

УДК 796.035-057

## ОПТИМІЗАЦІЯ ЗАНЯТЬ ІЗ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ДИСТАНЦІЙНО В СПЕЦІАЛЬНИХ МЕДИЧНИХ ГРУПАХ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ

Тетяна Павлун<sup>1</sup>, Вікторія Кондратенко<sup>1</sup>, Людмила Гомон<sup>1</sup>,  
Ігор Зайцев<sup>1</sup>, Володимир Любимов<sup>1</sup>, Геннадій Чекольба<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Університет митної справи та фінансів, Дніпро, Україна, pavlun@ukr.net

<https://doi.org/10.29038/2220-7481-2021-01-26-32>

### Анотації

У статті розкрито важливе завдання фізичного виховання в закладах вищої освіти для студентів, які займалися в спеціальних медичних групах, що набуває все більш вагомого значення в умовах карантинних обмежень у зв'язку з пандемією коронавірусу, коли організація занять із фізичного виховання проводиться дистанційно. **Мета дослідження** – теоретично обґрунтувати особливості організації занять із фізичного виховання студентів спеціальних медичних груп закладів вищої освіти в умовах роботи на відстані. Вихідним матеріалом для дослідження стали контрольні дані організації навчального процесу на відстані кафедрою фізичного виховання та спеціальної підготовки Університету митної справи та фінансів (м. Дніпро), що проводилася в 11 спеціальних медичних групах на п'яти факультетах протягом двох семестрів 2020 року. **Методи дослідження** – метод тестування студентів для оцінки стартового рівня фізичної підготовленості; метод контролю за функціональним станом серцево-судинної, дихальної систем, опорно-рухового апарату; педагогічний експеримент, спрямований на впровадження фізичного самовиховання студентів спеціальних медичних груп дистанційно. **Результати досліджень**. Виявлено особливості методики викладання дисципліни «фізичне виховання» в умовах дистанційного навчання закладів вищої освіти, розроблено методологію й процедуру педагогічного контролю за станом здоров'я студентів під час самостійних занять фізичним вихованням. **Висновки**. Проведені дослідження дають підставу рекомендувати організацію занять із фізичного виховання на відстані зі студентами спеціальних медичних груп у поєднанні з введенням додаткових контрольних заходів із боку викладача-модератора та організацією самоконтролю студентів за станом свого здоров'я.

**Ключові слова:** дистанційне навчання, спеціальні медичні групи, специфіка захворювань, контроль та самоконтроль за станом здоров'я.

Татьяна Павлун, Виктория Кондратенко, Людмила Гомон, Игорь Зайцев, Владимир Любимов, Геннадий Чекольба. Оптимизация занятий по физическому воспитанию дистанционно в специальной медицинской группе в высших учебных заведениях. В статье раскрывается важная задача физического воспитания в высших учебных заведениях для студентов специальных медицинских групп, что приобретает все более весомое значение в условиях карантина в связи с пандемией коронавируса, когда организация занятий по физическому воспитанию проводится дистанционно. **Цель исследования** – теоретически обосновать особенности организации занятий по физическому воспитанию студентов специальных медицинских групп высших учебных заведений в условиях работы на расстоянии. Исходным материалом для исследования стали данные организации учебного процесса на расстоянии кафедрой физического воспитания и специальной подготовки Университета таможенного дела и финансов (г. Днепр), проводившейся в 11 специальных медицинских группах на пяти факультетах в течение двух семестров 2020 года. **Методы исследования** – тестирование студентов для оценки стартового уровня физической подготовки, метод контроля за функциональным состоянием сердечно-сосудистой, дыхательной систем, опорно-двигательного аппарата; педагогический эксперимент, направленный на внедрение физического самовоспитания студентов специальных медицинских групп дистанционно. **Результаты исследований**. Выявлены особенности методики преподавания дисциплины «физическое воспитание» в условиях дистанционного обучения высших учебных заведений, разработаны методология и процедура педагогического контроля за состоянием здоровья студентов при самостоятельных занятиях физическим воспитанием. **Выводы**. Проведенные исследования дают основание рекомендовать организацию занятий по физическому воспитанию на расстоянии со студентами специальных медицинских групп в сочетании с введением дополнительных контрольных мероприятий со стороны преподавателя-модератора и организации самоконтроля студентов за состоянием своего здоровья.

