

# Історичні, філософські, правові й кадрові проблеми фізичної культури та спорту

УДК 797.2-057.87:378.4

## КОНЦЕПЦІЯ СИСТЕМИ НАВЧАННЯ ПЛАВАННЯ СТУДЕНТІВ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ

Іван Глухов<sup>1</sup>, Мар'ян Пітин<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Херсонський державний університет, Херсон, Україна, swim.ks.ua@gmail.com

<sup>2</sup>Львівський державний університет фізичної культури імені Івана Боберського, Львів, Україна, pityn7@gmail.com

<https://doi.org/10.29038/2220-7481-2021-01-03-11>

### Анотації

**Актуальність.** Нагальною науковою та прикладною проблемою сучасного фізичного виховання в закладах вищої освіти є обґрунтування системного підходу до навчання студентів плавання, що враховуватиме наявний досвід і сучасні вимоги, студентоцентризм процесу й об'єктивність критеріїв забезпечення. **Мета** роботи – обґрунтувати концепцію системи навчання плавання студентів закладів вищої освіти. **Матеріал і методи:** теоретичний аналіз та узагальнення, вивчення документальних матеріалів, соціологічні методи опитування, системний аналіз, історико-логічні методи. **Результати.** Ключовим чинником концепції є вхідна інформація. Вона підрозділяється на кілька елементів. Перший елемент визначається суттєвою суспільною значущістю. Більш наближеними до предмету наукового пізнання виступають суб'єктна та об'єктна значимість навчання плавання. Кожен з елементів вихідної інформації несе відповідальність за зміст і спрямованість окремих елементів на рівні системи навчання плавання студентів. Базовим блоком концепції виступає система навчання плавання студентів ЗВО. Визначена необхідність розмежування двох частин цієї системи. Перша з них (процесна) містить значну частину елементів (компонентів), які дають змогу зрозуміти сутність цієї системи, друга – результатна. Підсумком концепції навчання плавання студентів ЗВО в умовах фізичного виховання є наявність вихідної інформації. Базовими функціями системи навчання плавання студентів ЗВО визначено такі: соціалізувальна, комунікативна, мотиваційна, прогресувальна, систематичності, самоствердження, оздоровчо-корекційна, прикладна. Спеціальними для системи навчання плавання студентів ЗВО ми вважаємо такі принципи: поліструктурності й диференційованості, відповідності та ґрунтовності, ресурсності та мотивації, індивідуальності й доцільності, динамізму та прогресування, контролю й керованості. **Висновки.** На теоретичному та методологічному рівні доведено можливість створення передумов навчання плавання студентів закладів вищої освіти в умовах фізичного виховання. Вони полягають в запропонованій концепції, що безпосередньо містить опис вхідної інформації, обґрунтування та характеристику системи навчання плавання студентів закладів вищої освіти (із виокремленням процесної та результатної частин) та вихідну інформацію.

**Ключові слова:** організація, обґрунтування, етапи, принципи, функції, характеристика.

**Іван Глухов, Мар'ян Пітин. Концепція системи навчання плаванню студентів вищих навчальних закладів. Актуальність.** Насущной научной и прикладной проблемой современного физического воспитания в учреждениях высшего образования является обоснование системного подхода к обучению студентов плаванию, которая будет учитывать имеющийся опыт и современные требования, студентоцентризм процесса и объективность критериев обеспечения. **Цель** работы – обосновать концепцию системы обучения плаванию студентов высших учебных заведений. **Материал и методы** – теоретический анализ и обобщение, изучение документальных материалов, социологические методы (опрос), системный анализ, историко-логические методы. **Результаты.** Ключевым фактором концепции является входная информация. Она делится на несколько частей. Первый элемент определяется существенным общественным значением. Приближенными к

предмету научного познання виступають суб'єктна і об'єктна значимості обучения плаванню. Кожен із елементів вихідної інформації несе відповідальність за зміст і спрямованість окремих елементів на рівні системи обучения плаванню студентів. Базовим блоком концепції виступає система обучения плаванню студентів ВУЗ. Визначається необхідність розмежування двох частин цієї системи. Перша з них (процесна) містить значительну частину елементів (компонентів), які дають можливість зрозуміти сутність цієї системи, друга – результативна. Результатом концепції обучения плаванню студентів вищих навчальних закладів в умовах фізичного виховання є наявність вихідної інформації. Базовими функціями системи обучения плаванню студентів визначаються наступні: соціалізуюча, комунікативна, мотиваційна, прогресуюча, систематична, самоствердження, оздоровчо-корекційна, прикладна. Спеціальними для системи обучения плаванню студентів ВУЗ виділені принципи поліструктурності і диференційованості, відповідності і основицтвості, ресурсності і мотивації, особливості і цілеспрямованості, динамізму і прогресування, контролю і управляемості. **Висновки.** На теоретичному і методологічному рівнях доводиться можливість створення передумов обучения плаванню студентів закладів вищої освіти в умовах фізичного виховання. Вони включаються в запропоновану концепцію, безпосередньо містять опис вихідної інформації, обґрунтування і характеристики системи обучения плаванню студентів вищих навчальних закладів (з виділенням процесної і результативної частин) і вихідну інформацію.

