

ОЦІНКА РІВНЯ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ СТУДЕНТІВ АГРАРНИХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ

Ігор Вовк*, Галина Лапишина**, Катерина Ластовецька***, Лілія Нестеренко****

* Львівський національний аграрний університет

** Українська академія друкарства

*** Ужгородський національний університет

**** Львівський державний університет фізичної культури імені Івана Боберського

Анотації:

В статті описано рівень фізичної підготовленості студентів аграрних спеціальностей I курсу. В дослідженні проведено тестування фізичної підготовленості студентів. За його результатами розроблено сигмоподібні 5-бальні шкали, що дають змогу оцінити фізичну підготовленість студентів, а також розроблено нормативні оцінки фізичної підготовленості студентів-юнаків I курсу аграрних спеціальностей для підвищення рівня фізичної підготовленості. **Мета дослідження** – оцінити рівень фізичної підготовленості студентів аграрних спеціальностей. **Матеріал і методи дослідження.** В дослідженні приймали участь 115 студентів – юнаків, які навчалися на I курсі Львівського національного аграрного університету. Усі студенти пройшли медичне обстеження і відносились до основної групи. Дослідження фізичної підготовленості проводили за тестами, які виконували студенти на контрольних заняттях кожного практичного модуля з фізичного виховання. Тести: біг 100 м, біг 200 м, біг 1500 м, стрибок у довжину з розбігу, штовхання ядра. В кінці педагогічного експерименту було проведено методи математичної статистики. **Результати.** За результатами тестування виявлено що студенти знаходяться на середньому рівні підготовки, з бігу на 100 м, (64,94%), з бігу на 200 м – 63,37%, за тестом бігу на 1500 м – 83,53%, за показником стрибок у довжину з розбігу – 70,43, за останнім показником тесту «штовхання ядра» – 65,75%. **Висновки.** За результатами аналізу наукової та методичної літератури дозволяє констатувати про широкий спектр наукових досліджень з даної проблематики. Як показує практика, результати наукового пошуку досі не повною мірою сприяють підвищенню фізичної підготовленості студентської молоді. Так, ми встановили середній рівень фізичної підготовленості у більшості студентів – юнаків аграрних спеціальностей (біг на 100 м, біг на 200 м, біг на 1500 м, стрибок у довжину з розбігу та «штовхання ядра»), від 63,37% до 83,53%, що свідчить про високу фізичну підготовку студентів.

Ключові слова:

рівень, фізична підготовленість, студенти-юнаки, аграрні спеціальності.

Determine the Level of Physical Fitness of Students of Agricultural Specialties

The article describes the level of physical fitness of first-year agricultural students. The study tested the physical fitness of students. Based on its results, sigmoid 5-point scales have been developed to assess the physical fitness of students, as well as normative assessments of physical fitness of first-year students of agricultural specialties to improve the level of physical fitness. **The purpose** of the study is to assess the level of physical fitness of students of agricultural specialties. **Material and research methods.** The study involved 115 young students studying in the first year of Lviv National Agrarian University. All students underwent a medical examination and belonged to the main group. Studies of physical fitness were conducted on tests performed by students in the control classes of each practical module on physical education. Tests: 100 m run, 200 m run, 1500 m run, long jump, shot put. At the end of the pedagogical experiment the methods of mathematical statistics were carried out. **Results.** According to the results of testing, it was found that students are at the average level of preparation, in the 100 m run (64.94%), in the 200 m run – 63.37%, in the 1500 m run test – 83.53%, in terms of long jump from the run – 70.43, according to the latest indicator of the test «shot put» – 65.75%. **Conclusions.** According to the results of the analysis of scientific and methodical literature allows to state about a wide range of scientific researches on the given problems. As practice shows, the results of scientific research are still not fully conducive to improving the physical fitness of student youth. Thus, we set the average level of physical fitness in most young students of agricultural specialties (100 m running, 200 m running, 1500 m running, long jump and «shot put»), from 63.37% to 83, 53%, indicating high physical fitness of students.

level, physical fitness, young students, agricultural specialties.

