації до здорового способу життя.

Важливими чинниками в ході розробки різних засобів фізкультурно-оздоровчої діяльності за особистісно-орієнтованим вибором фізичної активності є об'єктивна потреба (вимоги суспільства) та суб'єктивна (особисте бажання).

При цьому необхідно врахувати можливості кафедри фізичного виховання та пріоритетні види фізкультурно-оздоровчої діяльності і запропонувати їх студентам, завчасно забезпечивши їх теорію, ознайомивши з організацією занять, завданнями, форми, засобами і методами, зв'язками з іншими видами рухової активності.

Важливою вимогою збереження та удосконалення системи фізичного виховання студентів вищих освітніх закладів є цільове управління особистісно-орієнтованим вибором фізичних вправ і спортивною діяльністю студентів. При цьому необхідно модернізувати методичне забезпечення фізкультурно-оздоровчих занять, а саме: вдосконалити демократичні засади у плануванні та організації фізкультурно-оздоровчого процесу в ВОЗ з урахуванням особливостей підготовки фахівців, регіонів та кліматичних умов; орієнтувати фізкультурно-оздоровчу роботу на творчу пізнавальну діяльність студентів, забезпечити диференційований та індивідуальний підхід до формування особистості майбутнього фахівця; розробити комплекси різноманітних самостійних занять з відповідним методичним забезпеченням; вдосконалити матеріально-технічну базу; забезпечити студентів навчально-методичною літературою, тренажерними приладами та устаткуванням, технічними засобами під час вивчення техніки фізичних вправ; застосовувати ефективні форми контролю та оцінювання знань, практичних умінь, навиків, стану загальної і спеціальної фізичної підготовленості та здоров'я студентів.

Тому теоретико-наукове обґрунтування необхідності модернізації системи фізичного виховання у ВОЗ і його побудова на принципах особистісно-орієнтованого змісту сьогодні є важливими науковими і практичними завданнями оптимізації рухової активності студентської молоді та збереження фізичного виховання як навчальної дисципліни у ВОЗ України.

**Висновки.** Модернізація системи фізичного виховання студентів ВОЗ на основі особистісно-орієнтованого вибору фізичної активності сприяє підвищенню інтересу студентів до фізкультурно-оздоровчої діяльності, дозволяє покращити рівень здоров'я, фізичної підготовленості, забезпечує залучення студентів до систематичних занять фізичними вправами і спортом, формує у них потреби у фізичному вдосконаленні. Встановлено, що особистісно-орієнтована форма фізичної активності студентів суттєво покращує фізкультурно-оздоровчу діяльність у ВОЗ та має ряд переваг перед традиційними формами проведення навчальних занять.

**Перспективи подальших досліджень** спрямовані на розробку програм особистісно-орієнтованого навчання студентів за інтересами та уподобаннями.

### Список літературних джерел

1. Белова Т. Ч., Попко Л. Ф., Юраго О. Л. Повышение мотивации к занятиям физической культурой и спортом у студентов посредством занятий по интересам. Взаємодія духовного й фізичного виховання в становленні гармонійно розвиненої особистості. Слов'янськ, 2017. Т. 1. С. 120–123.
2. Бельх С. И. Динамика показателей физического и функционального состояния студентов в ходе эксперимента по апробации личностно-ориентированного физического воспитания. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. 2013. № 9. С. 8–15.
3. Бойко Д.В., Романчук В.М., Пронтенко К.В. Ефективність програми проведення спортивно-орієнтованої форми фізичного виховання студентів з використанням

### References

1. Belova T. Ch., Popko L. F., Yurago O. L. Povishenye motyvacyu k zanyatyam fizycheskoj kulturoj u sportom u studentov posredstvom zanyatyj po ynteresam. Vzayemodiya duxovnogo j fizychnogo vuxovannya v stanovlenni garmonijno rozvynenoyi osobystosti. Slovyansk, 2017. T. 1. S. 120–123.
2. Belyih S. I. Dinamika pokazateley fizicheskogo i funktsionalnogo sostoyaniya studentov v hode eksperimenta po aprobatsii lichnostno orientirovannogo fizicheskogo vospitaniya. Pedagogika, psihologiya ta mediko-biologichni problemi flzichnogo vihovannya i sportu. 2013. # 9. S. 8–15.
3. Bojko D.V., Romanchuk V.M., Prontenko K.V. Efektyvnist programy provedennya sportyvno-oriyentovanoyi formy fizychnogo vuxovannya studentiv z vykorystannyam

засобів гирьового спорту. Вісник Кам'янець-Подільського національного університету. Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини. Кам'янець-Подільський КПУ, 2012. Вип. 5. С. 210–219.

