

Міністерство освіти і науки України
Національний університет водного господарства та природокористування

**Реабілітаційні
та фізкультурно-рекреаційні аспекти
розвитку людини**

Науковий журнал
№ 9



Видавничий дім
«Гельветика»
2021

РЕДАКЦІЙНА КОЛЕГІЯ:

Головний редактор:

Григус І. М., доктор медичних наук, професор, Інститут охорони здоров'я, Національний університет водного господарства та природокористування (м. Рівне, Україна), <https://orcid.org/0000-0003-2856-8514>

Заступник головного редактора:

Нестерчук Н. Є., доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор, Інститут охорони здоров'я, Національний університет водного господарства та природокористування (м. Рівне, Україна), <https://orcid.org/0000-0003-2199-3403>

Члени редакційної колегії:

Андонова Албена, доктор медичних наук, доцент, Тракійський університет (м. Стара Загора, Болгарія), <https://orcid.org/0000-0001-7556-321X>

Андрійчук О. Я., доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор, Волинський національний університет імені Лесі Українки (м. Луцьк, Україна), <https://orcid.org/0000-0003-4415-4696>

Батбаатар Гунчин, доктор медичних наук, професор, Монгольський національний університет медичних наук (м. Улан-Батор, Монголія), <https://orcid.org/0000-0002-6678-7569>

Богдановська Н. В., доктор біологічних наук, професор, Запорізький національний університет (м. Запоріжжя, Україна), <https://orcid.org/0000-0002-2410-845X>

Жуков Валерій, доктор медичних наук, доцент, Університет Миколая Коперника в Торуні (м. Торунь, Польща), <http://orcid.org/0000-0002-7675-6117>

Клапчук В. В., доктор медичних наук, професор, Запорізький національний технічний університет (м. Запоріжжя, Україна), <https://orcid.org/0000-0001-7274-9756>

Козіна Ж. Л., доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор, Харківський національний педагогічний університет імені Г.С. Сковороди (м. Харків, Україна), <https://orcid.org/0000-0001-5588-4825>

Лазарєва О. Б., доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор, Національний університет фізичного виховання і спорту України (м. Київ, Україна), <https://orcid.org/0000-0002-7435-2127>

Магльований А. В., доктор біологічних наук, професор, Львівський національний медичний університет ім. Данила Галицького (м. Львів, Україна), Національний університет водного господарства та природокористування (м. Рівне, Україна), <https://orcid.org/0000-0002-1792-597X>

Михалюк Є. Л., доктор медичних наук, професор, Запорізький державний медичний університет (м. Запоріжжя, Україна), <https://orcid.org/0000-0003-3607-7619>

Мушкета Радослав, доктор педагогічних наук, кандидат наук з фізичної культури, професор, Університет Миколая Коперника в Торуні (м. Торунь, Польща), <https://orcid.org/0000-0001-6057-1583>

Нагорна О. Б., кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент, Інститут охорони здоров'я, Національний університет водного господарства та природокористування (м. Рівне, Україна), <https://orcid.org/0000-0002-6243-4862>

Романчук О. П., доктор медичних наук, професор, Львівський державний університет фізичної культури (м. Львів, Україна), <https://orcid.org/0000-0001-6592-2573>

Скальські Даріуш, доктор педагогічних наук, кандидат наук з фізичної культури, професор, Академія фізичного виховання і спорту ім. Є. Снядецького (м. Гданськ, Польща), <https://orcid.org/0000-0003-3280-3724>

Смирнов Д. В., доктор педагогічних наук, професор, Федеральна державна наукова установа «Інститут стратегії розвитку освіти Російської академії освіти» (м. Москва, Росія), <https://orcid.org/0000-0002-4757-8139>

Відповідальний секретар:

Ногас А. О., кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент, Інститут охорони здоров'я, Національний університет водного господарства та природокористування (м. Рівне, Україна), <https://orcid.org/0000-0003-1287-9828>

Ministry of Education and Science of Ukraine
National University of Water and Environmental Engineering

Rehabilitation & Recreation

Scientific Journal
№ 9



Publishing house
Helvetica
2021

EDITORIAL BOARD

Editor-in-chief

Igor Grygus, Institute of Health Care, National University of Water and Environmental Engineering, Ukraine, <https://orcid.org/0000-0003-2856-8514>

Associate Editor-in-Chief

Nataliia Nesterchuk, Institute of Health Care, National University of Water and Environmental Engineering, Ukraine, <https://orcid.org/0000-0003-2199-3403>

Editorial board

Albena Andonova, Trakia University Stara Zagora, Bulgaria, <https://orcid.org/0000-0001-7556-321X>

Olga Andriychuk, Lesya Ukrainka Volyn National University, Ukraine, <https://orcid.org/0000-0003-4415-4696>

Gunchin Batbaatar, Mongolian National University of Medical Sciences, Ulan Bator, Mongolia, <https://orcid.org/0000-0002-6678-7569>

Nadiia Bohdanovska, Zaporizhzhia National University, Ukraine, <https://orcid.org/0000-0002-2410-845X>

Walery Zukow, Nicolaus Copernicus University, Poland, <http://orcid.org/0000-0002-7675-6117>

Vasyl Klapchuk, Zaporizhzhia National Technical University, Ukraine, <https://orcid.org/0000-0001-7274-9756>

Zanneta Kozina, H.S. Skovoroda Kharkiv National Pedagogical University, Ukraine, <https://orcid.org/0000-0001-5588-4825>

Olena Lazareva, National University of Ukraine on Physical Education and Sport, Ukraine, <https://orcid.org/0000-0002-7435-2127>

Anatoliy Mahlovanyy, Danylo Galytsky Lviv National Medical University, Ukraine, <https://orcid.org/0000-0002-1792-597X>

Evgeniy Myhaliuk, Zaporizhzhia State Medical University, Ukraine, <https://orcid.org/0000-0003-3607-7619>

Radoslaw Muszkieta, Nicolaus Copernicus University in Torun, Poland, <https://orcid.org/0000-0001-6057-1583>

Olha Nagorna, Institute of Health Care, National University of Water and Environmental Engineering, Ukraine, <https://orcid.org/0000-0002-6243-4862>

Alexander Romanchuk, Lviv State University of Physical Culture, Ukraine, <https://orcid.org/0000-0001-6592-2573>

Dariusz Skalski, Gdansk University of Physical Education and Sport, Poland, <https://orcid.org/0000-0003-3280-3724>

Dmitriy Smirnov, Russian Academy of Education, Russia, <https://orcid.org/0000-0002-4757-8139>

Secretary

Anzhela Nogas, Institute of Health, National University of Water and Environmental Engineering, Ukraine, <https://orcid.org/0000-0003-1287-9828>

Наукове видання

Реабілітаційні та фізкультурно-рекреаційні аспекти розвитку людини (Rehabilitation & Recreation) : науковий журнал. – Рівне : Видавничий дім «Гельветика», 2021. – № 9. – 224 с.

ISSN 2522-1795

Метою журналу є ознайомлення широкої аудиторії користувачів із сучасними тенденціями розвитку науки у галузі охорони здоров'я, фізичної культури і спорту. Розглядаються теоретичні, методологічні та практичні аспекти підготовки спортсменів, новітні розробки у напрямі збереження здоров'я людини, новаторські підходи до розвитку сфери фітнесу і рекреації, фізичного виховання різних груп населення, фізичної терапії, ерготерапії.