Оценка уровня физической подготовленности студентов аграрных специальностей

В статье описано уровень физической подготовленности студентов аграрных специальностей I курса. В исследовании проведено тестирование физической подготовленности студентов. По его результатам разработаны сигмовидной 5-бальные шкалы, позволяющие оценить физическую подготовленность студентов, а также разработаны нормативные оценки физической подготовленности студентов-юношей I курса аграрных специальностей для повышения уровня физической подготовленности. **Цель исследования** – оценить уровень физической подготовленности студентов аграрных специальностей. **Материал и методы исследования.** В исследовании принимали участие 115 студентов – юношей, которые учились на I курсе Львовский национальный аграрный университет. Все студенты прошли медицинское обследование и относились к основной группе. Исследование физической подготовленности проводили по тестам, которые выполняли студенты на контрольных занятиях каждого практического модуля по физическому воспитанию. Тесты: бег 100 м, бег 200 м, бег 1500 м, прыжок в длину с разбега, толкание ядра. В конце педагогического эксперимента было проведено методы математической статистики. **Результаты.** По результатам тестирования выявлено что студенты находятся на среднем уровне подготовки, в беге на 100 м, (64,94%), в беге на 200 м – 63,37%, за тестом беге на 1500 м – 83,53%, по показателю прыжок в длину с разбега – 70,43, по последнему показателю теста «толкание ядра» – 65,75%. **Выводы.** По результатам анализа научной и методической литературы позволяет констатировать широкий спектр научных исследований по данной проблематике. Как показывает практика, результаты научного поиска до сих пор не в полной мере способствуют повышению физической подготовленности студенческой молодежи. Да, мы установили средний уровень физической подготовленности у большинства студентов – юношей аграрных специальностей (бег на 100 м, бег на 200 м, бег на 1500 м, прыжок в длину с разбега и «толкание ядра»), от 63,37% до 83 53%, что свидетельствует о высокой физической подготовку студентов.

уровень, физическая подготовленность, студенты-юноши, аграрные специальности.

Постановка проблеми. Навчання у вищих навчальних закладах – важка і напружена розумова праця в умовах дефіциту часу на фоні різкого зниження рухової активності студентів. Педагогічний процес з фізичного виховання передбачає теоретичну, методичну і практичну

направленість впливів з метою формування у студентів особистої фізичної культури. Особиста фізична культура має декілька компонентів, які характеризують її рівень, це стан здоров'я, фізичний розвиток, фізична працездатність, фізична підготовленість, фізична досконалість як їх сукупність.

За останні роки в Україні спостерігається стійка тенденція до зниження рівня фізичної підготовленості молоді. Більше половини школярів та студентів не можуть скласти нормативів державних тестів із фізичного виховання [6-8; 12]. Основними чинниками, які призвели до даної ситуації є: соціальний, генетичний, екологічний фактори; шкідливі звички; недостатня рухова активність; невміння дбати про своє здоров'я (починаючи від школи), недостатній професіоналізм вчителів; розбіжність програм фізичного виховання у школах та вищих навчальних закладах, зменшення рухових можливостей студентів під час сесії, недостатня інтенсивність навантажень, велика чисельність студентів у навчальних групах, недостатнє матеріально-технічне забезпечення навчального процесу та ін.

Необхідно зауважити, що фактори фізичної підготовленості мають важливе значення для розвитку професійно важливих здібностей майбутніх фахівців у будь-якому профілі.

Основною задачею фізичного виховання у вищих навчальних закладах є покращення фізичної підготовленості студентської молоді, покращення здоров'я та вдосконалення професійних навичок у майбутніх фахівців [13; 17]. Підготовка студентів у сучасних умовах проходить під впливом інформаційного потоку на тлі науково-технічного прогресу, що призводить до погіршення здоров'я студентської молоді [2-4; 14].

Фізичне виховання є важливою ланкою і практично єдиною можливістю, яка може запобігти фізичній деградації серед студентської молоді [1; 2; 9; 10].

Фізична підготовленість – результат фізичної активності студентів, їх інтегральний показник, тому що під час виконання фізичних вправ у взаємозв'язок вступають практично всі органи і системи організму [12; 13].

У науково-методичній літературі описано багато суперечностей у різних підходах до оцінки фізичної підготовленості студентської молоді. Пропонується велика кількість діагностичних систем і тестів для оцінки фізичної підготовленості студентської молоді [5; 7; 8; 11]. Досліджуючи фізичну підготовленість студентської молоді, рекомендується використовувати початкові показники рівня розвитку їхніх окремих фізичних якостей.

Науковцями описано ставлення студентів до фізичного виховання і здорового способу життя [9; 10], зміцнення здоров'я [3; 4; 6; 14] та мотивацій до занять з фізичного виховання [15; 16].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Аналіз літературних джерел [3; 4; 14; 15] свідчить, що останнє десятиріччя спостерігається стійке погіршення стану здоров'я студентської молоді, що призводить до серйозних недоліків у фізичному самовдосконаленні.

Науковець [11] довів, що розвиток рухових якостей сприяє розв'язанню соціально-важливих завдань: всебічному й гармонійному розвитку особистості, досягненню високої стійкості організму до несприятливих екологічних умов та підвищенню адаптивних властивостей організму.

Автори пропонують різні диференційовані підходи організації процесу фізичного виховання: з урахуванням мотиваційних, особистісних і когнітивних компонентів [1; 2; 7; 8].

Пошуки способів підвищення рівня фізичного розвитку та фізичної підготовленості студентів розглянуто в роботах [5; 6; 16; 17].

Науковцями описано ефективність фізичного виховання та елементи зміцнення здоров'я у студентів вищих навчальних закладах [1; 2; 10; 18; 19].