**Ключові слова:** організація, обґрунтування, етапи, принципи, функції, характеристика.

**Ivan Hlukhov, Marian Pityn. Swim Training System Concept for Students of Higher Education Institutions.**

**Introduction.** An important scientific and applied issue of contemporary physical education in higher education institutions is the substantiation of a systematic approach to swim training of students. This one must take into account existing experience and current requirements, student-centered process and the objectivity of the providing criteria. **The Research Purpose** is substantiation of the swim training system concept for students of higher education institutions. **The Research Stuff and Methods** are theoretical analysis and generalization, documentary stuff study, sociological survey methods, systems analysis, historical and logical methods. **The Research Results.** The concept key factor is the input information. It is divided into several elements. The first element is determined by significant social importance. The subjective and objective significance of swim training are much close to the subject of scientific cognition. Each of the output information elements is responsible for the content and direction of individual elements at the level of students' swim training system. The basic concept block is swim training system for students of higher education institutions. There was determined the need of distinguish between two parts of this system. The first one of these (process) contains a large number of elements (components) that allow understanding the essence of this system, the second one has a resulting role. The result of swim training concept for students of higher education institutions in physical education conditions is the availability of output information. The basic functions of the swim training system of students of higher education institutions are the following: socializing, communicative, motivational, progressive, systematic, self-affirmation, health-corrective and applied. The principles of polystructure and differentiation, relevance and thoroughness, resourcefulness and motivation, individuality and expediency, dynamism and progression, control and manageability have been considered as special principles for students' swim training system of higher education institutions. **Conclusions.** At the theoretical and methodological level there was proved the possibilities of creating the preconditions for students' swim training of higher education institutions in the conditions of physical education. These possibilities consist of the proposed concept that directly contains an input information description, substantiation and characteristics of the swim training system for students of higher education institutions (with the separation of process and result parts) and output information.

**Key words:** organization, substantiation, stages, principles, functions, characteristic.

**Вступ.** Зважаючи на чіткі пріоритети, покладені в основу процесу фізичного виховання студентської молоді, обов'язковим вважаємо їх оволодіння системою прикладних умінь і навичок. Їхній зміст визначається нормативними потребами здорового способу життя, історичними уявленнями про гармонійно розвинуту особистість [1; 3; 5; 12; 14].

Згідно з традиційними уявленнями, підтвердженими впродовж тривалого періоду практичного та наукового пошуку, серед таких є набуття студентів системою рухових умінь і навичок із плавання [6; 8; 13; 15].

**Зв'язок роботи з науковими темами та планами.** Дослідження виконано відповідно до теми 3.3 «Теоретико-методичні аспекти оптимізації рухової активності різних груп населення» Зведеного плану науково-дослідної роботи Львівського державного університету фізичної культури на 2017–2020 рр. та теми «Теоретичні і методичні основи навчання плаванню різних груп населення» плану науково-дослідної роботи Херсонського державного університету на 2021–2026 рр.

**Аналіз останніх досліджень та публікацій.** Якісне наукове обґрунтування структури та змісту фізичного виховання в закладах вищої освіти (ЗВО) проведено в численних наукових працях [1; 3; 8; 12]. Системоутворювальні завдання щодо забезпечення фізичного розвитку, підвищення функціональних можливостей, професійно-прикладної фізичної підготовленості, чинників формування та педагогічних умов забезпечення здоров'язберігальних технологій, підтримання самовдосконалення й саморозвитку студентської молоді представлені на різних рівнях дослідницького пошуку [4; 9; 13; 14; 15].

Проте нагальною науковою та прикладною проблемою сучасного фізичного виховання в закладах вищої освіти є обґрунтування системного підходу до навчання студентів плавання, що враховуватиме наявний досвід і сучасні вимоги, студентоцентризм процесу та об'єктивність критеріїв забезпечення.

**Мета дослідження** – обґрунтувати концепцію системи навчання плавання студентів закладів вищої освіти.

**Матеріал і методи дослідження** – теоретичний аналіз та узагальнення, вивчення документальних матеріалів, соціологічні методи опитування, системний аналіз, історично-логічні методи.