У науковому журналі подано окремі положення розвитку фізичної терапії, ерготерапії, рекреації, фізичного виховання, оздоровчих технологій різних груп населення. Охарактеризовано сучасні методи та засоби відновлення здоров'я, особливості проведення діагностичних та реабілітаційних заходів, ефективність яких підтверджується педагогічними, психологічними, реабілітаційними та медико-біологічними дослідженнями.

In the scientific journal are presented some provisions for the development of physiotherapy, ergotherapy, recreation, physical education, health technologies of different population groups. Modern methods and means of health restoration are characterized, features of carrying out diagnostic and rehabilitation measures, the effectiveness of which is confirmed by pedagogical, psychological, rehabilitation and medical-biological researches.

Видається за рішенням вченої ради
Національного університету водного господарства та природокористування
(протокол № 13 від 29.12.2021 р.).

Свідоцтво про державну реєстрацію КВ 21285-11085Р від 16.03.2015 р.

ISSN 2522-1795

Наказом МОН України від 29 червня 2021 року № 735 (додаток 4)
та Наказом МОН України від 30 листопада 2021 року № 1290 (додаток 3)
журнал включено в категорію «Б» Переліку наукових фахових видань України.
Галузь знань – 01 Освіта/Педагогіка; 22 Охорона здоров'я. Спеціальність – 017 Фізична культура і спорт;
227 Фізична терапія, ерготерапія.
Реєстр наукових фахових видань України <http://nfv.ukrintei.ua/view/60f02c2faae76127e7350652>

Сайт видання:
<http://health.nuwm.edu.ua/index.php/Rehabilitation/index>
Електронну версію журналу включено до Національної бібліотеки України
імені В. І. Вернадського.

Видання індексується Google Scholar.
Адреса редакції: вул. Соборна, 11, м. Рівне, 33000, Україна.

СОЗДАНИЕ ИНТЕГРИРОВАННОЙ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ СРЕДЫ, НАПРАВЛЕННОЙ НА ПОВЫШЕНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ

THE CREATION OF AN INTEGRATED PHYSICAL CULTURE AND SPORTS ENVIRONMENT DIRECTED TOWARDS INCREASING THE EFFECTIVENESS OF THE PHYSICAL EDUCATION OF STUDENTS

Гаврилик М. В.

УО «Полесский государственный университет», г. Пинск, Республика Беларусь

DOI <https://doi.org/10.32782/2522-1795.2021.9.19>

Аннотации

В статье представлены результаты апробации методики создания интегрированной физкультурно-спортивной среды в учреждении высшего образования. Методика создания интегрированной физкультурно-спортивной среды заключается в последовательной реализации трех этапов: аналитического, базового и оценочного. Представлена модель интегрированной физкультурно-спортивной среды. Модель создает целостное представление об интегрированной физкультурно-спортивной среде, позволяет исследовать ее функционирование, отражает пространственно-предметный, педагогический и социальный аспекты в едином образовательном процессе и обосновывает необходимость учёта средовых факторов, что обеспечивает оптимальное функционирование интегрированной физкультурно-спортивной среды. Модель представляет физкультурно-спортивную среду как динамическую целостность, в которой создаются условия для гармоничного развития личности студента и его самореализации в физической культуре и спорте. Сущность интегрированной среды заключается в создании реальных условий для продуктивного взаимодействия УВО и социальной среды, представляющих собой единый образовательный процесс. Физическое воспитание в созданной среде основано на использовании возможностей вариативной части содержания программы по физической культуре, рациональном использовании управляемой самостоятельной работы (планирование, организация и контроль), что создает наиболее благоприятные условия для самоопределения студентов в выборе видов двигательной активности и включения их в самостоятельную двигательную деятельность. Интегрированная физкультурно-спортивная среда основана на реализации системного, средового и личностно-ориентированного подходов при организации физического воспитания студентов, что создает индивидуальные модели развития студента. В статье отражены результаты физического воспитания студентов в интегрированной физкультурно-спортивной среде на основе: анализа удовлетворенности студентов физическим воспитанием; динамики показателей и уровня физической подготовленности экспериментальных групп и контрольных групп, полученных в ходе педагогического эксперимента.

Ключевые слова: методика, физическое воспитание, интегрированная физкультурно-спортивная среда, физкультурно-спортивная деятельность, физическая культура, физическая подготовленность.

У статті наведено результати апробації методики створення інтегрованого фізкультурно-спортивного середовища в установі вищої освіти. Методика створення інтегрованого фізкультурно-спортивного середовища полягає в послідовній реалізації трьох етапів: аналітичного, базового та оцінного. Представлено модель інтегрованого фізкультурно-спортивного середовища. Модель створює цілісне уявлення про інтегроване фізкультурно-спортивне середовище, дозволяє досліджувати його функціонування, відображає просторово-предметний, педагогічний та соціальний аспекти в єдиному освітньому процесі та обґрунтовує необхідність обліку середовищних факторів, що забезпечує оптимальне функціонування інтегрованого фізкультурно-спортивного середовища. Модель представляє фізкультурно-спортивне середовище як динамічну цілісність, у якій створюються умови для гармонійного розвитку особистості студента та його самореалізації у фізичній культурі

та спорті. Сутність інтегрованого середовища полягає у створенні реальних умов для продуктивної взаємодії УВО та соціального середовища, що є єдиним освітнім процесом. Фізичне виховання у створеному середовищі засноване на використанні можливостей варіативної частини змісту програми з фізичної культури, раціональному використанні керованої самостійної роботи (планування, організація та контроль), що створює найбільш сприятливі умови для самовизначення студентів у виборі видів рухової активності та включення їх до самостійної рухової діяльності. Інтегроване фізкультурно-спортивне середовище засноване на реалізації системного, середовищного та особистісно-орієнтованого підходів при організації фізичного виховання студентів, що створює індивідуальні моделі розвитку студента. У статті відображено результати фізичного виховання студентів в інтегрованому фізкультурно-спортивному середовищі на основі: аналізу задоволеності студентів фізичним вихованням; динаміки показників та рівня фізичної підготовленості експериментальних груп та контрольних груп, отриманих у ході педагогічного експерименту.

Ключові слова: методика, фізичне виховання, інтегроване фізкультурно-спортивне середовище, фізкультурно-спортивна діяльність, фізична культура, фізична підготовленість.

The article presents the results of approbation of the methodology for creating an integrated physical culture and sports environment in a higher education institution. The methodology for creating an integrated physical culture and sports environment includes the sequential implementation of three following stages: analytical, basic and evaluative. The model of an integrated physical culture and sports environment is presented the article. The model creates a holistic view of the integrated physical culture and sports environment and allows to study its functioning, reflects the spatial-subject, pedagogical and social aspects in the unified educational process and substantiates the need to take into account environmental factors, which ensures the optimal functioning of the integrated physical culture and sports environment. The model represents the physical culture and sports environment as a dynamic integrity, in which conditions are created for the harmonious development of the student's personality and his self-realization in physical culture and sports. The essence of the integrated environment is to create real conditions for productive interaction between HEI and the social environment, which are equal parts of the unified educational process. Physical education in the created environment is based on the use of the possibilities of the variable part of the content of the program in physical education, the rational use of supervised independent work (planning, organization and control), which creates the most favorable conditions for self-determination of students in the choice of types of motor activity and their inclusion in independent motor activities. The integrated physical culture and sports environment is based on the implementation of systemic, environmental and personality-oriented approaches in the organization of physical education of students, which creates individual models for student development. The article reflects the results of physical education of students in an integrated physical culture and sports environment based on: the analysis of students' satisfaction level with physical education; the dynamics of indicators and the level of physical fitness of the experimental groups and control groups, obtained in the course of the pedagogical experiment.

Key words: methodology, physical education, integrated physical culture and sports environment, physical culture and sports activity, physical culture, physical fitness.