Визначити рівень фізичної підготовленості студентської молоді аграрних спеціальностей є актуальним. Під час практичних занять контролюються дані про фізичну підготовленість студентів та перевірити ефективність навчального процесу. Отримані дані дають змогу точніше

скласти адекватні програми оздоровчих занять та розробити оціночні шкали фізичної підготовленості студентів у аграрних вузах.

Мета дослідження – оцінити рівень фізичної підготовленості студентів аграрних спеціальностей.

Матеріал і методи дослідження. У дослідженні приймали участь 115 студентів – юнаків, які навчалися на I курсі Львівський національний аграрний університет. Усі студенти пройшли медичне обстеження і відносились до основної групи. Дослідження фізичної підготовленості проводили за тестами, які виконували студенти на контрольних заняттях кожного практичного модуля з фізичного виховання. Тести: біг 100 м, біг 200 м, біг 1500 м, стрибок у довжину з розбігу, штовхання ядра. В кінці педагогічного експерименту було проведено методи математичної статистики.

Результати дослідження. Державна система тестів і нормативів оцінки фізичної підготовленості населення України значною мірою регламентує фізичне виховання, визначає його мету і спрямованість на різних етапах становлення та розвитку особистості й рішуче впливає на їх фізичну підготовленість і здоров'я.

Фізична культура у ВНЗ представлена в державних документах як навчальна дисципліна і найважливіший базовий компонент формування цілісного розвитку особистості студента. Вона забезпечує необхідний рівень розвитку у молоді соціально-біологічних аспектів життєдіяльності та створює передумови для різноманітних проявів творчої активності студентів. Будучи обов'язковим розділом гуманітарного компонента освіти, фізична культура сприяє гармонізації тілесно-духовної єдності студентів, забезпечує в навчально-тренувальному процесі формування у них таких загальнолюдських цінностей, як здоров'я, фізичне і психічне благополуччя, підвищує рівень фізичної культури особистості студента.

Проблема тестування фізичної підготовленості студентів є однією з найбільш розроблених в теорії і методиці фізичного виховання та не всі викладачі зараз використовують ці можливості в повній мірі. За останні десятиріччя в цій галузі накопичено великий і дуже різноманітний матеріал: визначення завдань тестування; історичні відомості про модифікації тестів; зумовленість результатів тестування різними факторами; розробка тестів для оцінки окремих рухових здібностей; програми тестів, що характеризують фізичну підготовленість студентської молоді.

Пошук сучасних оптимальних шляхів підготовки висококваліфікованих спеціалістів з достатнім рівнем конкурентоспроможності на ринку праці є основною проблемою сучасної системи вищої та середньої освіти. Однією зі сторін навчання та підготовки спеціаліста до безпосереднього виконання своїх професійних обов'язків є професійно-прикладна фізична підготовка, в процесі якої успішно формується вміння застосовувати потенціал фізичної культури в майбутній професійній діяльності. Особливе значення прикладна фізична підготовка набуває для студентської молоді, високий рівень здоров'я та всебічний розвиток якої – запорука успішної реалізації сучасних соціально-економічних перетворень у нашому суспільстві.

На даний період часу накопичено великий обсяг наукового матеріалу щодо впровадження професійно-прикладної фізичної підготовки в підготовку людини до різних видів праці. Це питання вивчалось у вузівській проблемі підготовки кадрів різними науковцями. Поряд з цим, різними науковцями було доведено низький рівень фізичного здоров'я більшості населення, у тому числі й студентів, що дає підстави вважати, що наявна система фізичного виховання не спроможна повною мірою вирішити питання культури здоров'я особистості, підвищення рівня фізичної підготовленості студентів [7; 8; 13; 17].

Однак, при цьому необхідно враховувати віково-статеві та індивідуальні особливості підлітків і юнаків, а також резервні можливості їхнього організму на різних етапах розвитку. Такий підхід звільнить практику фізичного виховання від застосування недостатніх і поряд з

I. Науковий напрям

цим надмірних навантажень, небезпечних для здоров'я. У процесі фізичного виховання варто не тільки підвищувати рухову підготовленість, але і формувати психофізичні якості, що забезпечують готовність до праці і активної діяльності в умовах автоматизованого виробництва. Ось чому для теорії і практики фізичного виховання молоді необхідні дані про перенесення і допустимість фізичних навантажень з урахуванням адаптаційних можливостей організму на окремих вікових етапах, про рівень функціональної зрілості фізіологічних систем, про рівні розвитку і удосконалювання рухових можливостей у процесі цілеспрямованого тренування.

На початку року нами було проведено соціологічне опитування для визначення ставлення студентів-юнаків аграрних спеціальностей до занять з фізичного виховання і спорту. Вивчили їх думку про цінність занять фізичними вправами у порівнянні з іншими засобами впливу на фізичний стан (табл. 1).