**Результати дослідження.** Узагальнення наукової та методичної літератури із загальних основ наукових досліджень і використання методів системного аналізу, індукції та дедукції, історично-логічних методів тощо дало підстави схематично зобразити концепцію навчання плавання студентів ЗВО в умовах фізичного виховання (рис. 1).

Ключовим чинником для її формування стала вхідна інформація. Вона підрозділяється на кілька елементів. Перший визначається суттєвою суспільною значущістю. Більш наближеними до предмету наукового пізнання виступають такі елементи вхідної інформації, як суб'єктна й об'єктна значимість навчання плавання. Незважаючи на те, що ми частково схилиємося до тверджень щодо спільності залучення здобувачів вищої освіти, студентського активу, науково-педагогічних працівників (спортклубу) та адміністрації ЗВО, для них притаманні певні відмінності функціональних зобов'язань (зв'язків) у зазначеній концепції. Ураховуючи протиставлення певних категорій учасників концепції навчання плавання студентів ЗВО, ми розділили їх за суб'єктною та об'єктною значимістю.

Кожен з елементів вихідної інформації відповідальний за зміст і спрямованість окремих елементів (їх сукупність та компонентів) на рівні системи навчання плавання студентів ЗВО.

Ключовим блоком запропонованої нами концепції виступає власне система навчання плавання студентів ЗВО. Логіка послідовності та побудови вказала нам на необхідність розмежування двох частин цієї системи. Перша з них (процесна) містить значну частину елементів (компонентів), які дають змогу зрозуміти сутність цієї системи. Зокрема, процесна частина представлена кількома компонентами (підсистемами). Вони тісно взаємопов'язані між собою, проте визначальною є змістова компонента процесної частини системи навчання плавання студентів ЗВО. Це пов'язано з тим, що в її межах відбувається цілепокладання всієї системи. Відповідно, її елементи в подальшому відображатимуться в методичній та організаційній підсистемах процесної частини системи навчання плавання студентів ЗВО.

Змістова компонента процесної частини не є однорідною й містить певну внутрішню ієрархію елементів. Серед них – закономірності, функції, принципи та мета (сукупність цілей окремих етапів) системи.

Значно простіше було розглядати методичну компоненту процесної частини системи навчання плавання студентів ЗВО. Ураховуючи значний практичний досвід щодо навчання плавання різних груп населення, науково-методичні та науково-популярні підходи до реалізації, ми зупинилися лише на тлумаченні базових елементів цього компонента [4; 6; 8; 13; 15].

Отже, під засобами фізичного виховання в системі навчання студентів ЗВО плавання ми вважали фізичні вправи, здебільшого специфічного характеру (відповідність руховій діяльності плавання), виконувані за додаткового оздоровчого впливу чинників зовнішнього водного середовища та гігієнічних чинників [4; 8].

Під методами фізичного виховання в системі навчання студентів ЗВО плавання ми вважали способи спільної й взаємообумовленої діяльності студентів та викладача під час реалізації системних процесів і розв'язання завдань із навчання плавання. Дотримано класичний підхід до розподілу на словесні, наочні й практичні [3; 14].