**Ключевые слова:** дистанционное обучение, специальные медицинские группы, специфика заболеваний, контроль и самоконтроль за состоянием здоровья.

**Tetiana Pavlun, Viktoriia Kondratenko, Liudmyla Homon, Ihor Zaitsev, Volodymyr Liubimov, Henadii Chekolba. Optimization of Physical Education E-Classes Learning for Special Medical Groups of Higher Education Institutions. Topicality.** Physical Education e-classes learning for special medical groups in higher education institutions is becoming increasingly important in the context of quarantine restrictions in frame of coronavirus pandemic. **The Purpose of the Research** is theoretical substantiation of the physical education classes' organization for students of special medical groups in higher education institutions in terms of distance learning. **The Research Stuff** was the e-learning control data organization of Physical Education and Special Training Department of the University of Customs and Finance (Dnipro, Ukraine). The research was conducted in 11 special medical groups at five Faculties during two semesters of 2020. **Research Methods** are testing of students for assessing the initial level of their physical preparedness, the monitoring methods of the cardiovascular, respiratory, musculoskeletal system's functional status; pedagogical experiment aimed at introduction students' physical self-education in special medical groups in terms of distance learning. **Research Results.** The methodology peculiarities of teaching PE in terms of distance learning in higher education institutions, the methodology and procedure of pedagogical control over the students' health during their independent physical education classes have been identified. **Conclusions.** The conducted research has given the opportunities for recommendation the organization of Physical Education e-classes learning for special medical groups in combination with the additional control measures by the teacher-moderator and the students' health self-control organization.

**Key words:** e-learning, special medical groups, specifics of disease, control and self-control over the health status.

**Вступ.** Однією з провідних сторін розвитку особистості є фізичний розвиток, який безпосередньо пов'язаний зі здоров'ям людини. Він розвиває її фізичні якості, рухові навички, забезпечує фізичну підготовку молоді до життя, суспільно-громадської діяльності. У цьому зв'язку фізична освіта виступає спеціально організованим педагогічним процесом, що спрямований на набуття знань щодо всебічного фізичного розвитку студентської молоді, специфіку її підготовки до виконання соціальних обов'язків у суспільстві [1; 5; 9; 14].

**Мета дослідження** – теоретично обґрунтувати особливості організації занять із фізичного виховання студентів спеціальних медичних груп закладів вищої освіти в умовах роботи на відстані.

**Вихідним матеріалом** для дослідження стали контрольні дані організації навчального процесу на відстані кафедрою фізичного виховання та спеціальної підготовки Університету митної справи та фінансів (м. Дніпро), що проводилася в 11 спеціальних медичних групах на п'яти факультетах протягом двох семестрів 2020 р.

**Методи дослідження** – метод тестування студентів для оцінки стартового рівня фізичної підготовленості, метод контролю за функціональним станом серцево-судинної, дихальної систем, опорно-рухового апарату; педагогічний експеримент, спрямований на впровадження фізичного самовиховання студентів спеціальних медичних груп дистанційно.

**Результати досліджень.** Спрямованість навчальних занять із фізичного виховання в закладах вищої освіти (ЗВО) має яскраво виражений оздоровчо-відновлювальний характер і згідно з науково обґрунтованими рекомендаціями студенти спеціального відділення залежно від характеру захворювання входять до спеціальних медичних груп (СМГ) [3; 11; 12; 13; 15]. Ці групи комплектується зі студентів із яскраво вираженими істотними відхиленнями в стані здоров'я, часто – хронічного характеру. Заняття в СМГ мають проводитися відповідно до індивідуально-лікувальних програм і методик.

