

Міністерство освіти і науки України
Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка
Факультет фізичної культури
Кафедра спорту і спортивних ігор

Дипломна робота (проект)
магістра

з теми: **«МЕТОДИЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ВПРОВАДЖЕННЯ У
НАВЧАЛЬНИЙ ПРОЦЕС З ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ
ОСВІТИ ЗАСОБІВ ВОЛЕЙБОЛУ»**

Виконала: студентка 2 курсу, групи ФК1-М21
спеціальності 014 Середня освіта
(Фізична культура)

Осипчук Валентина Василівна

Керівник: **Прозар М. В.**, кандидат наук з
фізичного виховання та спорту, доцент

Рецензент: **Юрчишин Ю. В.**, кандидат наук з
фізичного виховання та спорту, доцент

Кам'янець-Подільський – 2022

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1. СТАН ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ У ЗАКЛАДІ ВИЩОЇ ОСВІТИ.....	6
1.1. Особливості фізичного виховання у закладах вищої освіти та основні проблеми підвищення його рівня	6
1.2. Особливості фізичної активності у ЗВО та її вплив на зміцнення здоров'я студентської молоді	10
1.3. Особливості морфо-функціонального стану дівчат 17-20 років.....	13
РОЗДІЛ 2. МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ.....	20
2.1. Методи дослідження.....	20
2.2. Організація дослідження	26
РОЗДІЛ 3. ОСОБЛИВОСТІ ВИКОРИСТАННЯ ЗАСОБІВ ВОЛЕЙБОЛУ ДЛЯ ПОКРАЩЕННЯ ФІЗИЧНОГО СТАНУ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ.....	28
3.1. Мотиваційні чинники здобувачок вищої освіти до різних видів фізичної активності.....	28
3.2. Стан морфо-функціональних показників та фізичної підготовленості здобувачок вищої освіти.....	33
3.3. Диференційований підхід до фізичної підготовленості здобувачок вищої освіти у процесі фізичного виховання	36
3.4. Обґрунтування та експериментальна перевірка ефективності диференційованої методики фізичного виховання здобувачок вищої освіти засобами волейболу	45
ВИСНОВКИ.....	57
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	60

ВСТУП

Актуальність теми. Реформи, які проводяться в сучасній системі вищої освіти України глибоко торкнулися актуальних проблем студентської молоді. Найважливіша роль у спільній та професійній освіті студенток педагогічних ЗВО належить фізичному вихованню як освітньому компоненту одному із підсистем цілісного педагогічного процесу (В. Г. Кремень, 2016; О. А. Іщук, 2015).

Проте існуюча інфраструктура фізичного виховання здобувачів вищої освіти на основі традиційних положень діючих організаційно-методичних програм не забезпечує повною мірою рішення головної мети – ефективного оздоровлення, освіти та виховання студенток з позиції усвідомленої обов'язкової рухової активності та особистісних потреб у вирішенні найважливіших завдань, всебічного розвитку особистості молодого спеціаліста (Л. П. Сущенко, 2003; В. П. Сліпецький, 2019; О. Т. Кузнецова, 2018; Н. Н. Завидівська, 2013). Одним із шляхів вирішення даної проблеми є переорієнтація цільових програм різних видів фізичної культури на максимально можливе задоволення потреб (особистісних орієнтацій, інтересів та особистих цілей) кожного здобувача вищої освіти, на більш повний облік рівня фізичного розвитку та фізичної підготовленості, цілеспрямоване використання тренувальних навантажень, що відповідають обраному виду рухової діяльності.

Саме для кожного з культивованих видів спортивної діяльності у закладах вищої освіти необхідно розробити мету, завдання, засоби, форми та наскрізний освітньо-тренувальний комплекс (у навчальному та позанавчальному процесах) для впровадження у практичну роботу кафедр фізичного виховання (або кафедр які виконують такі функції).

Це стає можливим здійснити лише на основі розробки та застосування нових освітньо-тренувальних технологій, спрямованих на усвідомлену рухову діяльність студенток педагогічних закладів вищої освіти в обраному виді спорту. Все вищевикладене і зумовлює актуальність запропонованого дослідження.

Об'єкт дослідження – організація і зміст фізичного виховання здобувачів вищої освіти.