За результатами соціологічного опитування засвідчив, що більша частина студентів-юнаків аграрних спеціальностей має інтерес до занять з фізичної культури: 64,1% – середній ступінь зацікавленості в заняттях, 24,0% – високий, 7,3 – дуже високий. Серед опитаних студентів-юнаків тільки 53,1% які займались у спортивних секціях. Дещо зросла кількість студентів (58,9%), які продовжують займаються у спортивних секціях під час навчання в університеті. На думку опитаних студентів-юнаків I курсу, фізичне виховання у виші повинне: зміцнювати здоров'я – 44,0%, підвищувати рівень фізичного розвитку – 33,8%, формувати рухові вміння та навички – 8,1%, сприяти розумовому розвитку – 6,5%, формувати потребу і мотивацію до регулярних занять – 4,1%.

Таблиця 1

Оцінка ставлення студентів-юнаків аграрних спеціальностей до фізичного виховання і спорту

Запитання	%
Ваш інтерес до занять з фізичної культури: – дуже високий; – високий; – середній – низький; – відсутній;	7,6 ± 1,5 26,4 ± 2,3 60,1 ± 3,4 2,5 ± 0,7 2,4 ± 0,7
Чи займались Ви в спортивних секціях? – так; – ні	56,2 ± 2,9 43,8 ± 2,4
Чи продовжуєте Ви зараз займатись у спортивній секції? – так; – ні	57,3 ± 2,5 36,4 ± 2,7
Яку мету Ви ставите на заняттях фізичним вихованням у ВНЗ? – зміцнення здоров'я; – підвищення фізичного розвитку і фізичної підготовки; – формування рухових вмінь і навичок; – сприяння розумовому розвитку студента – формування потреб і можливостей до регулярних занять фізичною культурою; – розвиток моральних та вольових та естетичних якостей; – інша	44,2 ± 2,6 33,5 ± 2,9 9,5 ± 1,7 5,4 ± 1,7 4,3 ± 1,4 2,4 ± 0,7 1,6 ± 0,5
Які показники фізичного стану для Вас є найважливішими? – фізичний розвиток; – стан здоров'я; – сила, витривалість; – розумовий розвиток; – не турбуюсь	11,2 ± 1,11 16,1 ± 2,2 4,9 ± 1,1 0,4 ± 0,9 69,9 ± 2,8

Отримані нами результати соціологічного дослідження характеризують ставлення студентів аграрних спеціальностей до фізичної культури і суттєво не відрізняються від даних, опублікованих останнім часом іншими авторами [2–4].

Показники фізичної підготовленості студентів було здійснено упродовж 2019 навчального року (табл. 2).

Таблиця 2

Показники фізичної підготовленості студентів аграрних спеціальностей

Тести	Показники			
	X	Σ	m	V
Біг 100 м, с	12,90	0,74	0,06	5,58
Біг 200 м, с	27,53	1,74	0,15	6,13
Біг 1500 м, хв., с	5,37	0,31	0,03	6,49
Потрійний стрибок з розбігу, м	4,45	0,34	0,03	7,02
Штовхання ядра, м	7,10	0,91	0,06	12,17

Шкалу, за допомогою якої можливе переведення абсолютних результатів у відносні одиниці – бали, використовували в експерименті. Використовуючи правилом трьох сигм за Гауссовою кривою, розроблено сигмоподібні (σ -подібні) 5-бальні шкали для студентів-юнаків.

Фізична підготовленість розраховувалась у 5-бальній шкалі значення результату в тесті $X \pm 1,0 \sigma$ приймали за середню норму, $X \pm 2,0 \sigma$ – нижче від середньої або вище від середньої норми, $X \pm 3,0 \sigma$ – низьку чи високу норми (В. М. Заціорський, 1982).

Рівень фізичної підготовленості студентів аграрних спеціальностей, розраховані за 5-бальною сигмоподібною шкалою, подано в табл. 3.

Таблиця 3

Рівень фізичної підготовленості студентів аграрних спеціальностей

Рівень фізичної підготовленості	Тести				
	Біг 100 м, с	Біг 200 м, с	Біг 1500 м, хв., с	Потрійний стрибок у довжину, м	Штовхання ядра, м
Високий	10,93–11,68	23,20–14,97	3,42–4,23	5,59–5,23	9,96–9,02
Вище середнього	11,69–12,44	24,98–26,75	4,24–5,05	5,22–4,86	9,01–8,07
Середній	12,45–13,95	26,76–30,30	5,06–6,28	4,85–4,13	8,06–6,18
Нижче середнього	13,96–14,71	30,31–32,08	6,29–7,10	4,12–3,76	6,17–5,23
Низький	14,72–15,47	32,09–33,86	7,11–7,52	3,75–3,39	5,22–4,28

Під час дослідження ми вирішили перевірити ефективність розроблених нормативів рівня фізичної підготовленості студентів аграрних спеціальностей. За результатами бігу на 100 м, ми з'ясували, що більшість студентів (64,94 %) проявили середній рівень швидкісної підготовленості, 16,05 % – вищий від середнього, 10,38 % – нижчий від середнього, 7,79 % – низький і 0,83 % – високий рівні. За результатом тесту з бігу на 200 м виявлено, що 63,37 % студентів мають середній рівень швидкісної витривалості, 20,69 % – вищий від середнього, 9,39 % – нижчий від середнього і 6,54 % – низький рівні.