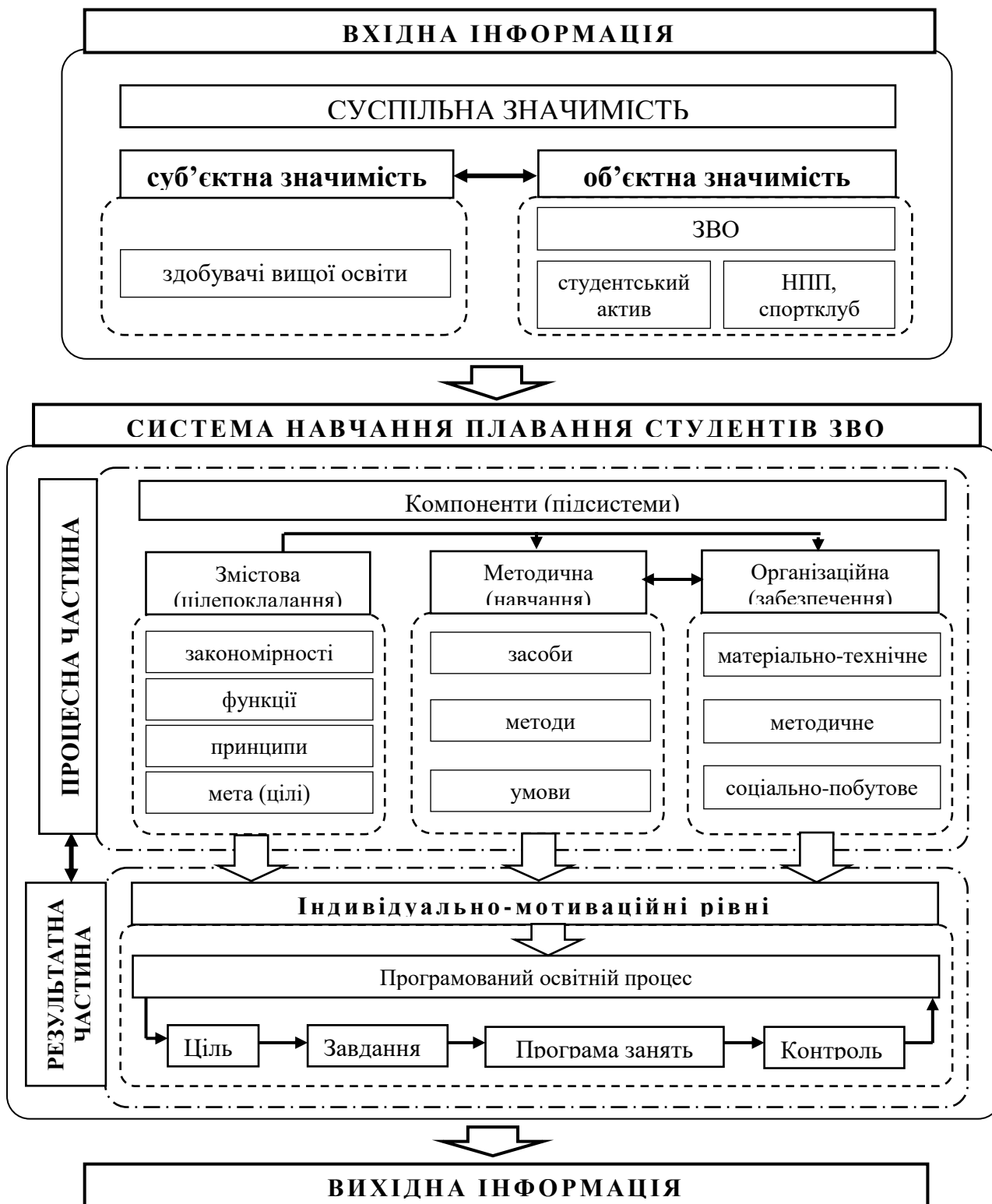


Рис. 1. Концепція навчання плавання студентів ЗВО в умовах фізичного виховання

Під умовами системи навчання студентів ЗВО плавання ми розглядали необхідні обставини, які роблять можливими здійснення та утворення різних організаційних ланок навчання плавання, а також сукупність правил, які існують та встановлені для дотримання вимог здоров'язберігального середовища під час занять плаванням [4; 8; 9].

Третій складник процесної частини системи навчання плавання студентів ЗВО – сукупність забезпечення різного спрямування, що об'єднано під спільним знаменником організаційної компо-

ненти. До цієї сукупності внесено важливі, з огляду на можливість якісної організації навчально-виховного процесу, матеріально-технічного, методичного й соціально-побутового забезпечення.

Результатна частина системи навчання студентів ЗВО плавання представлена тими компонентами, які безпосередньо визначають якісний рівень й ефективність. Усі попередні компоненти (зі складу процесної частини) створюють теоретичний і методичний базис для реалізації основних цілей у межах окремих індивідуально-мотиваційних рівнів занять студентів плаванням.

Підсумком концепції навчання плавання студентів ЗВО в умовах фізичного виховання є наявність вихідної інформації. Загалом вихідна інформація є відтворенням передумов, відображених у вхідній інформації.

**Дискусія.** Ми вперше провели обґрунтування системи навчання плавання студентів ЗВО, що дає змогу нівелювати значну кількість відмінностей організації та однаково якісно проводити освітній процес.

Нами й іншими фахівцями визначено, що основним елементом у частині суб'єктної значимості виступає здобувач вищої освіти [1; 3; 9]. При цьому ми свідомо не конкретизуємо ні рівень освіти, ні спеціальності й спрямованості освітньої програми. Ці характеристики контингенту залучених здобувачів вищої освіти є достатньо варіативними.

Для здобувача вищої освіти значимість залучення до відповідної системи навчання плавання є визначальною сутністю всієї системи. Власне нами реалізоване студентоцентроване навчання плавання. Тобто всі інші компоненти процесної й результатної частин системи навчання плавання підпорядковані індивідуальним особливостям та мотиваційній спрямованості, поруч із наявним станом фізичного розвитку фізичної та плавальної підготовленості студентів [2; 7; 10].

Розподіл і віднесення елементів до компонента об'єктної значимості проведено на зіставленні функціональних та змістових чинників. До компонента об'єктної значимості включено безпосередньо ЗВО (керівництво й адміністрація), сукупність потенціалу науково-педагогічних працівників ЗВО. Зазначимо, що в багатьох випадках для реалізації сучасних завдань фізичного виховання в ЗВО організовані спортивні клуби, які отримують функції з реалізації спортизованого напрямку фізичного виховання [2; 11].