4. Грибан Г. П. Модульно-рейтингова система у фізичному вихованні. – Житомир: Вид-во Рута, 2008. 106 с.

5. Грибан Г.П., Тимошенко О.В., Гошко А.М., Скорий О.С. Педагогічне конструювання та проєктування фізкультурно-оздоровчого процесу студентів в умовах модернізації системи фізичного виховання. Науковий часопис НПУ ім. М. П. Драгоманова. Серія № 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт) : зб. наук. праць / За ред. О. В. Тимошенка. – К.: Вид-во НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2017. Вип. 4 (85) 17. С. 35–39.

6. Дутчак М. В. Парадигма оздоровчої рухової активності: теоретичне обґрунтування і практичне застосування. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2015. № 2. С. 44–52.

7. Свтух М. Б., Волощук І. С. Забезпечення якості вищої освіти – важлива умова інноваційного розвитку держави і суспільства. Педагогіка і психологія. 2008. № 1. С. 70–74.

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

9. Кузнєцова О.Т. Методологічні основи особистісно-орієнтованого виховання студентів у процесі їх залучення до цінностей фізичної культури. Науковий часопис НПУ ім. М. П. Драгоманова. Серія 15 : Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт) : зб. наук. праць / за ред. О. В. Тимошенка. – К. : НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2017. Вип. 3 К (84) 17. С. 240–243.

10. Кузнєцова О. Т. Оздоровчі технології у фізичному вихованні студентів: теорія, методика, практика: монографія. Рівне: Волин. береги, 2018. – 446 с.

11. Москаленко Н. В., Пічурін В. В. Аналіз фізичної підготовленості студенток. Спортивний вісник Придніпров'я. 2016. № 3. С. 97–100.

12. Тимошенко О. В., Дьоміна Ж. Г. Як модернізувати національну систему фізичного виховання? Сучасний освітній вимір. Освіта. Всеукр. громадсько-політичний тижневик. № 15 (5710), 13–20 квітня 2016. С. 6.

13. Ткаченко П.П. Модернізація системи фізичного виховання студентів на основі особистісно-орієнтованого вибору рухової активності. Вісник Чернігівського національного педагогічного університету ім. Т. Г. Шевченка. Серія : Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт. Вип. 139. Т. І. Чернігів : ЧНПУ, 2016. С. 183–186.

14. Griban Grygoriy, Prontenko Kostiantyn, Zhamardiy Valery, Tkachenko Pavlo. Professional stages of a physical education teacher as determined using fitness technologies. Journal of Physical Education and Sport (JPES), 18(2), Art 82, pp. 565–569, 2018.

15. Kostiantyn Prontenko, Grygoriy Griban, Iryna Medvedeva, Alla Alohyna, Ihor Bloshchynskiy, Sergiy Bezpalii, Olexandr Bychuk, Zhanna Mudryk, Ihor Bychuk. Interrelation of Students' Motivation for Physical Education and Their Physical Fitness Level. International Journal of Applied Exercise Physiology. Vol. 8. No.2.1. (2019). P 815–824.

zasobiv gyrovogo sportu. Visnyk Kamyanez-Podilskogo nacionalnogo universytetu. Fizychnе vuhovannya, sport i zdorovya lyudyny. Kamyanez-Podilskij KPNU, 2012. Vyp. 5. S. 210–219.