Предмет дослідження – секційні заняття з волейболу, як засіб покращення фізичного стану здобувачів вищої освіти.

Мета дослідження – обґрунтувати ефективність диференційованої методики пріоритетного використання засобів волейболу під час секційних занять волейболом здобувачів вищої освіти.

Завдання дослідження:

1. Виявити пріоритетність мотивів, особистісної орієнтації, самооцінки та рухових можливостей здобувачів вищої освіти для задоволення їх потреб у обраному виді спортивної діяльності.

2. Розробити інтегральну шкалу визначення рівня фізичного розвитку рухової підготовленості здобувачів вищої освіти.

3. Експериментально обґрунтувати розроблену диференційовану методику переважного використання засобів волейболу на секційних заняттях здобувачами вищої освіти різного рівня рухової підготовленості.

Методи дослідження: теоретичний аналіз науково-методичної літератури; соціологічні методи дослідження (анкетне опитування); медико-біологічні методи дослідження (функціональне тестування); педагогічні методи дослідження (педагогічне спостереження, педагогічне тестування, експертна оцінка ігрової діяльності, педагогічний експеримент); методи математичної статистики.

Практичне значення одержаних результатів. Отримані результати дипломної роботи магістра, можуть бути використанні під час викладання освітніх компонентів професійної підготовки: підвищення спортивної майстерності, сучасні аспекти організації рухової активності населення. Також майбутні вчителі фізичної культури закладу загальної середньої освіти у своїй професійній діяльності, а саме під час проведення секційної роботи, можуть використовувати результати дослідження для покращення фізичного стану учнівської молоді.

Апробація результатів дослідження. Основні результати дипломної роботи магістра обговорювались на звітній науковій конференції студентів, магістрантів Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка (м. Кам'янець-Подільський 22-23 квітня 2022 року).

Публікації. Результати дослідження за темою кваліфікаційної (дипломної) роботи магістра висвітлені в одній науковій статті.

Структура та обсяг дипломної роботи магістра. Роботу викладено на 67 сторінках, з яких 59 основного тексту, вона містить 11 таблиць та 5 рисунків. Дипломна робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків, зі списку 60 використаних літературних джерел.

ВИСНОВКИ

1. Аналіз результатів анкетування виявив різноманітну мотивацію рухової діяльності здобувачок вищої освіти. Зокрема: лише 19 % дівчат займаються фізичною культурою у вільний час, 56 % – займаються епізодично та не займаються 25 %. 90 % студенток вважають заняття фізичною культурою та спортом необхідними, вказуючи на те, що основні мотиви це бажання бути здоровою, фізично привабливою, впевнено почуватися у соціумі.

2. Пріоритетним видом спортивної діяльності є заняття у спортивній секції ЗВО, оскільки вони проходять у зручний час та дозволяють займатися обраним видом спорту. Одним із популярних видів фізичної активності серед здобувачок ЗВО є волейбол, якому віддають перевагу 21 % респондентів, які мають різну спортивну кваліфікацію та технічну підготовленість. Удосконалення системи фізичного виховання у ЗВО доцільно на основі використання засобів волейболу під час секційних навчально-тренувальних занять за умови застосування диференційованої методики тренування.

3. Оцінка фізичної підготовленості та фізичного розвитку здобувачок вищої освіти є одним з основних факторів підвищення фізичного вдосконалення та оздоровлення студенток. Так, рівень фізичного розвитку, за результатами масового обстеження, знаходиться в межах статево-вікових норм при незначній варіативності морфологічних показників, що становить 2,5-7,2 %; високий рівень фізичної підготовленості відзначається у 14 % обстежуваних, у 47 % – середній та у 31,5 % – нижче середнього рівня. Результат швидкісних якостей (біг 30 м) склав $5,11 \pm 0,22$ с, показник витривалості (біг на 1000 м) – $4,57 \pm 0,28$ хв, швидкості переміщення (9х3х6х3х9) – $9,3 \pm 0,7$ с, стрибках у довжину – $192,5 \pm 14,8$ см, у стрибках у висоту – $48,6 \pm 6,9$ см, у кидку набивного м'яча вагою 1 кг із положення стоячи $10,2 \pm 1,4$ м, у підніманні тулуба із положення лежачи за 1 хв – $26,4 \pm 4,4$ рази.