Результат за тестом бігу на 1500 м більшість студентів (83,53 %) показали середній рівень розвитку витривалості, 12,66 % – вищий від середнього, 2,86% – нижчий від середнього і 0,95 % – низький рівні. За показником потрійний стрибок у довжину з розбігу, встановлено, що 70,43% студентів мають середній рівень швидкісно-силової підготовленості, 15,13% – нижчий від середнього, 13,69 – вищий від середнього і 0,84 – низький. За останнім показником тесту «штовхання ядра» студенти знаходились на середньому рівні – 65,75 %, 17,08 % мали нижчий від середнього, рівень 11,45 % – вищий від середнього, 4,18 % – низький і 1,56 % – високий рівень.

Для вирішення поставленого завдання визначення рівня фізичної підготовленості студентів-юнаків аграрних спеціальностей. Була проведена оцінка рівня фізичної підготовленості за результатами тестування студентів-юнаків I курсу (рис. 1).

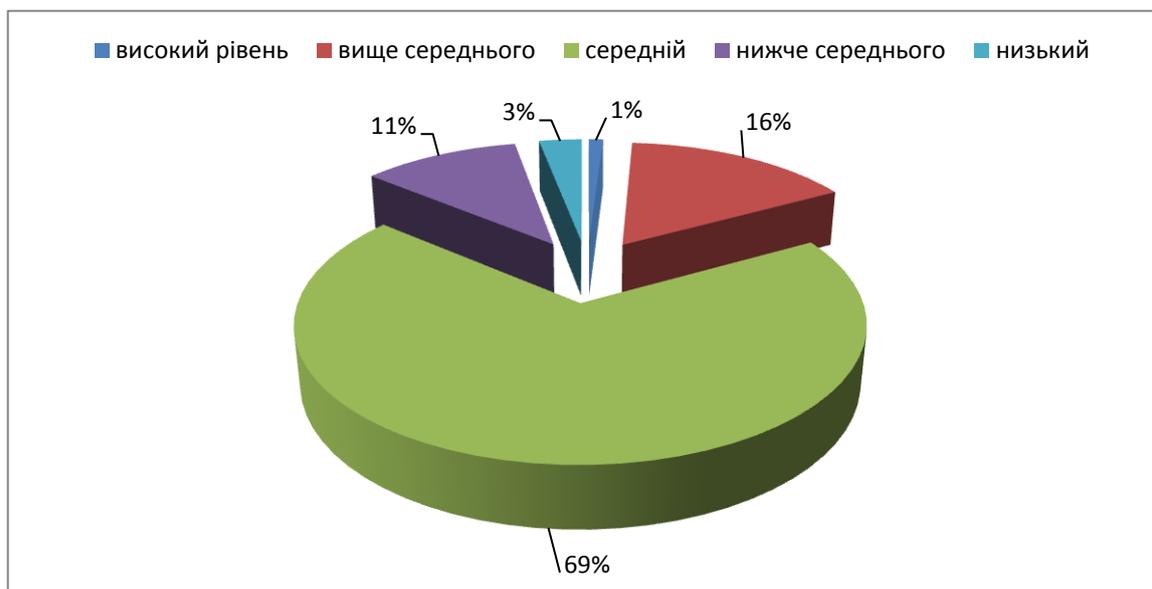


Рис. 1. Рівень фізичної підготовленості студентів-юнаків I курсу за тестами.

За результатами тестування 69 % досліджуваних мають середній рівень фізичної підготовленості; вище середнього – 16%; 11% – нижче середнього рівня фізичної підготовленості; 3 % – низький рівень фізичної підготовки; 1% – високий рівень фізичної підготовленості студентів-юнаків аграрних спеціальностей.

Отже, вище зазначені результати відповідають рівню студентів – юнаків I курсу, але в подальшому потребують удосконалення фізичної підготовленості в аграріях.

Дискусія. У процесі проведених досліджень встановлено, що рівень фізичної підготовленості студентів у вищому навчальному закладі має сталу тенденцію до погіршення. Аналіз спеціальної літератури вказує на те, що така тенденція присутня у вищих навчальних закладах. На такий стан проблеми впливають багато факторів: відсутність кафедр фізичного виховання в деяких вищих навчальних закладах, слабка матеріально-технічна база, зменшення кількості годин, а також низький рівень здоров'я студентів. Незадовільний стан здоров'я студентів змушує фахівців з фізичного виховання до пошуку альтернативних рішень. Розв'язання проблеми покращення здоров'я та підвищення рівня фізичної підготовленості є національною проблемою та вимагає реакції на державному рівні.