4. Griban G. P. Modulno-reytingova sistema u flzichnomu vuhovanI. – Zhitomir: Vid-vo Ruta, 2008. 106 s.

5. Griban G.P., Timoshenko O.V., Goshko A.M., Skoriy O.S. PedagogIchnе konstruyuvannya ta proektuvannya fizkulturno-ozdorovchogo protsesu studentiv v umovah modernizatsiyi sistemi flzichnogo vuhovannya. Naukoviy chasopis NPU im. M.P. Dragomanova. – SerIya # 15. – Naukovo-pedagogichni problemi flzichnoyi kulturі (fizichna kultura i sport) : zb. nauk. prats / Za red. O.V. Timoshenka. – K.: Vid-vo NPU Im. M.P. Dragomanova, 2017. Vip. 4 (85) 17. S. 35–39.

6. Dutchak M. V. Paradigma ozdorovchoyi ruhovoyi aktivnosti: teoretichne obgruntuvannya i praktichne zastosuvannya. Teoriya i metodika fizichnogo vuhovannya i sportu. 2015. # 2. S. 44–52.

7. Yevtux M. B., Voloshhuk I. S. Zabezpechennya yakosti vyshhoyi osvity – vazhlyva umova innovacijnogo rozvytku derzhavy i suspilstva. Pedagogika i psykologiya. 2008. # 1. S. 70–74.

8. Krutsevich T. Yu., Pangelova N. E. Suchasni tehnologiyi schodo organizatsiyi flzichnogo vuhovannya u vischih navchalnih zakladah. Sportivnyy vIsnik PridnIprov'ya. 2016. # 3. S. 109–114.

9. Kuznyeczova O.T. Metodologichni osnovy osobystisno-orientovanogo vuhovannya studentiv u procesi yix zaluchennya do cinnostey fizychnoyi kulturі // Naukoviy chasopys NPU im. M. P. Dragomanova. Seriya 15 : Naukovo-pedagogichni problemy fizychnoyi kulturі (fizychna kultura i sport) : zb. nauk. pracz / za red. O. V. Tymoshenka. – K. : NPU im. M. P. Dragomanova, 2017. Vyp. 3 K (84) 17. – S. 240–243.

10. Kuznyeczova O. T. Oздorovchi texnologiyi u fizychnomu vuhovanі studentiv: teoriya, metodyka, praktyka: monografiya. – Rivne: Volyn. oberegy, 2018. – 446 s.

11. Moskalenko N. V., Pichurin V. V. Analiz fizychnoyi pidgotovlenosti studentok. Sportivnyy visnik Pridniprovy'a. 2016. # 3. S. 97–100.

12. Timoshenko O. V., Domlna Zh. G. Yak modernizuvati natsionalnu sistemu fizichnogo vuhovannya? Suchasnyy osvіtniy vimir. OsvIta. Vseukr. gromadsko-polltichnyy tizhnevik. # 15 (5710), 13–20 kvItnya 2016. S. 6.

13. Tkachenko P. P. Modernizatsiya sistemi fizichnogo vuhovannya studentiv na osnovi osobistisno-orientovanogo voboru ruhovoyi aktivnosti. Visnik Chernigivskogo natsionalnogo pedagogichnogo universitetu im. T. G. Shevchenka. Seriya : Pedagogichni nauki. Fizichne vuhovannya ta sport. Vip. 139. T. I. Chernigiv : ChNPU, 2016. S. 183–186.

14. Griban Grygoriy, Prontenko Kostiantyn, Zhamardiy Valery, Tkachenko Pavlo. Professional stages of a physical education teacher as determined using fitness technologies. Journal of Physical Education and Sport (JPES), 18(2), Art 82, pp. 565–569, 2018.

15. Kostiantyn Prontenko, Grygoriy Griban, Iryna Medvedeva, Alla Alohyna, Ihor Bloshchynskiy, Sergiy Bezpalii, Olexandr Bychuk, Zhanna Mudryk, Ihor Bychuk. Interrelation of Students' Motivation for Physical Education and Their Physical Fitness Level. International Journal of Applied Exercise Physiology. Vol. 8. No.2.1. (2019). P 815–824.

**DOI:**

**Відомості про автора:**

Грибан Г. П.; [orcid.org/0000-0002-9049-1485](https://orcid.org/0000-0002-9049-1485); [gribang@ukr.net](mailto:gribang@ukr.net); Житомирський державний університет імені Івана Франка, вул. Велика Бердичівська, 40, Житомир, 10008, Україна.