4. Інтегральна шкала фізичного стану дозволяє ранжувати здобувачок вищої освіти для занять у групах спортивного вдосконалення відповідно до рівня

фізичної та технічної підготовки. До групи «А» віднесені студентки, які набрали за інтегральною шкалою від 48 до 60 балів, до групи «В» – 30-47 та групу «С» до 29 балів.

5. Ефективною організаційно-методичною формою фізичної підготовки здобувачок вищої освіти є навчально-тренувальні заняття у групах спортивного вдосконалення з переважним застосуванням волейболу:

- для здобувачок вищої освіти з високим рівнем фізичного стану: ЗФП – 10%, СФП – 15 %, техніко-тактична підготовка – 25 %, навчальні ігри – 40 %, контрольні ігри та змагання – 10 %;

- для здобувачок вищої освіти із середнім рівнем фізичного стану, відповідно, 15, 20, 25, 35, 5 %;

- для здобувачок вищої освіти із низьким рівнем фізичного стану: 20; 15; 30; 30; 5 % тощо.

6. Результати педагогічного експерименту свідчать про те, що у здобувачок вищої освіти, які займаються за диференційованою методикою, приріст показників фізичних якостей, які розвивалися, порівняно з вихідними, збільшився від 1,2 % (човниковий біг) до 12,2 % (кидок набивного м'яча). Проте темпи приросту кожної групи різні. Найбільш суттєві темпи приросту відзначені у групі з низьким рівнем фізичного розвитку, різниця між показниками статистично достовірна ($p < 0,05$). Аналогічні результати отримано щодо показників технічної підготовленості. Коефіцієнт достовірності знаходиться в межах від $p < 0,05$ до $p < 0,001$. Статистично достовірна різниця показників фізичної і технічної підготовленості у групах, що знаходяться на нижчому рівні фізичного розвитку, підтвердила перевагу запропонованої методики виховання фізичних якостей та підвищення рівня володіння технічними прийомами в обраному виді спортивної діяльності.

7. Диференційована методика пріоритетного використання засобів волейболу на навчально-тренувальних заняттях зі здобувачками вищої освіти показала свою ефективність у підвищенні всебічної, фізичної підготовленості осіб, які займалися

в секційних заняттях та може бути рекомендована для організації процесу з фізичного виховання студенток у обраному виді фізичної активності.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Анатомія людини з основами морфології : навч. посібн.-практ. Т. Куцериб, М. Гриньків, Ф. Музика. Львів : ЛДУФК ім. Івана Боберського, 2020. 252 с.
2. Андріанов В. С. Фізичне виховання: методика викладання : навчальний посібник для студентів педагогічних університетів. 2011, 46 с.
3. Беспалова Н. М. Зміни антропометричних показників у дівчат з переважанням нормотонічного типу автономної нервової системи під дією фізичних навантажень. Наукові записки Тернопільського національного педагогічного університету ім. В. Гнатюка. Серія : Біологія. 2008. № 2 (36). С. 53-55.
4. Бишевец Н., Гончарова Н. Фізична активність студенток закладів вищої освіти. Фізична активність і якість життя людини. Збірник тез доповідей IV Міжнародної науково-практичної Інтернет-конференції (10 червня). Луцьк. 2020. С. 9.
5. Вінярська Т., Ковтун А. Мотивація студентів ВНЗ до спеціально організованої рухової активності з урахуванням їх психофізіологічного стану. Спортивний вісник Придністров'я. 2014. № 1. С. 28-33.
6. Волейбол. Навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності та спеціалізованих навчальних закладів спортивного профілю. Київ, 2009. 140 с.
7. Гасюк І. Л. Фізична культура в освітній сфері: перспективні шляхи державного стимулювання розвитку. Інфестиції : практика та досвід. № 12. 2011. С. 95-98.
8. Головатенко О. М., Зуєнко М. І., Олексієнко Я. І. Фізичне виховання студентів ВНЗ України в умовах євроінтеграції. Проблеми та перспективи. Вісник Черкаського університету. Серія : Педагогічні науки. № 4. Черкаси, 2017. С. 56-62.