Вступление. Образовательная среда учреждения высшего образования является важнейшим условием успешного развития образовательного процесса, так как в ней протекает основная жизнедеятельность студента. Учреждения высшего образования характеризуются наличием определенной образовательной среды. Проблема образовательной среды и ее влияния на развитие личности занимает одно из центральных мест в системе проблем современного образования [4]. С переходом на новые образовательные стандарты высшего образования созданы предпосылки для модернизации физического воспитания

студентов [4]. Физкультурно-спортивная деятельность студента в современных условиях требует разработки новых методик физического воспитания, направленных на самореализацию личности с учетом потребностей, мотивов, интересов, ценностей, т.е. ведущих стимулов активной жизни. Это может произойти и за счет изменений социальных, педагогических взглядов на организацию и управление образовательным процессом, что обусловлено различными, не всегда позитивными тенденциями в молодежной среде: снижением уровня физического здоровья и двигательной активности студентов,

отсутствием у них осознанного стремления к занятиям физической культурой и спортом [2]. С целью повышения эффективности физического воспитания студентов разработана методика создания интегрированной физкультурно-спортивной среды в учреждении высшего образования (далее – УВО).

Для апробации методики и определения эффективности физического воспитания в данной среде проводился педагогический эксперимент.

Результаты исследования. Участники эксперимента были распределены по группам с учетом гендерного признака. Количество девушек, принявших участие в эксперименте, составило 760 человек, из которых сформированы группы: экспериментальная – 382 человека (ЭГ/д) и контрольная – 378 человек (КГ/д). Количество юношей составило 318 человек, из которых сформированы: экспериментальная – 163 человека (ЭГ/ю) и контрольная – 155 человек (КГ/ю) группы.

Согласно учебным планам специальностей и расписанию занятий по физической культуре в контрольных (КГ/ю и КГ/д) и экспериментальных группах (ЭГ/ю и ЭГ/д) количество часов занятий было одинаковым и составляло 140 часов в год, в объеме 4 часов в неделю. Занятия в контрольных группах (КГ/ю и КГ/д) проводились по традицион-

ной методике согласно учебной программе. В экспериментальных группах (ЭГ/ю и ЭГ/д) физическое воспитание студентов происходило в условиях модели интегрированной физкультурно-спортивной среды и реализации авторской методики.

Методика создания интегрированной физкультурно-спортивной среды заключается в последовательной реализации трех этапов: аналитического, базового и оценочного.

На первом этапе изучалось состояние физического воспитания в учреждении образования «Полесский государственный университет». Для этого разработана и внедрена в образовательный процесс «Анкета исследования удовлетворенности студентов организацией физического воспитания и выявления факторов, влияющих на отношение студентов к занятиям физической культурой».

Респондентами стали 1078 студентов факультета банковского дела, экономического и биотехнологического факультетов ПолесГУ.

Исследование удовлетворенности студентов физическим воспитанием показало, что занятиями физической культурой удовлетворены около 48% студентов, частично удовлетворены почти 10% и около 42% не удовлетворены занятиями [2].



Рис. 1. Схема методики создания интегрированной физкультурно-спортивной среды

В результате проведенного исследования выявлено, что социально-педагогическими условиями повышения эффективности физического воспитания студентов являются: инновационный подход к организации образовательного процесса по учебной дисциплине «Физическая культура»; реализация личностно-ориентированного подхода на основе избирательности видов физкультурно-спортивной деятельности; комплекс адекватных форм и средств физического воспитания студентов в процессе обучения; кадровое и материально-техническое обеспечение новых подходов к организации и содержанию физического воспитания в учреждении высшего образования.

Лимитирующим фактором выступают, прежде всего, неудовлетворенность обучающихся традиционной организацией и проведением занятий, которые обуславливают невозможность выбора вида двигательной активности; отсутствие индивидуального подхода и диалогового сотрудничества.

Установлено, что одним из критериев эффективности физического воспитания и позитивного отношения к занятиям физической культурой является удовлетворенность студентов организацией и содержанием физического воспитания. Полученные данные позволили выявить состояние физического воспитания студентов, определить основные подходы к решению проблемы исследования – системный, средовой и личностно-ориентированный – и пути повышения его эффективности.

На втором этапе разработаны стратегические направления интегрированной физкультурно-спортивной среды ПолесГУ:

- внедрение в образовательный процесс по физической культуре индивидуальной траектории развития, которая позволяет обучающемуся освоить разнообразные физкультурно-спортивные виды деятельности;

- обеспечение качественного информационного сопровождения с использованием возможностей интернет-ресурсов университетских СМИ соревновательной и спортивной составляющей; детальное освещение

соревнований как серьезного и заслуживающего всеобщего внимания события; создание патриотического ореола вокруг университетских команд, защищающих честь УВО;

- создание спортивных команд по различным видам спорта. Освоение новых молодежных проектов и физкультурно-спортивных направлений, таких как чирлидинг, паркур, гребля на ялах и т. п.;

- организация и проведение анимационно-насыщенных физкультурно-спортивных мероприятий: «Международный спортивный фестиваль «PRO-sport на Полесье», «Фитнес Фестиваль», «Рождественский турнир по волейболу», «Полесская регата (гребля на ялах)» и другие спортивные праздники, конкурсы, ежегодные театрализованные вручения спортивных наград и премий лучшим командам, спортсменам и самым активным участникам;

- организация и проведение с иностранными вузами-партнерами международных соревнований, фестивалей, праздников, научно-практических конференций и т. д.;

- организация и проведение соревнований, фестивалей, праздников, с лицами, имеющими особые нужды (инвалиды): волейбол сидя, фестиваль «Сиреневая ласточка»;

- создание волонтерских отрядов для организации и сопровождения физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий.

Определены сущность и содержание физического воспитания студентов в интегрированной физкультурно-спортивной среде. Внесены принципиальные изменения в организацию образовательного процесса по учебной дисциплине «Физическая культура», связанные с постепенным сокращением занятий с преподавателем и увеличением доли управляемой самостоятельной работы [1]. Организация физического воспитания и создание физкультурно-спортивной среды основаны на вариативной части учебной программы по физической культуре, рационализации управляемой самостоятельной работы (планирование, организация и контроль), что создает наиболее благоприятные условия для

самоопределения студентов в выборе видов двигательной активности и их включения в самостоятельную двигательную деятельность [1].

Предоставление студентам свободы выбора видов физкультурно-спортивной деятельности и индивидуальных направлений самосовершенствования согласно их интересам, потребностям и возможностям, а также обеспечение доступной физкультурно-спортивной среды, способствуют формированию мотивационно-ценностного отношения студентов к физической культуре и повышают их заинтересованность в занятиях в целом [1].

Модель интегрированной физкультурно-спортивной среды (рисунок 2), соответствует сущностным характеристикам физического воспитания студентов и объединяет про-

странственно-предметную, педагогическую, социальную среду УВО, в которой образовательный процесс по учебной дисциплине «Физическая культура» и внеаудиторные формы физического воспитания преобразуются в содержательно-технологическом, организационном и деятельностном аспектах.

Главное функциональное назначение модели – согласование системного взаимодействия факторов, что обеспечивает оптимальное функционирование интегрированной физкультурно-спортивной среды. Сущность интегрированной среды заключается в создании реальных условий для продуктивного взаимодействия УВО и социальной среды, представляющих собой единый образовательный процесс.