Певне значення у формуванні цільових установок, окремих складників фізичної культури й спорту та їх важливості має студентське самоврядування [7, 10]. Хоча в нашому випадку ми вирішили не обмежуватися лише нормативною приналежністю до студентського самоврядування. Адже сучасні підходи до формування змісту освіти, надання переваг побудови індивідуальної траєкторії освіти самим здобувачам указує на можливість суттєвого впливу окремих активних студентів (їхніх груп) на реалізацію системних завдань навчання плавання, організації цього процесу тощо.

Під час визначення закономірностей для системи навчання плавання студентів ЗВО ми керувалися результатами фундаментальних досліджень фахівців [3; 5; 9]. Це дало змогу залучити такі з них: гетерохронність і фазність біологічного та освітнього процесу, єдність біологічного й психічного розвитку особистості, залежність і комплексність освітніх компонент вищої освіти, залежність ефективності навчання плавання від ефективності окремих складників.

Однак під час розгляду функцій здебільшого проведено адаптування. Базовими функціями системи навчання плавання студентів ЗВО визначено:

- соціалізувальну, що передбачає залучення студентської молоді до системи суспільних відносин, створює передумови досягнення оптимального (відповідно до вікового періоду та соціальних ролей) рівня розвитку особистості, підготовку суб'єкта подальшої професійної діяльності;
- комунікативну, що відображає культуру спілкування й поведінки, взаємодію всіх учасників освітнього процесу, характеризує беззаперечні можливості до об'єднання студентської молоді в групи та спільноти за вподобаннями, колективи, команди, клуби; сприяє організації спільного проведення часу й, зокрема, фізкультурно-спортивної діяльності;
- мотиваційну, спрямована на розробку, формування та використання стимулів ефективної взаємодії суб'єктів спільної освітньої діяльності в межах системи навчання плавання; формування стійких особистісних властивостей, які охоплюють потреби та є спонукальною причиною дій і вчинків в освітньому просторі ЗВО;
- прогресувальну, яка у випадку системи навчання студентів ЗВО плавання передбачає отримання знань, умінь і навичок, необхідних для ефективного оволодіння системою рухів із плавання, а

також розуміння процесів та функціонування загалом фізичної культури особистості; сприяння утворенню здатності до творчого використання набутих навиків для особистого й професійного зростання;

- систематичності, що передбачає цілісний процес виконання дій одного й того самого логічно побудованого ланцюга операції та зведення їх у відповідну систему; упорядкованість, послідовність, зрозумілість залучених до навчання плавання процесів, а також приналежність учасників до постійних, регулярних, періодичних занять плаванням;

- самоствердження, що забезпечується якісним процесом створення моделі професійно-особистісного розвитку студента в межах реалізації освітнього процесу, розвитком індивідуальних здібностей, формування професійної та особистісної орієнтації; загалом переходу від одного рівня розвитку до іншого як діалектичної залежності (поступлення й завершення), розвитку та закінчення освітньої діяльності для студента; покращення зовнішнього вигляду студентської молоді, що займається відповідним комплексом засобів фізичного виховання;

- оздоровчо-корекційну, що передбачає розширення ерудиції студентів у сфері фізичної культури й спорту, організацію змістовного дозвілля, попередження стомлення, відновлення тимчасово втрачених функціональних можливостей організму, оптимізацію рівня фізичного розвитку, фізичної та плавальної підготовленості, отримання задоволення від занять плаванням як уподобаним видом рухової активності;

- прикладну, що передбачає підвищення показників фізичного розвитку, функціональної, фізичної підготовленості й працездатності для подальшої професійної діяльності студентів, формування передумов проходження строкової військової служби, використання засобів професійно-прикладного значення фізичного виховання, реалізацію природної потреби людини в русі, покращення адаптованості студентської молоді до різних умов життя та діяльності тощо.

Будь-яка діяльність під час переходу від спонтанного до організованого (системного) стану повинна передбачатися наявністю та дотриманням низки керівних положень. Серед сукупності принципів визначено загальні й спеціальні принципи. Загальними для фізичного виховання в ЗВО варто вважати принцип гармонійного розвитку особистості, принцип зв'язку фізичного виховання з професійною діяльністю (життєдіяльністю), принцип оздоровчої спрямованості [3; 9; 12; 14].