Висновки. За результатами аналізу наукової та методичної літератури дозволяє констатувати про широкий спектр наукових досліджень з даної проблематики. Як показує практика, результати наукового пошуку досі не повною мірою сприяють підвищенню фізичної підготовленості студентської молоді. Так, ми встановили середній рівень фізичної підготовленості у більшості студентів – юнаків аграрних спеціальностей (біг на 100 м, біг на 200 м, біг на 1500 м, потрійний стрибок у довжину з розбігу та «штовхання ядра»), від 63,37 % до 83,53 %, що свідчить про високу фізичну підготовку студентів.

Перспективи подальших досліджень полягають у розробці методичних рекомендацій, щодо підвищення рівня фізичної підготовленості студентів аграрних спеціальностей.

Список літературних джерел

1. Боляк Н. Л. Сучасні підходи до проблеми вдосконалення процесу фізичного виховання студентської молоді. *Слобожанський науково-спортивний вісник*. Харків: ХДАФК, 2009. № 2 С. 22–25.

References

1. Boliak N. L. Suchasni pidkhody do problemy vdoskonalennia protsesu fizychnoho vykhovannia studentskoi molodi. *Slobozhanskyi naukovo-sportyvnyi visnyk*. Kharkiv: KhDAFK, 2009. № 2 S. 22 – 25.