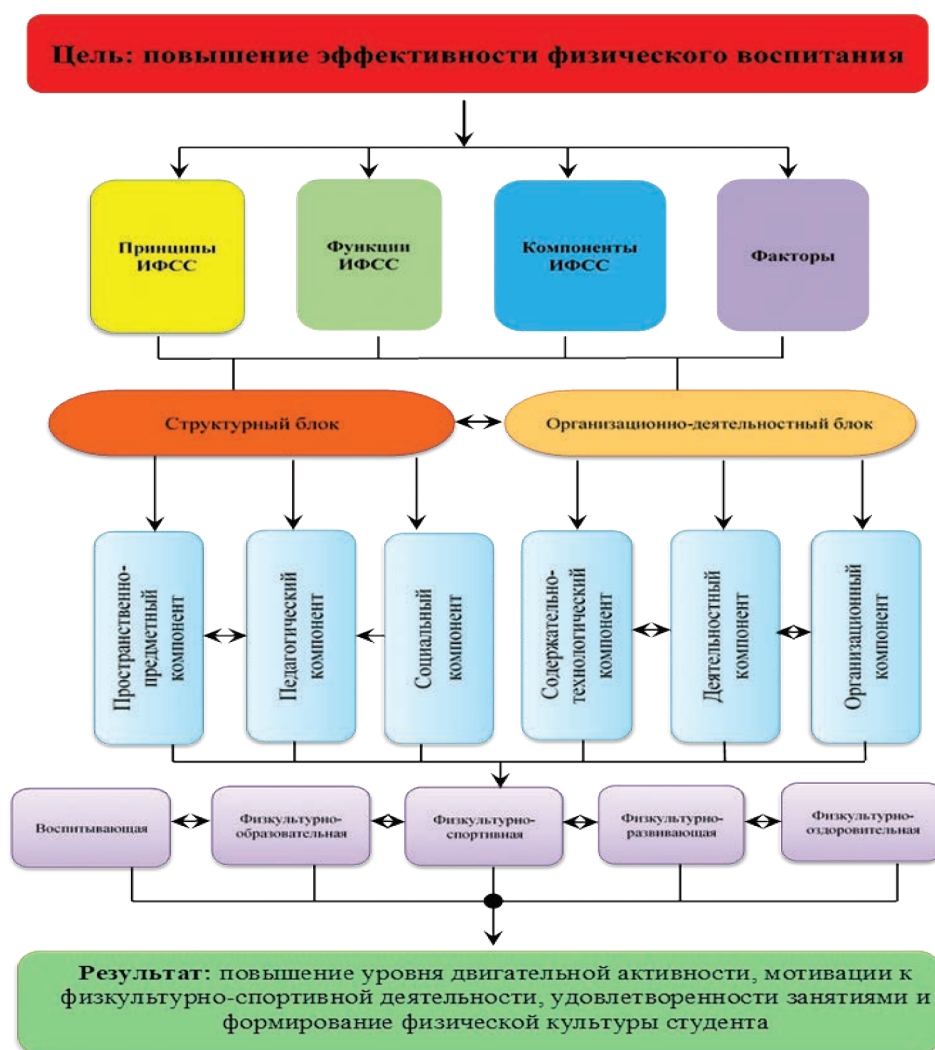


Рис. 2. Модель интегрированной физкультурно-спортивной среды

Структурный блок включает: пространственно-предметный компонент: материально-техническое обеспечение (сооружения, залы, инвентарь, оборудование и др.); педагогический компонент: профессорско-преподавательский состав кафедр, сотрудники центра физической культуры и спорта, воспитательного отдела (воспитатели, руководители кружков, инструкторы общежитий и др.) ПолесГУ; социальный компонент: семья, одноклассники, друзья, социальное окружение и др.

Организационно-деятельностный блок включает: содержательно-технологический, деятельностный и организационные компоненты образовательного процесса, включающего изучение учебной дисциплины «Физическая культура» и внеаудиторных видов деятельности (образовательная, оздоровительная, спортивная, развивающая, воспитательная).

Компоненты и составляющие могут меняться в зависимости от материально-технической базы, количества социальных объектов, от целеустремленности и готовности самих субъектов образовательной деятельности повышать ее воспитательный потенциал.

Модель отражает следующие положения: объединяет пространственно-предметную, педагогическую, социальную среды УВО, продуцирует интеграционный эффект воспитания в единый образовательный процесс, выражающийся в содержательно-технологическом, организационном и деятельностном аспектах; обуславливает создание различных взаимопроникающих компонентов, создающих условия для формирования индивидуальной среды каждого студента; обеспечивает успех разнообразной физкультурно-спортивной деятельности студентов.

Интегрированная физкультурно-спортивная среда представляет функционирование различных сред, создающих индивидуальные вариативные образовательные и воспитательные модели, реализующие идеи модернизации физического воспитания в УВО [1].

Реализация модели интегрированной физкультурно-спортивной среды основана на

разработке и внедрении в образовательный процесс по учебной дисциплине: дневника контроля управляемой самостоятельной работы по учебной дисциплине «Физическая культура»; программного обеспечения «Электронная система контроля физического воспитания студентов в физкультурно-спортивной среде УВО», что позволило оперативно управлять физическим воспитанием студентов; отслеживать своевременность выполнения разделов управляемой самостоятельной работы по дисциплине «Физическая культура»; а также обеспечить вовлеченность студентов в физкультурно-оздоровительную, спортивно-массовую и волонтерскую деятельность [2].

Для определения результативности модели интегрированной физкультурно-спортивной среды на протяжении эксперимента проводился анализ учебной документации, журналов посещаемости занятий, медицинских справок в контрольных и экспериментальных группах. Выявлено, что студенты контрольных групп имеют большее количество пропущенных занятий (на 14 часов в среднем на одного человека) в сравнении с экспериментальными группами. Реализация экспериментальной модели интегрированной физкультурно-спортивной среды выразилась в более высокой посещаемости занятий студентами экспериментальных групп относительно контрольных.

После завершения эксперимента проводился мониторинг удовлетворенности занятиями по учебной дисциплине «Физическая культура» студентов экспериментальных ЭГ/ю (n=163), ЭГ/д (n=382) и контрольных групп КГ/ю (n=155), КГ/д до (n=378) (таблица 1).

Исследование удовлетворенности занятиями физической культурой показало, что на начальном этапе эксперимента статистически достоверных различий между экспериментальными и контрольными группами не выявлено ($p < 0,05$). После проведения педагогического эксперимента имеются статистически достоверные различия между экспериментальными и контрольными

ными группами ($p > 0,05$). Исследование удовлетворенности студентов организацией физического воспитания после педагогического эксперимента свидетельствует о достоверно значимых различиях в экспериментальных группах. Следовательно, организация физического воспитания в условиях реализации модели интегрированной физкультурно-спортивной среды позволила повысить его эффективность, что проявляется в высокой степени удовлетворенности занятиями студентов, входящих в состав экспериментальных групп в сравнении с контрольными [2; 3].

На третьем этапе определялась эффективность физического воспитания студентов в условиях апробации методики создания интегрированной физкультурно-спортивной среды в УВО по показателям динамики уровня физической подготовленности студентов экспериментальных и контрольных групп.

На начальном и заключительном этапах эксперимента проводилось тестирование уровня физической подготовленности согласно типовой программе учебной дисциплины «Физическая культура». Результаты тестирования юношей, полученные в ходе экспериментального исследования, позволили определить, что на начальном этапе исследования у юношей по показателям прыжка в длину с места; подтягивания на высокой перекладине; сгибания и разгибания рук в упоре лежа; бега 30 м; челночного

бега 4×9 м; бега 3 000 м; поднимания туловища из положения лежа на спине за 60 с; наклона вперед из положения сидя ноги врозь достоверно значимых различий между ЭГ/ю и КГ/ю не выявлено ($p < 0,05$) (таблица 2).