Спеціальними для системи навчання плавання студентів ЗВО ми вважаємо такі принципи:

*Поліструктурності та диференційованості:* передбачають наявність у системі навчання плавання взаємопов'язаних підсистем (цілей, програм, контролю та ін.), де певний елемент може належати кільком підсистемам, підпорядковуючись загальній меті. Водночас за наявності цього відбувається розподіл сфер впливу цих підсистем із неоднорідним змістом за визначеними цільовими установками, адже кожна з них функціонально забезпечує певну ланку діяльності в межах системи навчання плавання студентів ЗВО.

*Відповідності й ґрунтовності.* Під час формування системи навчання плавання керівними є положення щодо узгодженості її структури та змісту до об'єктивних умов освітнього процесу з фізичного виховання та ЗВО загалом, індивідуальних можливостей та потреб окремих студентів, якщо залучено до занять. Водночас організований процес, незважаючи на множинність та варіативність вхідних чинників й інформації, повинен забезпечувати докорінну перебудову особистісних умінь студентів щодо компоненти плавальної підготовленості та характеризуватися повнотою, глибиною й вичерпністю отриманих знань, умінь і навичок із можливістю застосувати їх упродовж подальшого життя та, за потреби, професійної діяльності.

*Ресурсності та мотивації:* передбачає наявність можливостей (резервів) для наповнення власних дефіцитів і задоволеності потреб особистості студента в навчання плавання та реалізації відповідної системи у ЗВО. При цьому важлива наявність спонук до зазначеного виду дій завдяки пошуку й реалізації динамічних змін фізіологічного та психологічного характеру.

*Індивідуальності та доцільності.* Визначається наявністю сукупностей своєрідних особливостей і зумовлених властивостей стану (підготовленості) студентської молоді, які проявляються в неповторності, чіткій сукупності рис характеру, специфіці інтересів, якостей тощо, що відрізняють певну особистість. Водночас прояви індивідуальності мають підпорядковуватися тим характерним ознакам, що відповідають вищим ланкам системи навчання плавання в межах фізичного виховання ЗВО та узгоджуються з процесами, умовами та моделями відповідно до яких виголошено мету й завдання.

*Динамізму та прогресування:* визначено потребу перебування всіх компонент системи навчання плавання в інтенсивному русі та дії, зумовлені значною кількістю внутрішніх і зовнішніх чинників діяльності. Однак у процесі реалізації системи навчання плавання студентів ЗВО потрібно щоразу (зі зміною етапу) переходити на вищий ступінь індивідуального розвитку, тобто розвиватися в напрямі задоволення індивідуального рівня мотивації діяльності.

*Контролю та керуваності:* будь-яке педагогічне явище, у тому числі навчання плавання студентів ЗВО, має бути підпорядковане необхідності перевірки, моніторингу та обліку основних показників діяльності. Проте доцільність і можливість проведення контролю тісно пов'язана з можливостями адекватних перетворень системи, що міститься в наявності здатності підлягати керуванню.

Елемент мети потрібно розглядати з двох основних наукових позицій [7; 10; 11]. За першої ми наголошуємо на узагальненій меті системи навчання плавання студентів ЗВО як певній оптимізації освітнього процесу за цією вибірковою компонентою. Друга наукова позиція орієнтується на мету як сукупність окремих (послідовних) цілей навчально-виховної діяльності студентів на різних індивідуально-мотиваційних рівнях занять плаванням.

Тобто завдяки поєднанню обґрунтованого теоретико-методичного підґрунтя системи навчання плавання й індивідуальних особливостей студентів (наявних умінь і навичок із плавання, фізичного розвитку, фізичної підготовленості, уподобань) з'являється можливість програмування освітнього процесу. Це означає, що кожна з груп (за індивідуально-мотиваційним рівнем) студентів отримує свою модель програми занять плаванням у межах фізичного виховання в ЗВО. Це передбачає наявність окремих цілей для кожного з етапів (рівнів), завдань, добір засобів та методів і диференціацію засобів контролю плавальної й інших видів підготовленості. При цьому завершення (виконання завдань) одного етапу (індивідуально-мотиваційного рівня) може слугувати одночасним початком для наступного за складністю рівня.

**Висновки.** На теоретичному та методологічному рівнях доведено можливість створення передумов навчання плавання студентів закладів вищої освіти в умовах фізичного виховання. Вони полягають у запропонованій концепції, що безпосередньо містить опис вхідної інформації, обґрунтування та характеристику системи навчання плавання студентів закладів вищої освіти (із виокремленням процесної й результатної частин) і вихідну інформацію.

Система навчання плавання студентів закладів вищої освіти передбачає можливість задоволення потреб усіх стейкхолдерів цього процесу й перетворення вхідної (перспективної) інформації на вихідну (підсумкову) із виконанням базових завдань освітнього процесу з навчання плавання студентів закладів вищої освіти.