9. Грибан Г. П. Особливості фізичної підготовленості студентів вищих навчальних закладів України. Біомеханічні, педагогічні, медико біологічні та психологічні аспекти фізичного виховання та спорту. № 118, Т. 1. 2014. С. 88-92.

10. Грибан Г. П., Романчук В. М., Романчук С. В. Роль рухової активності в житті студентів. Спортивна наука України. Львів : ЛДДФК, 2014. № 4. С. 57-62.

11. Гриньків М. Нормальна анатомія : навч. посіб. для лаборат. занять і самот. роботи. Львів: ЛДУФК, 2018. 224 с.

12. Гуска М. Б., Мазур В. Й, Гуска М. В. Рухливі ігри під час рекреаційно-оздоровчих походів зі студентами. Формування здорового способу життя студентської та учнівської молоді засобами освіти : збірник наукових праць [редкол. : І.І. Стасюк (відп. ред.) та ін.]. Кам'янець-Подільський : Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2018. Вип. 17. Т.2. С. 106-108.

13. Гуска М. Б., Мазур В. Й. Рухливі ігри як засіб підвищення ефективності початкового відбору школярів для занять спортивними видами боротьби в ДЮСШ. Наукові праці Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка : збірник за підсумками звітної наукової конференції викладачів, докторантів і аспірантів. Кам'янець-Подільський : Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2017. Вип. 16. Т. 2. С. 111-113.

14. Гуска М. Б., Гуска М. В. Спортивні і рухливі ігри у навчальному процесі студентів спеціальних медичних груп. Наукові праці Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка : збірник за підсумками звітної наукової конференції викладачів, докторантів і аспірантів. Кам'янець-Подільський : Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2017. Вип. 16. Т. 2. С. 97-99.

15. Денисовець Т. М., Квак О. В. Значення фізичної культури у формуванні здорового способу життя студентів у закладах вищої освіти. Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Випуск 2 (122). 2020. С. 51-55.

16. Долгова Н. О. Новітні технології організації фізичного виховання : досвід Польщі. [Електронний ресурс]. Режим доступу : http://elkniga.info/book_372_glava_10.html.

17. Дяченко А., Костюкевич В. До питання фізичного виховання студентів ВНЗ. Всеукр. наук. конф. : Сучасні тенденції розвитку української науки. Вип. 7. Переяслав Хмельницький, 2017. С. 82-86.

18. Завидівська Н.Н. Теоретико-методичні засади фундаменталізації фізкультурно-оздоровчої освіти студентів у процесі здоров'язбережувального навчання : автореф. дис. ... д-ра пед. наук зі спец. 13.00.02 «Теорія та методика навчання (фізична культура, основи здоров'я)». Київ, 2013. 40 с.

19. Завидівська Н., Ополонець І. Шляхи оптимізації фізкультурно-спортивної діяльності студентів вищих навчальних закладів. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я в сучасному суспільстві: зб. наук. праць / за ред. А. В. Цьося. Луцьк, 2010. № 2. С. 50-54.

20. Ішук О.А. Формування здоров'язбережувальної компетенції студентів вищих навчальних закладів у процесі фізичного виховання : автореф. дис. ... канд. пед. наук зі спец. 13.00.02 «Теорія та методика навчання (фізична культура, основи здоров'я)». Луцьк, 2015. 23 с.

21. Ішук О., Пантік В., Іванюк О. та ін. Аналіз фізичного стану студенток закладів вищої освіти на заняттях фізичного виховання. Фізична активність і якість життя людини. Збірник тез доповідей IV Міжнародної науково-практичної Інтернет-конференції (10 червня). Луцьк. 2020. С.18.

22. Калашник О. С. Стимулювання активності студентів до спортивної діяльності. Актуальні проблеми теорії і методики фізичного виховання. Львів, 2011. С. 69-75.

23. Костюкевич В. М. Теорія і методика спортивної підготовки (на прикладі командних ігрових видів спорту). Навчальний посібник. Вінниця : Планер, 2014 616 с.

24. Краснобаєва Т. М., Галайдюк М. А. Особливості формування фізкультурно-спортивних умінь у студентів : метод. посіб. Вінниця : Едельвейс і К, 2016. 49 с.