После завершения эксперимента результативность физического воспитания в интегрированной физкультурно-спортивной среде выразилась в повышении показателей физической подготовленности в экспериментальной группе. Значимые различия зафиксированы во всех исследуемых показателях между ЭГ/ю и КГ/ю $W_{эмп} > 1,96$, достоверность различий равна 95 % ($W_{эмп} > 0,05$), что доказывает эффективность физического воспитания в условиях интегрированной физкультурно-спортивной среды.

Исследование уровня физической подготовленности показало, что на начальном этапе эксперимента достоверно значимых различий между юношами ЭГ/ю и КГ/ю не выявлено ($p < 0,05$). После проведения эксперимента имеются достоверные сдвиги в уровне физической подготовленности ЭГ/ю и КГ/ю ($p > 0,05$) (рисунок 3).

Таким образом, результативность физического воспитания в условиях реализации методики создания интегрированной физкультурно-спортивной среды выразилась в повышении уровня физической подготовленности юношей экспериментальной группы ЭГ/ю, что доказывается статистически достоверно различимыми результатами после проведения эксперимента.

Таблица 1

Динамика удовлетворенности занятиями по учебной дисциплине «Физическая культура»

Группы	Уровень удовлетворенности студентов, %			Х ² _{эмп}	р
	Удовлетворены	Частично удовлетворены	Не удовлетворены		
КГ/ю до	51,0 % (79 чел.)	9,0 % (14 чел.)	40 % (62 чел.)	0,177	р < 0,05
ЭГ/ю до	50,3 % (82 чел.)	10,4 % (17 чел.)	39,3 % (64 чел.)		
КГ/ю после	59,4 % (92 чел.)	8,4 % (13 чел.)	32,3 % (50 чел.)	50,858	р > 0,05
ЭГ/ю после	91,4 % (149 чел.)	5,5 % (9 чел.)	3,1 % (5 чел.)		
КГ/д до	48,9 % (185 чел.)	8,5 % (32 чел.)	42,6 % (161 чел.)	1,586	р < 0,05
ЭГ/д до	45,0 % (172 чел.)	10,5 % (40 чел.)	44,5 % (170 чел.)		
КГ/д после	55,0 % (208 чел.)	11,1 % (42 чел.)	33,9 % (128 чел.)	140,349	р > 0,05
ЭГ/д после	87,4 % (334 чел.)	11,0 % (42 чел.)	1,6 % (6 чел.)		

*используется статистический критерий хи-квадрат, $X^2_{крит} (0,05) = 5,991$.

Результаты физического воспитания студентов, полученные в ходе проведения экспериментального исследования, позволили определить, что на начальном этапе исследования по тестам: прыжок в длину с места; сгибание и разгибание рук в упоре лежа; челночный бег 4×9 м; бег 30 м; бег 1500 м; поднимание туловища из положения лежа на спине

за 60 с; наклон вперед из положения сидя ноги врозь – достоверных различий у девушек экспериментальных и контрольных групп не имелось ($p < 0,05$). После завершения эксперимента выявлены достоверно значимые различия между ЭГ/д и КГ/д, достоверность различий равна 95 % ($p > 0,05$) во всех исследуемых показателях (таблица 3).

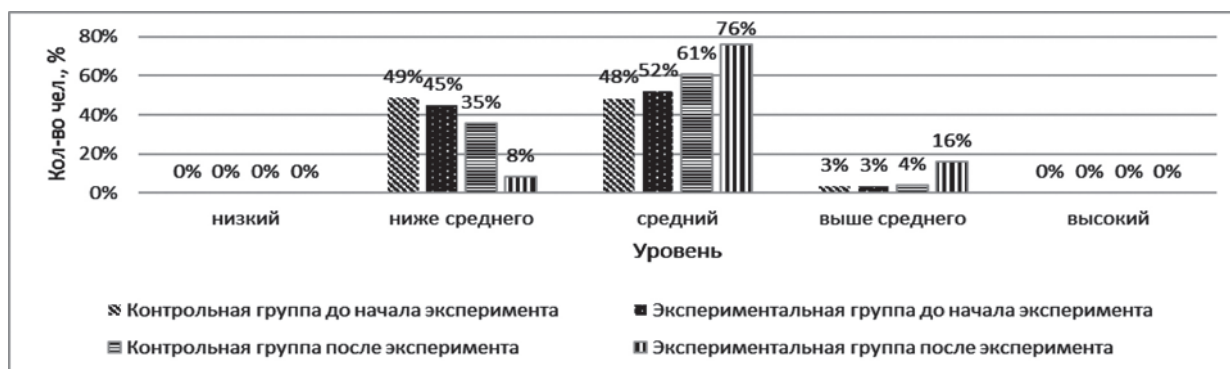


Рис. 3. Динамика уровня физической подготовленности юношей контрольной и экспериментальной групп

Таблица 2

Динамика физической подготовленности юношей контрольной и экспериментальной групп

Тесты	КГ/ю до эксп. ($\bar{x} \pm \sigma$)	КГ/ю после эксп. ($\bar{x} \pm \sigma$)	Прирост, %	ЭГ/ю до эксп. ($\bar{x} \pm \sigma$)	ЭГ/ю после эксп. ($\bar{x} \pm \sigma$)	Прирост, %	Wэмп до эксп.	p	Wэмп после эксп.	p
Прыжок в длину с места, см	228,1±14,9	232,6±14,6	2	231,2±16,4	245,3±14	6,1	1,95	<0,05	7,28	>0,05
Наклон вперед из положения сидя, см	11,7±5,4	12,7±5,3	8,4	12±5,8	14,1±5,6	17,4	0,56	<0,05	2,27	>0,05
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа, раз	37,6±9	41,3±9,1	9,8	37,5±10,2	45,4±8,8	20,9	0,67	<0,05	4,57	>0,05
Подтягивание на высокой перекладине, раз	7,6±3,6	10,2±2,9	34,4	7,7±4,2	11±3,4	44,4	0,51	<0,05	2,13	>0,05
Поднимание туловища из положения лежа за 60 с	47,3±7,3	52,9±7,6	11,8	48,3±7,3	57,4±7,5	18,8	1,11	<0,05	4,95	>0,05
Челночный бег 4×9 м, с	10,06±0,51	9,97±0,5	0,9	10,06±0,55	9,75±0,48	3,1	0,33	<0,05	3,85	>0,05
Бег 30 м, с	5,02±0,27	4,9±0,22	2,4	5,01±0,28	4,83±0,19	3,6	0,36	<0,05	2,44	>0,05
Бег 3000 м, с	849,8±41,2	822,8±42,8	3,2	853,7±47,9	758,7±50,2	11,1	1,09	<0,05	10,5	>0,05

*используется статистический критерий Вилкоксона – Манна – Уитни (далее – ВМУ), $W_{крит}(0,05) = 1,96$.