**Перспективи подальших досліджень** передбачають визначення структури та змісту певних підсистем системи навчання плавання студентів закладів вищої освіти.

#### *Джерела та література*

1. Ажиппо О. Ю., Криворучко Н. В. До питання підвищення інтересу студентів до занять фізичного виховання. *Актуальні проблеми фізичного виховання різних верств населення: матеріали II Всеукр. наук.-практ. конф.* Харків: ХДАФК, 2016. С. 6–11.
2. Глухов І. Г., Дробот К. В., Абрамов К. В., Пітин М. П. Методологічна основа наукового обґрунтування системи навчання студентів ЗВО плаванню. *Вісник Національного університету «Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка (Серія: Педагогічні науки)*. Чернігів: НУЧК, 2020. Вип. 10 (166). С. 261–268.
3. Грибан Г. П. Оцінка стану здоров'я студентів у навчальному процесі з фізичного виховання. *Молода спортивна наука України*. 2011. Вип. 15(4). С. 25–29.
4. Дакал Н. А. Плавання як засіб покращення психофізичного стану студентів. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова*. 2020 (Серія 15). 2020. Вип. 7 (127) С. 62–65. DOI 10.31392/NPU-nc.series.15.2020.7(127).11
5. Довгань, Н. Ю. Психолого-педагогічні умови впровадження в освітній процес ВНЗ педагогічної системи виховання фізичної культури студентів у процесі позааудиторної спортивно-масової роботи. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 16: Творча особистість учителя: проблеми теорії і практики*. Київ, 2017. Вип. 28(38). С. 116–123.
6. Журавльов Ю. Г. Динаміка функціональної підготовленості студентів 18-19 років в процесі секційних занять з плавання. *Вісник Запорізького національного університету. Серія: Фізичне виховання і спорт*. Запоріжжя, 2018. № 1. С. 5–11.
7. Кустовська О. В. Методологія системного підходу та наукових досліджень: курс лекцій. Тернопіль: Екон. думка, 2005. 124 с.

8. Корягін В. М., Блавт О. З., Цьовх Л. М. Водобоязнь студентів початківців, які навчаються плавати, та методи її подолання. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання*. 2009. № 12. С. 95–99.
9. Кузнєцова, О. Т. Методична система застосування оздоровчих технологій у процесі фізичного виховання студентів: автореферат дис. ... д-ра пед. наук: 13.00.02. Київ, 2018. 43 с.
10. Павленко О. Цілепокладання як основна мета в системі формування методичної культури викладача вищої школи. *Наукові записки НПУ ім. М. Драгоманова. Серія: Педагогічні науки*. 2014. Вип. 131. С. 155–160.
11. Полякова Г. Напрями моделювання індивідуальної траєкторії безперервної освіти й самоосвіти педагогічних працівників. *Теорія та методика управління освітою*. 2010. № 3. С. 1–11.
12. Попрощаєв О., Мунтян В., Островський М. Визначення місця та ролі навчальної дисципліни «Фізичне виховання» в національній системі освіти. *Спортивна наука України*. 2016. № 3(73). С. 3–8. URL: <http://sportscience.ldufk.edu.ua/index.php/snu/article/view/420/404>
13. Aquatic exercise training and stable heart failure: A systematic review and meta-analysis. *Int. J. Cardiol/Adsett J. A. et al.* 2015. 186. P. 22–28. doi:10.1016/j.ijcard.2015.03.095
14. Hribovska I., Danylevych M., Ivanochko V., Shchur L. Organizational conditions of healthy lifestyle promotion for arts students. *Journal of Physical Education and Sport*. 2015. 15(2). 34. P. 218–224. DOI: 10.7752/jpes.2015.02034
15. Water-versus land-based exercise in elderly subjects: effects on physical performance and body composition. *Clin. Interv. Aging / Bergamin M. et al.* 2013. № 8. P. 1109–1117. doi:10.2147/CIA.S44198