25. Кузнєцова О. Т. Компетентнісний підхід до формування здорового способу життя студентів. Нова педагогічна думка. Рівне, 2012. № 1. Ч. II. С. 176-179.

26. Кузнєцова О.Т. Методична система застосування оздоровчих технологій у процесі фізичного виховання студентів: дис. на здобуття наук. ступеня доктора пед. наук за спеціальністю 13.00.02 «Теорія і методика навчання (фізична культура, основи здоров'я)». Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова, Київ, 2018.

27. Ляшевич А. М., Чернуха І. С. Фізіологія людини. Фізіологічні основи фізичного виховання та спорту. Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2016. 56 с.

28. Магльований А. В., Кунинець О. В., Дзвіненко О. А. та ін. Аналіз взаємовідношень між показниками розумової і фізичної працездатності студенток з різним рівнем рухової активності. Експериментальна та клінічна фізіологія і біохімія. 2009. № 45. С. 54-58.

29. Маєвський М. Формування фізичної культури особистості як головна мета фізичного виховання студентської молоді. Збірник наукових праць Уманського державного педагогічного університету. Випуск 2. 2019. С. 62-68.

30. Марченко О. Формування ціннісних категорій особистої фізичної культури у студентської молоді : автореф. дис. ... канд. наук з фіз. вих. і спорту: 24.00.02. Дніпропетровськ, 2010. 20 с.

31. Мунтян В. С., Пліско В. І. Фізичне виховання у контексті положень нового Закону України «Про вищу освіту». Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. 2014. Вип.118, Т. 1. С. 222-226.

32. Національна доповідь про стан і перспективи розвитку освіти в Україні. Нац. акад. пед. наук України; [редкол. : В. Г. Кремень (голова), В. І. Луговий (заст. голови), А. М. Гуржій (заст. голови), О. Я. Савченко(заст. голови)]; за заг. ред. В. Г. Кременя. Київ : Педагогічна думка, 2016. 448 с.

33. Нікітенко С., Козак І., Кичма Р. та ін. Актуальні проблеми вдосконалення професійно орієнтованої підготовки студентів засобами фізичної культури та спорту. Молода спортивна наука України. Т. 2. 2015. С. 181-187.

34. Опанасюк Ф. Г., Грибан Г. П. Основи розвитку фізичних якостей студентів: навч.-метод. посіб. Житомир : Вид-во «Державний агроекологічний університет», 2006. 332 с.

35. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практическое приложение. Киев: Олимпийская литература, 2004. 808 с.

36. Платонов В. Теория периодизации подготовки спортсменов высокой квалификации в течении года: предпосылки, формирование, критика. Наука в олимпийском спорте. 2008. № 1. С. 3-23.

37. Прозар М. В., Авінов В. Л., Петров А. О., Стасюк В. А., Балан С. М. Теорія і методика спортивних ігор: навчальний посібник [для факульт. фіз. куль. закладів вищої освіти III-IV рівнів акредитації]. ПП "Віта Друк", 2020. 320 с.

38. Рибалко П. Ф., Самохвалова І. Ю. Аналіз розвитку рухових здібностей студенток закладів вищої освіти засобами спортивних ігор у процесі секційних занять. Modern researcher in psychology and pedagogy : Collectivemonograph.Riga : Izdevnieciba "Baltija Publishing", 2020. С. 333-352.

39. Руденко В. С. Технічна і фізична підготовка початківців волейболістів. Електронний ресурс. Режим доступу: <https://www.kspu.edu/FileDownload.ashx/Rudenko.PDF?id=3cd58ca9-9daa-4d04-b810-063f392e84fe>.

40. Попович Д. В., Бергієр Дж. Рівні фізичної активності у жінок-студентів Тернопільського державного медичного університету. Міжнародний журнал медицини та медичних досліджень. 2016. № 2, Т. 2. С. 37-41.

41. Сабіров О., Пантік В., Гац Г. Стан фізичного розвитку студентів вищих навчальних закладів. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві: збірник наук. праць СУНУ ім. Лесі Українки. Луцьк. № 3. 2016. С. 60-66.

42. Сергієнко В. М. Педагогічний контроль розвитку гнучкості студентів Фізична культура, спорт та здоров'я нації : зб. наук. пр. Вип. 12. Т. 1. Вінниця, 2011. С. 352-360.