Таблиця 3

Динамика физической подготовленности девушек контрольной и экспериментальной групп

Тесты	КГ/ю до эксп. ($\bar{x} \pm \sigma$)	КГ/ю после эксп. ($\bar{x} \pm \sigma$)	Прирост, %	ЭГ/ю до эксп. ($\bar{x} \pm \sigma$)	ЭГ/ю после эксп. ($\bar{x} \pm \sigma$)	Прирост, %	Wэмп до эксп.	p	Wэмп после эксп.	p
Прыжок в длину с места, см	169,8±13,2	173,8±12,5	2,4	170,7±13,2	180,8±11,2	5,9	0,79	<0,05	8,18	>0,05
Наклон вперед из положения сидя, см	17,3±6,4	19±5,8	9,9	17,1±6,2	21,6±4,9	26,3	0,46	<0,05	6,47	>0,05
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа, раз	7,6±3,7	9,5±3,5	26,3	7,5±3,6	10,6±3	40,6	0,31	<0,05	5,17	>0,05
Поднимание туловища из положения лежа за 60 с, раз	45,1±7,2	47,6±6,4	5,7	45,2±7,6	50,3±7,3	11,2	0,44	<0,05	5,74	>0,05
Челночный бег 4×9 м, с	11,29±0,46	11,16±0,42	1,1	11,28±0,46	11,07±0,44	1,9	0,07	<0,05	2,82	>0,05
Бег 30 м, с	5,65±0,3	5,59±0,27	0,9	5,64±0,3	5,48±0,25	2,9	0,25	<0,05	6,29	>0,05
Бег 1500 м, с	501,7±17,7	483,1±16,8	3,7	503,4±17,8	465,4±16,3	7,6	1,62	<0,05	13,02	>0,05

*используется статистический критерий ВМУ, $W_{крит}(0,05) = 1,96$.

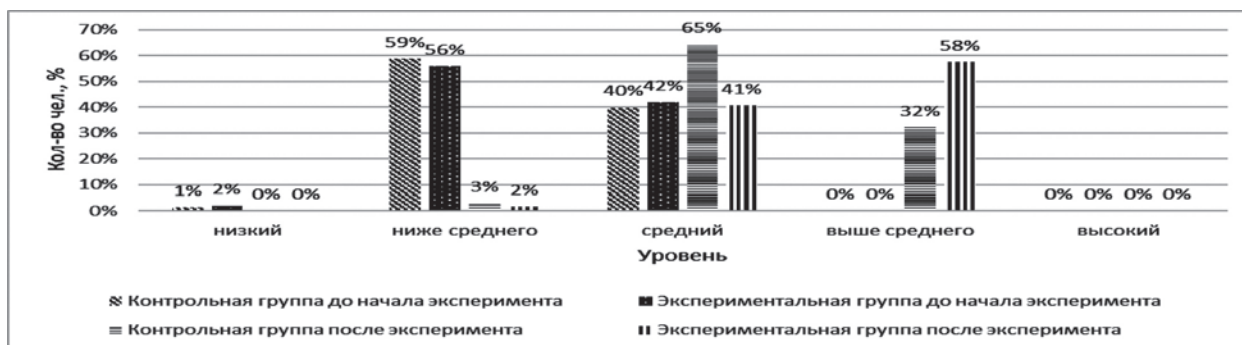


Рис. 4. Динамика уровня физической подготовленности девушек контрольной и экспериментальной групп

Исследование уровня физической подготовленности показало, что на начальном этапе эксперимента достоверно значимых различий между девушками ЭГ/д и КГ/д не выявлено ($p < 0,05$). После проведения эксперимента имеются достоверные различия в уровне подготовленности ЭГ/д и КГ/д ($p > 0,05$) (рисунок 4).

Результативность физического воспитания в условиях реализации методики создания интегрированной физкультурно-спортивной среды выразилась в повышении уровня физической подготовленности девушек экс-

периментальной группы ЭГ/д, что доказывается статистически достоверно различимыми результатами.

Выводы

1. Особенность педагогического эксперимента заключалась в открытости образовательного процесса и планомерном переходе от традиционных форм занятий к деятельностному самосовершенствованию студентов в освоении знаний, двигательных умений и навыков. Физкультурно-спортивная среда УВО может быть действенной в развитии и становлении личности только при созда-

нии условий для удовлетворения предпочтений, потребностей и возможностей студента, ресурсного обеспечения занятий и спортивных мероприятий, включая кадровый потенциал учреждения образования и системность образовательного процесса.

2. Полученные результаты свидетельствуют о том, что интегрированная физкультурно-спортивная среда в УВО способствует повышению эффективности физического воспитания студентов. Это подтверждено повышением показателей физической подготовленности, экспериментальных групп

ЭГ/д и ЭГ/ю по отношению к контрольным КГ/ю и КГ/д. Анализ итоговых результатов показал, что у студентов экспериментальных групп произошли достоверно значимые положительные сдвиги по всем исследуемым показателям. Направленное создание интегрированной физкультурно-спортивной среды в УВО позволило повысить эффективность физического воспитания студентов. Это подтверждено приростом показателей физической подготовленности и удовлетворенностью организацией физического воспитания студентов экспериментальных групп.

Литература

1. Гаврилик М.В. Интегрированная физкультурно-спортивная среда учреждения высшего образования *Вестник Палесскага дзяржаўнага ўніверсітэта. Серыя грамадскіх і гуманітарных навук : науч.-практ. журнал.* 2020. № 1. С. 55–61.

2. Гаврилик М.В. Социально-педагогические условия удовлетворенности студентов физическим воспитанием. *Вестник Магілёўскага дзяржаўнага ўніверсітэта імя А. А. Куляшова. Серыя С. Псіхалага-педагагічныя навукі: педагогіка, псіхалогія, методыка : науч.-метод. журнал.* 2019. № 1(53). С. 40–45.

3. Гаврилик М.В. Организационные основы интегрированной физкультурно-спортивной среды и эффективность физического воспитания студентов. *Вестник Палесскага дзяржаўнага ўніверсітэта. Серыя грамадскіх і гуманітарных навук : науч.-практ. журнал.* 2019. № 2. С. 48–54.

4. Гаврилик М.В., Коледа В.А. Методика создания интегрированной физкультурно-спортивной среды УВО. *Известия Гомельского гос. ун-та им. Ф. Скорины.* 2021. № 5(128). С. 14–21.

References

1. Gavrilik M.V. Integrated physical and sports environment of higher education [Integrated physical and sports environment of higher education]. *Vestnik Poleskogo gosudarstvennogo universiteta.* [Bulletin of Palesky State University], 2020, no. 1, pp.55-61. (In Russian)

2. Gavrilik M.V. Socio-pedagogical conditions of students' satisfaction with physical education [Socio-pedagogical conditions of students' satisfaction with physical education]. *Vestnik of the A. A. Kuleshov Mogilev State University* [Vestnik MSU A.A. Kuleshov], 2019, no. 1(53), pp.40-45. (In Russian)

3. Gavrilik M.V. Organizacionnyye osnovy integrirrovannoj fizkul'turno-sportivnoj sredy i jeffektivnost' fizicheskogo vospitaniya studentov [Organizational foundations of an integrated physical education and sports environment and the effectiveness of students' physical education].

4. Gavrilik, M.V. The method of creating an integrated physical culture and sports environment of the HEI/M.V. Gavrilik, V.A. Koleda // *Journal "GSU Proceedings"*. – 2021. – № 5(128). – P. 14–21. (In Russian)

ЗМІСТ

ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ, ЕРГОТЕРАПІЯ

Боровець О. В., Романова В. І., Сірман О. В.

ПРОГРАМА ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ В ЛІКУВАННІ ІНФАРКТУ МІОКАРДА
НА СТАЦІОНАРНОМУ ЕТАПІ.....10

ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ, ФІТНЕС І РЕКРЕАЦІЯ, ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ РІЗНИХ ГРУП НАСЕЛЕННЯ

Аванесов Э. Ю.

О ПРОБЛЕМЕ ПОДГОТОВКИ СПОРТИВНЫХ УПРАВЛЕНЦЕВ
В УСЛОВИЯХ ТРАНСФОРМИРУЮЩЕГОСЯ ОБЩЕСТВА АРМЕНИИ.....17

Вако І. І.