2. Вовк І.В. Формування фізичного виховання студентів аграрних спеціальностей у вищих навчальних закладах. Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П.Драгоманова. Серія № 15. *Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*: Випуск 3К (123)20.С. 95-98.
3. Вовк І.В., Гуцул Н.З. Основні елементи збереження й зміцнення здоров'я студентів вищих навчальних закладів. Таврійський національний університет ім. В.І.Вернадського. Загальноузовівська кафедра фізичного виховання спорту та здоров'я людини. *Міжнародна науково-практична конференція*. Видавничий дім «Гельветика» 2020. С. 24-29.
4. Вовк І.В., Гуцул Н.З. Формування здоров'я студентів аграрних спеціальностей у вищих навчальних закладах. *Науковий журнал «Молодий вчений»* №4 (80) 2020. С. 84-88.
5. Воронин С. Личностно ориентированная физическая подготовка студентов непрофильных вузов. *Теория и практика физической культуры*. 2009. № 7. С. 59–64.
6. Грибан Г. Оцінка стану здоров'я студентів в навчальному процесі з фізичного виховання. *Молода спортивна наука України* : зб. наук. праць з галузі фізичного виховання, спорту і здоров'я людини. – Вип. 15 : у 4-х т. – Львів : ЛДУФК, 2011. – Т. 4. – С. 25–29.
7. Грибан Г. П. Динаміка фізичної підготовленості студентів в історичному аспекті. *Вісник Чернівецького національного педагогічного університету імені Т. Г. Шевченка* : зб. наук. пр. – Чернівці : ЧНПУ, 2013. – Вип. 112. – Т. 1. – Серія : *Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт*. – С. 106–111.
8. Грибан Г.П. Особливості фізичної підготовленості студентів вищих навчальних закладів України. *Вісник Чернівецького національного педагогічного університету*. Сер.: *Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт*. 2014. Вип. 118. С. 88-93
9. Грибан Г.П., Краснов В.П., Опанасюк Ф.Г. Фізичне виховання у здоровому способі життя сучасної студентської молоді. Науковий часопис НПУ ім. М.П. Драгоманова. Серія 15 *«Науково-педагогічні проблеми фізичної культури»*. «Фізична культура і спорт» збірник наукових праць. За ред. О.В. Тимошенко. – К.: Вид-во НПУ ім. М.П. Драгоманова, 2018 – Випуск 4 (98)18. -с.43-46.
10. Гринько В.М. Ставлення студентів до фізичного виховання і здорового способу життя та їх самооцінка рівня фізичної підготовленості. *Слобожанський науково-спортивний вісник*. Харків: ХДАФК, 2015. – № 1(45). С. 55-59.
11. Кузнецова О.Т. Оздоровче тренування студентів : навч. посіб. – Київ: Вид-во Європейського ун-ту, 2010. – 310 с.
12. Кузнецова О.Т. Динаміка рівнів фізичної підготовленості студентів-першокурсників технічних ВНЗ. Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. – Вип. 18 : у 4-х т. – Львів : ЛДУФК, 2014. – Т. 2 – С. 69–74.
13. Ніколаєв Ю. Визначення рівня фізичної підготовленості й рухової активності студенток I-х курсів навчання та дівчат випускного 11-го класу (абітурієнток). *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві* : зб. наук. пр. – № 3 (11), 2010. – С. 39–42.
14. Мозговий О.І., Донченко І.С. Загальна характеристика здоров'я студентів ВНЗ. Вісник Запорізького національного університету: збірник наукових статей. *Фізичне виховання та спорт*. Запоріжжя: Запорізький національний університет, 2012. № 2(8) – С. 92-97
15. Мунтян В.С. Мотиваційно-ціннісне ставлення студентів до навчання, фізичного виховання і здорового способу життя. *Науковий часопис Нац. пед. ун-ту ім. М. П. Дра-*
2. Vovk I.V. Formuvannia fizychnoho vykhovannia studentiv ahrarnykh spetsialnostei u vyshchyykh navchalnykh zakladakh. *Naukovyi chasopys Natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni M.P.Drahomanova. Serii № 15. Naukovo-pedahohichni problemy fizychnoi kultury (fizychna kultura i sport)*: Vypusk 3K (123)20. S. 95-98.
3. Vovk I.V., Hutsul N.Z. Osnovni elementy zberezhennta y zmitsnennia zdorovia studentiv vyshchyykh navchalnykh zakladiv. Tavriiskiy natsionalnyi universytet im. V.I.Vernadskoho. Zahalnovuzivska kafedra fizychnoho vykhovannia sportu ta zdorovia liudyny. *Mizhnarodna naukovo-praktychna konferentsiia*. Vydavnychiy dim «Helvetyka» 2020. S. 24-29.
4. Vovk I.V., Hutsul N.Z. Formuvannia zdorovia studentiv ahrarnykh spetsialnostei u vyshchyykh navchalnykh zakladakh. *Naukovyi zhurnal «Molodyi vchenyi»* №4 (80) 2020. S. 84-88
5. Voronin S. Lichnostno oriyentirovannaya fizicheskaya podgotovka studentov neprofilnykh vuzov. *Teoriya i praktika fizicheskoy kultury*. 2009. № 7. S. 59–64
6. Hryban H. Otsinka stanu zdorovia studentiv v navchalnomu protsesi z fizychnoho vykhovannia. *Moloda sportyvna nauka Ukrainy* : zb. nauk. prats z haluzi fizychnoho vykhovannia, sportu i zdorovia liudyny. – Vyp. 15 : u 4-kh t. – Lviv : LDUFK, 2011. – T. 4. – S. 25–29.
7. Hryban H. P. Dynamika fizychnoi pidhotovlenosti studentiv v istorychnomu aspekti. *Visnyk Chernihivskoho natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni T. H. Shevchenka* : zb. nauk. pr. – Chernihiv : ChNPU, 2013. – Vyp. 112. – T. 1. – Serii : *Pedahohichni nauky. Fizychno vykhovannia ta sport*. – S. 106–111.
8. Hryban H.P. Osoblyvosti fizychnoi pidhotovlenosti studentiv vyshchyykh navchalnykh zakladiv Ukrainy. *Visnyk Chernihivskoho natsionalnoho pedahohichnoho universytetu*. Ser.: *Pedahohichni nauky. Fizychno vykhovannia ta sport*. 2014. Vyp. 118. S. 88-93
9. Hryban H.P., Krasnov V.P., Opanasiuk F.H. Fizychno vykhovannia u zdorovomu sposobi zhyttia suchasnoi studentskoi molodi . *Naukovyi chasopys NPU im. M.P. Drahomanova. Serii 15 «Naukovo-pedahohichni problemy fizychnoi kultury»*. «Fizychna kultura i sport» zbirnyk naukovykh prats. Za red. O.V. Tymoshenko – K.: Vyd-vo NPU im. M.P. Drahomanova, 2018 – Vypusk 4 (98)18. -s.43-46.
10. Hrynko V.M. Stavlennia studentiv do fizychnoho vykhovannia i zdorovoho sposobu zhyttia ta yikh samootsinka rivnia fizychnoi pidhotovlenosti. *Slobozhanskyi naukovo-sportyvnyi visnyk*. Kharkiv: KhDAFK, 2015. – № 1(45). S. 55-59.
11. Kuznietsova O.T. Ozdorovche trenuvannia studentiv : navch. posib. – Kyiv: Vyd-vo Yevropeiskoho un-tu, 2010. – 310 s.
12. Kuznietsova O.T. Dynamika rivniv fizychnoi pidhotovlenosti studentiv-pershokursnykiv tekhnichnykh VNZ. *Moloda sportyvna nauka Ukrainy* : zb. nauk. pr. – Vyp. 18 : u 4-kh t. – Lviv : LDUFK, 2014. – T. 2 – S. 69–74.
13. Nikolaiev Yu. Vyznachennia rivnia fizychnoi pidhotovlenosti y rukhovoi aktyvnosti studentok I-gh kursiv navchannia ta divchat vypusknoho 11-gh klasu (abituriientok). *Fizychno vykhovannia, sport i kultura zdorovia u suchasnomu suspilstvi* : zb. nauk. pr. – № 3 (11), 2010. – S. 39–42.
14. Mozghoviy O.I., Donchenko I.S. Zahalna kharakterystyka zdorovia studentiv VNZ. *Visnyk Zaporizkoho natsionalnoho universytetu: zbirnyk naukovykh statei. Fizychno vykhovannia ta sport*. Zaporizhzhia: Zaporizhkyi natsionalnyi universytet, 2012. № 2(8) – S. 92-97
15. Muntian V.S. Motyvatsiino-tsinisne stavlennia studentiv do navchannia, fizychnoho vikhovannia i zdorovoho sposobu zhyttia. *Naukovyi chasopys Naц. ped. un-tu im. M. P. Дра-*