43. Сичов С. О. Фізична активність як фактор зміцнення здоров'я та підвищення працездатності студентської молоді. Проблеми фізичного виховання і спорту. № 12. 2009. С. 173-175.

44. Сліпецький В. П. Сучасні вимоги і шляхи удосконалення процесу підготовки майбутніх вчителів фізичної культури. Взаємодія духовного й фізичного виховання в становленні гармонійно розвиненої особистості [Електронне видання]: збірник статей за матеріалами VI Міжнародної науково-практичної онлайн-конференції (Слов'янськ, Україна, 21-22 березня 2019 р.). Слов'янськ, 2019. С. 378-385.

45. Стасюк Р. М., Востоцкая І. Ф., Осипова І. Л. Проблеми та шляхи підвищення ефективності фізичного виховання ВНЗ. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту : зб. наук. праць / за ред. С. С. Єрмакова. Харків, 2009. № 3. С. 146-149.

46. Субота В. В., Олексієнко Я. І. Модернізація системи фізичного виховання закладів вищої освіти України в умовах болонського процесу. Вісник Черкаського національного університету імені Богдана Хмельницького. Серія : Педагогічні наук. 2018. С. 89-93.

47. Сущенко Л.П. Теоретико-методологічні засади професійної підготовки майбутніх фахівців фізичного виховання та спорту у вищих навчальних закладах: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня док. пед. наук : спец. 13.00.04 «Теорія та методика професійної освіти» / Л. П. Сущенко. Київ, 2003. 45 с.

48. Товкун Л. П. Фізична підготовленість студентів до занять фізичними вправами: сучасний стан проблеми. Молодий вчений. № 9.1. 2016. С. 157-160.

49. Турка Р. Спортивно-масові заходи в системі спорт для всіх як засіб залучення населення до систематичних занять руховою активністю. Наук. часоп. нац. пед. ун-ту ім. М. П. Драгоманова. Київ, 2013. Вип. 7 (33). Т. 2. С. 322-328.

50. Філімонов В. І. Фізіологія людини: підручник. 4 видання. Київ : Всеукраїнське спеціалізоване видавництво «Медицина». 2021. 488 с.

51. Фотинюк В. Порівняльний аналіз дослідження рівнів фізичної підготовленості студентів першого курсу. Вісник Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини. 2020. № 16. С. 91-95.

52. Хохла А., Карпюк О., Базилевич О. Аналіз показників фізичного розвитку студентської молоді. Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення. № 3. 2015. С. 191-194.

53. Худолій О. М. Методи фізичного виховання. Вчитель – Журнал у журналі «Теорія та методика фізичного виховання». 2009. № 1. С. 19-27.

54. Шабельник К. В. Роль фізичної культури у закладах вищої освіти. Актуальні проблеми фізичного виховання в сучасних умовах. Дніпро. 2020. С. 163-167.

55. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Тернопіль: Навчальна книга-Богдан, 2007. Ч. 1. 272 с.

56. Шиян Б. М., Єдинак Г. А., Петришин Ю. В. Наукові дослідження у фізичному вихованні та спорті : навч. посіб. Кам'янець-Подільський : ТОВ «Друкарня «Рута», 2013. 280 с.

57. Шиян О. І. Освітня політика з питань забезпечення здорового способу життя учасників навчально-виховного процесу. «Спецпроект: аналіз наукових досліджень» : матеріали VIII Міжнародної науково-практичної Інтернет-конференції 30-31 травня 2013 р. Дніпропетровськ: Біла К. С., 2013. Т. 4. С. 5-8.

58. Ядвіга Ю. П., Коробейніков Г. В., Петров Г. С., Коваль С. Б. та ін. Вплив рухової активності на психоемоційний стан студентів вузу економічних спеціальностей в сучасних умовах навчання. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. Харківський національний педагогічний університет імені Г. С. Сковороди. Харків : Вид-во ХІІІ, 2009. № 12. С. 202-204.

59. Яременко О. О., Дубогай О. Д., Левін Р. Я. та ін. Фізична культура як неодмінна складова формування здорового способу життя молоді. Київ : Український інститут соціальних досліджень, 2005. Кн. 6. 124 с.