#### References

1. Azhyppo, O. Yu., Kryvoruchko, N. V. (2016). Do pyttannya pidvyshchennia interesu studentiv do zaniat fizychnoho vykhovannia [On the issue of increasing students' interest in Physical Education classes]. *Aktualni problemy fizychnoho vykhovannia riznykh verstv naseleння: material. II Vseukr. nauk.-prakt. konf. Kharkiv: KhDAFK*, 6–11.
2. Glukhov, I. G., Drobot K. V., Abramov, K. V., Pitin, M. P. (2020). Metodolohichna osnova naukovooho obruntuvannia systemy navchannia studentiv ZVO plavanniu [Methodological basis of scientific substantiation of the higher education students' trainings in swimming]. *Bulletin of the National University «Chernihiv Collegium» named after Taras Shevchenko. Ser.: Pedagogical Sciences*. Chernihiv: NUCHK, no.10 (166), 261–268.
3. Hryban, H. P. (2011). Otsinka stanu zdorovia studentiv v navchalnomu protsesi z fizychnoho vykhovannia [Assessment of students' health in the educational process of Physical Education]. *Moloda sportyvna nauka Ukrainy*, vyp. 15(4), 25–29.
4. Dakal, N. A. (2020). Plavannia yak zasib pokrashchennia psykhofizychnoho stanu studentiv [Swimming as a means of improving the students' psychophysical status]. *Naukovyi chasopys NPU imeni M. P. Drahomanova (seriia 15)*, vyp. 7 (127), 62–65. DOI 10.31392/NPU-nc.series 15.2020.7(127).11.
5. Dovhan, N. Yu. (2017). Psykholoho-pedahohichni umovy vprovadzhennia v osvittinii protsesi VNZ pedahohichnoi systemy vykhovannia fizychnoi kultury studentiv u protsesi pozaaudytornoї sportyvno-masovoi roboty [Psychological and pedagogical conditions of introduction in educational process of Physical Culture of high school students the out-of-class sports and mass work]. *Naukovyi chasopys Natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni M. P. Drahomanova. Seriiia 16: Tvorchia osobystist uchytielia: problemy teorii i praktyky*. Kyiv, vyp. 28(38), 116–123 .
6. Zhuravliov, Yu. G. (2018). Dynamika funktsionalnoi pidhotovlenosti studentiv 18-19 rokiv v protsesi sektsiinykh zaniat z plavannia [Dynamics of functional readiness of students aged 18–19 in the process of sectional swimming lessons]. *Visnyk Zaporizkoho natsionalnoho universytetu. Seriiia: Fizychni vykhovannia i sport*. Zaporizhzhia, no.1, 5–11.
7. Kustovska, O. V. (2005). Metodolohiia systemnoho pidkhodu ta naukovykh doslidzhen [Systems approach methodology and research]. *Kurs lektsii*. Ternopil: Ekonomichna dumka, 124.
8. Koriahin, V. M., Blavt, O. Z., Tsovk, L. M. (2009). Vodoboiazn studentiv pochatkivtsiv, yaki navchaiutsia plavaty, ta metody yii podolannia [Students' hydrophobia in swimming and methods of overcoming it]. *Pedahohika, psykholohiia ta medyko-biolohichni problemy fizychnoho vykhovannia*, no.12, 95–99.
9. Kuznietsova, O. T. (2018). Metodychna systema zastosuvannia ozdorovchykh tekhnolohii u protsesi fizychnoho vykhovannia studentiv: avtoreferat dys. ... d-ra ped. nauk: 13.00.02. Kyiv, 43.
10. Pavlenko, O. (2014). Tsilepokladannia yak osnovna meta v systemi formuvannia metodychnoi kultury vykladacha vyshchoi shkoly [Goal setting as the main aim in the methodical culture formation area of a high school teacher]. *Naukovi zapysky NPU im. M. Drahomanova. Seriiia: Pedahohichni nauky*, vyp. 131, 155–160.
11. Poliakova, G. (2010). Napriamy modeliuвання indyvidualnoi traiektorii bezperervnoi osvity i samoosvity pedahohichnykh pratsivnykiv [Directions of modeling the individual trajectory of continuing education and self-education of teachers]. *Teoriia ta metodyka upravlinnia osvitoiu*, no. 3, 1–11.



12. Poproshaiev, O., Muntian, V., Ostrovskiy, M. (2016). Vyznachennia mistsia ta roli navchalnoi dystsypliny «Fizyчне vykhovannia» v natsionalnii systemi osvity [Defining the place and role of the PE discipline in the national education area]. *Sportyvna nauka Ukrainy*, no. 3(73), 3–8. URL: <http://sportsceience.ldufk.edu.ua/index.php/snu/article/view/420/404>.
13. Aquatic exercise training and stable heart failure: A systematic review and meta-analysis (2015). *Int. J. Cardiol / Adsett J. A.* 186, 22–28. doi:10.1016/j.ijcard.2015.03.095.
14. Hribovska, I., Danylevych, M., Ivanochko, V., Shchur, L. (2015). Organizational conditions of healthy lifestyle promotion for arts students. *Journal of Physical Education and Sport*, no. 15(2), 218–224. DOI: 10.7752 / jpes.2015.02034.
15. Water-versus land-based exercise in elderly subjects: effects on physical performance and body composition (2013). *Clin. Interv. Aging / Bergamin M.*, no. 8, 1109–1117. doi:10.2147/ CIA.S44198.

Стаття надійшла до редакції 10.03.2021 р.