ВИЗНАЧЕННЯ ПОМИЛОК, ЩО ДОПУСКАЮТЬ ЮНІ СПОРТСМЕНИ,
ЯКІ СПЕЦІАЛІЗУЮТЬСЯ В РУКОПАШНОМУ БОЮ,
ПІД ЧАС ОСВОЄННЯ БОКОВИХ УДАРІВ РУКАМИ23

Ватаманюк С. В., Хабінець Т. О., Довгаль В. І., Кедрич Г. В., Сиротюк С. М.

ХАРАКТЕРИСТИКА ФІЗИЧНОГО РОЗВИТКУ ТА ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ ЧОЛОВІКІВ
26–35 РОКІВ ІЗ РІЗНИМИ ТИПАМИ ПОСТАВИ, ЯКІ ЗАЙМАЮТЬСЯ ОЗДОРОВЧИМ ФІТНЕСОМ.....29

Годлевський П. М., Саратовський О. В.

ФОРМУВАННЯ ТА СТАН ЗДОРОВ'Я МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ
ВОДНОГО ТРАНСПОРТУ ЗАСОБАМИ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ.....37

Dębski Sławomir

ZAGROŻENIA DZIAŁAŃ ADMINISTRACJI PUBLICZNEJ SZCZEBLA RZĄDOWEGO NA
PODSTAWIE BEZPRAWNEJ UMOWY EKSPERYMENTU MEDYCZNEGO.
ANALIZA PORÓWNAWCZA.....47

Козуб С. В., Чечельницька Ю. Є.

РЕКРЕАЦІЇ ТА ФІЗИЧНІ ТРЕНУВАННЯ ДЛЯ РІЗНИХ ГРУП НАСЕЛЕННЯ.....56

Кузнецова Е. Т.

АНАЛИЗ СФОРМИРОВАННОСТИ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ КОМПЕТЕНЦИИ
СТУДЕНТОВ ПО РЕЗУЛЬТАТАМ ВНЕДРЕНИЯ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ПРОЦЕСС
УПРАВЛЯЕМОЙ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ.....62

Мицкан Т. С., Іваночко В. М.

ІННОВАЦІЇ ДИФЕРЕНЦІЙОВАНОГО РОЗВИТКУ ФІЗИЧНИХ ЗДІБНОСТЕЙ У ШКОЛЯРІВ.....68

Неус Д. В., Шаламов Д. С.

ШЛЯХИ РОЗВИТКУ БАЗОВОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ СУЧАСНОЇ МОЛОДІ.....81

Римик В.

РІВЕНЬ СТРЕСОСТІЙКОСТІ КУРСАНТІВ 1-3 КУРСІВ ПІД ЧАС НАВЧАННЯ
В НАЦІОНАЛЬНІЙ АКАДЕМІЇ ВНУТРІШНІХ СПРАВ.....91

Римик Р. В., Маланюк Л. Б., Лещак О. М., Синуця А. В.

ТЕХНОЛОГІЯ ПРОФЕСІЙНО-ПРИКЛАДНОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ
УЧНІВ ТЕХНІЧНИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ.....96

Сичов С. О., Сиротинська О. К.

ПЕДАГОГІЧНІ ЗАСОБИ УПРАВЛІННЯ СИЛОВИМ ФІТНЕСОМ
ДЛЯ ПІДВИЩЕННЯ ПРАЦЕЗДАТНОСТІ СТУДЕНТІВ У ПРОЦЕСІ НАВЧАННЯ.....103

Skalski Dariusz, Kowalski Damian, Kindzer Bogdan, Grygus Igor

WYBRANE ASPEKTY W EDUKACJI ZDROWOTNEJ W REALIZACJI ZABAW
REKREACYJNYCH W OKRESIE PANDEMII.....109

Хомицевич Д. И.

ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ ФУТБОЛИСТОВ НА ЭТАПЕ ПРЕДВАРИТЕЛЬНОЙ
БАЗОВОЙ ПОДГОТОВКИ.....120

Ярош Г. В.

СТРУКТУРА ТА ЗМІСТ ТЕХНОЛОГІЇ КОРЕКЦІЇ ПОРУШЕНЬ ПРОСТОРОВОЇ
ОРГАНІЗАЦІЇ ТІЛА У БОКСЕРІВ НА ЕТАПІ ПОЧАТКОВОЇ ПІДГОТОВКИ.....126

ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА І СПОРТ

Афанасьєва О. М., Натарова В. В., Недбайло І. А.

ДИНАМІЧНИЙ СТРЕТЧИНГ У ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ВОЛЕЙБОЛІСТІВ.....135

Бурлака І. В., Лукачина А. В.

ВИХОВАННЯ ЗАСОБАМИ ТЕНІСУ ВОЛЬОВИХ ЯКОСТЕЙ У СТУДЕНТІВ ЗВО
НЕСПОРТИВНОГО ПРОФІЛЮ.....141

Гаврилик М. В.

СОЗДАНИЕ ИНТЕГРИРОВАННОЙ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ СРЕДЫ,
НАПРАВЛЕННОЙ НА ПОВЫШЕНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ
ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ.....146

Гуцман С. В., Ногас А. О., Ніколенко О. І., Подоляка П. С., Гамма Т. В.

ДО ПИТАННЯ МЕДИКО-БІОЛОГІЧНИХ ПРОБЛЕМ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ТА СПОРТУ.....156

Майструк В. В., П'ятничук Д. В., П'ятничук Г. О., Цап І. Г.

ОСОБЛИВОСТІ ДІЯЛЬНОСТІ ДОБРОВОЛЬНИХ СПОРТИВНИХ ТОВАРИСТВ
СТАНІСЛАВА ПІСЛЯ ДРУГОЇ СВІТОВОЇ ВІЙНИ (1945–1967 рр.).....161

Мищук Д. М., Сюй Саньцян

АНАЛІЗ КОРЕЛЯЦІЙНИХ ЗВ'ЯЗКІВ ПСИХОФІЗІОЛОГІЧНИХ ПОКАЗНИКІВ
КВАЛІФІКОВАНИХ БАДМІНТОНІСТІВ.....166

Назимок В. В.

ФІЗИЧНА ТА СПЕЦІАЛЬНА ФІЗИЧНА ПІДГОТОВЛЕНІСТЬ СТУДЕНТІВ,
ЩО ЗАЙМАЮТЬСЯ БОКСОМ У ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ.....174

Ніколенко О. І., Ногас А. О., Гуцман С. В., Орел І. О., Гайнуліна І. М., Гамма Т. В.

ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА І СПОРТ ЯК ЗАСОБИ ПОПЕРЕДЖЕННЯ
ПЕРЕДЧАСНОГО СТАРІННЯ ЛЮДИНИ.....182

Ногас А. О., Гуцман С. В., Подоляка П. С., Гамма Т. В., Ніколенко О. І.

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ФОРМУВАННЯ
ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ ЗА ДОПОМОГОЮ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ.....187

Орел І. О., Гамма Т. В., Гірак А. М., Ногас А. О., Гуцман С. В.

РОЗВИТОК КІКБОКСИНГУ ВАКО ЯК ОЛІМПІЙСЬКОГО ВИДУ СПОРТУ В УКРАЇНІ.....193

Сидорук І. О., Гірак А. М., Гамма Т. В., Орел І. О.

РУХЛИВІ ІГРИ В СИСТЕМІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ДІТЕЙ
МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ.....200

Тягур Р. С., Лісовський Б. П., Ткачівська І. М., Яців Я. М.

ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА І СПОРТ У АНТИЧНОМУ КИТАЇ, ЯПОНІЇ І КОРЕЇ.....205

ДО ЮВІЛЕЮ

Магльований А. В., Гриновець В. С., Синиця В. В.