гоманова. Серія 15: зб. наук. пр. Київ : Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2014. 3 К (45). С. 182-188.

16. Наско М.О., Архипов О.А., Краснов В.П. Основні фактори мотивацій молоді до фізичного самовдосконалення. *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. Тимошенко – К.: Вид-во НПУ ім. М.П. Драгоманова, 2018 – Вип. 3к (97/18 – с. 369-373).

17. Петрина Р., Стадник В., Окопний А. Оцінювання показників фізичної підготовленості студентів ВНЗ. *Молода спортивна наука України : Електронний збірник наукових праць з галузі фізичної культури та спорту*. Львів, 2013. Т. 2. С. 212-216.

18. Петрица П. Ставлення студентів до фізичної культури і спорту у процесі їх фізичного виховання. *Молода спортивна наука України: збірник наукових праць з галузі фізичного виховання, спорту і здоров'я людини*. За заг. ред. Євгена Приступи. Львів, 2015. Вип. 19. Т. 2. С. 212-216.

19. Плачинда Т. Ставлення студентів до фізичної культури і спорту у процесі їх фізичного виховання. *Психолого-педагогічні проблеми сільської школи*. 2007. № 23. С. 38-42.

studentiv do navchannia, fizychnoho vykhovannia i zdorovoho sposobu zhyttia. *Naukovyi chasopys Nats. ped. un-tu im. M. P. Drahomanova. Serii 15: zb. nauk. pr. Kyiv : Vyd-vo NPU imeni M. P. Drahomanova, 2014. 3 K (45). S. 182-188.*

16. Nasko M.O., Arkhyrov O.A., Krasnov V.P. Osnovni faktory motyvatsii molodi do fizychnoho samovdoskonalennia. *Naukovyi chasopys NPU im. M.P. Drahomanova. Serii 15 «Naukovo pedahohichni problemy fizychnoi kultury»/ «Fizychna kultura i sport» zb. nauk. Prats. Za red. O.V. Tymoshenko – K.: Vyd-vo NPU im. M.P. Drahomanova, 2018 – Vyp. 3k (97/18 – s. 369-373).*

17. Petryna R., Stadnyk V., Okopnyi A. Otsiniuvannia pokaznykiv fizychnoi pidhotovlenosti studentiv VNZ. *Moloda sportyvna nauka Ukrainy : Elektronnyi zbirnyk naukovykh prats z haluzi fizychnoi kultury ta sportu*. Lviv, 2013. T. 2. S. 212-216.

18. Petrytsa P. Stavlennia studentiv do fizychnoi kultury i sportu u protsesi yikh fizychnoho vykhovannia. *Moloda sportyvna nauka Ukrainy: zbirnyk naukovykh prats z haluzi fizychnoho vykhovannia, sportu i zdorovia liudyny. Za zah. red. Yevhena Prystupy*. Lviv, 2015. Vyp. 19. T. 2. S. 212-216.

19. Plachynda T. Stavlennia studentiv do fizychnoi kultury i sportu u protsesi yikh fizychnoho vykhovannia. *Psykhologo-pedahohichni problemy silskoi shkoly*. 2007. № 23. S. 38-42.

DOI: [doi.org/10.31652/2071-5285-2020-10\(29\)-12-19](https://doi.org/10.31652/2071-5285-2020-10(29)-12-19)

Відомості про авторів:

Вовк І. В.; orcid.org/0000-0001-6075-6094; igorvasylowych@gmail.com; Львівський національний аграрний університет, вул. Володимира Великого, 1, Дубляни, 30831, Україна.

Лапшина Г. Г.; orcid.org/0000-0003-1787-5877; igorvasylowych@gmail.com; Українська академія друкарства, вул. Під Голоском, 19, Львів, 79000, Україна.

Ластовецька К. А.; orcid.org/0000-0003-4910-1032; igorvasylowych@gmail.com; Ужгородський національний університет, вул. Івана Франка, 6, Ужгород, 88000, Україна.

Нестеренко Л. О.; orcid.org/0000-0002-4835-3249; igorvasylowych@gmail.com; Львівський державний університет фізичної культури імені Івана Боберського, вул. Тадеуша Костюшка, 11, Львів, 79007, Україна.