ДО 80-РІЧЧЯ ВІДОМОГО ПРОФЕСОРА СТОМАТОЛОГІЇ
ВАЛЕНТИНА ФЕДОРОВИЧА МАКЄЄВА.....217

CONTENTS

PHYSICAL THERAPY, OCCUPATIONAL THERAPY

Borovets O. V., Romanova V. I., Sirman O. V.

PHYSICAL THERAPY PROGRAM IN THE TREATMENT OF MYOCARDIAL INFARCTION
AT THE INPATIENT STAGE.....10

HUMAN HEALTH, FITNESS AND RECREATION, PHYSICAL EDUCATION OF VARIOUS GROUPS

Avanesov E. Yu.

ON THE PROBLEM OF TRAINING SPORTS MANAGERS AMIDST
A TRANSFORMING SOCIETY OF ARMENIA.....17

Vako I. I.

DETERMINING MISTAKES MADE BY YOUNG ATHLETES WHO SPECIALIZE
IN HAND-TO-HAND COMBAT, WHEN MASTERING SIDE PUNCHES.....23

Vatamaniuk S. V., Khabinets T. O., Dovhal V. I., Kedrych H. V., Syrotiuk S. M.

CHARACTERISTICS OF PHYSICAL DEVELOPMENT AND PHYSICAL FITNESS
OF 26 – 35 YEAR-OLD MEN WITH DIFFERENT TYPES OF POSTURE,
ENGAGED IN HEALTH FITNESS ACTIVITY..... 29

Hodlevskiy P. M., Saratovskiy O. V.

FORMATION AND HEALTH STATUS OF FUTURE SPECIALISTS
OF WATER TRANSPORT BY MOTOR ACTIVITY.....37

Dębski Sławomir

THREATS TO THE ACTIVITIES OF PUBLIC ADMINISTRATION OF A GOVERNMENT LEVEL
ON THE BASIS OF AN UNLAWFUL AGREEMENT OF THE MEDICAL EXPERIMENT.
COMPARATIVE ANALYSIS.....47

Kozub S. V., Chechelnytska Yu. Ye.

RECREATION AND PHYSICAL EDUCATION FOR DIFFERENT GROUPS OF THE POPULATION. 56

Kuznetsova E. T.

ANALYSIS OF THE FORMATION OF STUDENTS' HEALTH-SAVING COMPETENCE
ACCORDING TO THE RESULTS OF INTRODUCTION INTO THE EDUCATIONAL PROCESS
OF GUIDED INDEPENDENT WORK.....62

Mytskan T. S., Ivanochko V. M.

INNOVATIONS OF DIFFERENTIATED DEVELOPMENT
OF PHYSICAL ABILITIES IN SCHOOLCHILDREN.....68

Neus D. V., Shalamov D. S.

WAYS OF DEVELOPMENT OF BASIC PHYSICAL TRAINING OF MODERN YOUTH..... 81

Rymyk V.

LEVELSTRESS RESISTANCE OF CADETS 1-3 COURSES DURING TRAINING
AT THE NATIONAL ACADEMY OF INTERNAL AFFAIRS.....91

Rymyk R. V., Malaniuk L. B., Leshchak O. M., Synytsia A. V.

TECHNOLOGY OF PROFESSIONAL-APPLIED PHYSICAL TRAINING
STUDENTS TECHNICAL EDUCATIONAL INSTITUTIONS.....96

Sychov S. O., Syrotynska O. K.

PEDAGOGICAL MEANS OF STRENGTH FITNESS MANAGEMENT TO IMPROVE
THE EFFICIENCY OF STUDENTS IN THE LEARNING PROCESS.....103

Skalski Dariusz, Kowalski Damian, Kindzer Bogdan, Grygus Igor

SELECTED ASPECTS IN HEALTH EDUCATION IN THE IMPLEMENTATION
OF RECREATIONAL GAMES DURING A PANDEMIC.....109

Khomytsevykh D. Y.

PHYSICAL PREPARATION OF FOOTBALL PLAYERS
AT THE STAGE OF PRELIMINARY BASIC TRAINING.....120

Yarosh H. V.

STRUCTURE AND CONTENT OF THE TECHNOLOGY FOR CORRECTION OF SPATIAL
ORGANIZATION DISORDERS OF BOXERS' BODY AT THE STAGE OF INITIAL TRAINING.....126

PHYSICAL CULTURE AND SPORTS**Afanasieva O. M., Natarova V. V., Nedbailo I. A.**

DYNAMIC STRETCHING IN THE PROCESS OF PHYSICAL EDUCATION
OF VOLLEYBALL PLAYERS.....135

Burlaka I. V., Lukachyna A. V.

THE UPBRINGING OF VOLITIONAL QUALITIES BY MEANS OF TENNIS AMONG
THE STUDENTS OF NON-SPORTS PROFILE UNIVERSITIES.....141

Havrylyk M. V.

THE CREATION OF AN INTEGRATED PHYSICAL CULTURE AND SPORTS ENVIRONMENT
DIRECTED TOWARDS INCREASING THE EFFECTIVENESS
OF THE PHYSICAL EDUCATION OF STUDENTS.....146

Hutsman S. V., Nohas A. O., Nikolenko O. I., Podoliaka P. S., Hamma T. V.

ON THE ISSUE OF MEDICAL AND BIOLOGICAL PROBLEMS OF PHYSICAL CULTURE
AND SPORT.....156

Maistruk V. V., Piatnychuk D. V., Piatnychuk H. O., Tsap I. H.

PECULIARITIES OF STANISLAV VOLUNTARY SPORTS SOCIETIES
AFTER THE SECOND WORLD WAR (1945–1967).....161

Mishchuk D. M., Siui Santsian

ANALYSIS OF CORRELATION RELATIONS OF PSYCHOPHYSIOLOGICAL INDICATORS
OF QUALIFIED BADMINTONISTS.....166

Nazymok V. V.

PHYSICAL AND SPECIAL PHYSICAL PREPAREDNESS OF BOXING STUDENTS
IN THE PROCESS OF PHYSICAL EDUCATION.....174

Nikolenko O. I., Nohas A. O., Hutsman S. V., Orel I. O., Hainulina I. M., Hamma T. V.

PHYSICAL CULTURE AND SPORT AS A MEANS OF PREVENTING PREMATURE AGING.....182

Nohas A. O., Hutsman S. V., Podoliaka P. S., Hamma T. V., Nikolenko O. I.

THEORETICAL AND METHODOLOGICAL FUNDAMENTALS OF FORMATION
OF A HEALTHY LIFESTYLE WITH THE HELP OF PHYSICAL CULTURE.....187

Orel I. O., Hamma T. V., Hira A. M., Nohas A. O., Hutsman S. V.

DEVELOPMENT OF KICKBOXING WAKO AS AN OLYMPIC SPORTS IN UKRAINE.....193

Sydoruk I. O., Hira A. M., Hamma T. V., Orel I. O.

ACTIVE GAMES IN PHYSICAL EDUCATION SYSTEM FOR SCHOOL-AGED CHILDREN.....200

Tiahur R. S., Lisovskyi B. P., Tkachivska I. M., Yatsiv Ya. M.

PHYSICAL CULTURE AND SPORT IN ANTIQUE CHINA, JAPAN AND KOREA.....205

TO THE ANNIVERSARY**Mahlovanyi A. V., Hrynovets V. S., Synytsia V. V.**

TO THE 80TH ANNIVERSARY OF THE FAMOUS PROFESSOR OF DENTISTRY
VALENTYN FEDOROVYCH MAKIEIEV.....217