Однак на сьогодні існує низка проблем, пов'язаних із нечітко регламентованою системою визначення груп захворювання, формування спеціальної медичної групи за рівнем фізичної підготовленості [1; 2; 4]. Кількість студентів із послабленим здоров'ям, що не дає змоги займатися фізичною культурою за загальною державною програмою, становить у середньому, залежно від виду вищого навчального закладу, від 15 до 30 % [5; 7; 9]. На прикладі Університету митної справи та фінансів (м. Дніпро) кількість студентів, які належать до спеціальних медичних груп, становили за 2019–2020 роки відповідно:

- 1-й курс – 14 %;
- 2-й курс – 19 %;
- 3-й курс – 16 %.

Загалом, динаміка зростання чисельності студентів із відхиленням у здоров'ї за 2005–2015 рр. (дані по Академії митної служби України до реформування ЗВО у 2015 р.) становила + 0,1–0,15 % за рік. У зв'язку з цим посилюється значення сучасного напряму фізичної культури, об'єктом вивчення, впливу й оздоровлення якого є студенти з хворобами та фізичними дефектами, для яких

розробляються засоби та методи оздоровлення й адаптації до навчальної й трудової діяльності [6; 8, с. 155].

Пандемія COVID-19 ставить завдання організації навчального процесу на відстані з урахуванням карантинних обмежень відвідування занять у закладах освіти. Нові запити такої роботи формують уже фактично два останні семестри 2020, частково – 2021 р., тому можна говорити про певне зростання значення організації процесу фізичного самовиховання студентів, у тому числі й у спеціальних медичних групах.

Кожне заняття в СМГ узгоджується з відповідною темою програми, де передбачено такий перелік методичних заходів, що включає корективи практики фізичного виховання відповідно до специфіки захворювання та лікувальних обмежень:

- методика ефективних засобів оволодіння життєво важливими навичками;
- методика самооцінки працездатності;
- методика складання індивідуальних програм фізичного;
- методика основ самомасажу;
- методи оцінки та корекції постави й будови тіла;
- методи самоконтролю стану здоров'я;
- методи самоконтролю за функціональним станом організму.

Заняття мають виражену комплексну спрямованість на зразок загальної фізичної підготовки, із наголосом на вихованні анаеробної витривалості, оскільки саме вона забезпечує підвищення загальної фізичної працездатності, діяльності серцево-судинної та дихальної систем. Методика занять має переважно навчально-тренувальний характер, де моторна рухова щільність знижується на 25–30 %, інтенсивність навантаження за частотою серцевих скорочень коливається в межах 110–120 уд./хв [9, с. 40; 10].

До програми дисципліни «Фізичне виховання» Університету митної справи та фінансів у 2020/2021 навчальному році для студентів спеціальних медичних груп віднесено теми, що включають матеріали з основними положеннями стосовно:

- місця теми в комплексі конкретних заходів фізичних навантажень у зв'язку з певними фізичними захворюваннями;
- розкриття сутності конкретних хвороб чи наслідків фізичних травм;
- попередження можливих негативних наслідків за порушення методичних рекомендацій;
- рекомендації щодо оптимальних дозувань навантажень у самостійних заняттях [11].

У першій частині матеріалів подано детальні пояснення основних анатомічних та антропометричних механізмів, що порушуються за умов захворюваності, наприклад «Проблеми з хребтом: причини, види захворювань» (Що не любить хребет: зайва вага, важка фізична робота, постійна робота стоячи або незручне робоче місце). Далі викладаються медичні пояснення найпоширеніші захворювання хребта з описом причин і наслідків невиконання рекомендацій під час лікування: (*Остеохондроз*: регулярні навантаження на хребет й травми призводять до руйнування міжхребцевих дисків, що супроводжується постійними болями... *Сколиоз*: трьохплощинне викривлення хребта, формується, ще в дитинстві через захворювання сполучних тканин, порушення обміну речовин... *Ретролістез*: зміщення хребця назад найчастіше в шийному чи поперековому відділі, що супроводжується дискомфортом і болями...) тощо [7, с. 120–121].

Далі в матеріалах для самостійних занять студентів спеціальних медичних груп викладач рекомендує, як уникнути розвитку більшості цих захворювань, серйозних наслідків травм хребта та яких правил потрібно дотримуватися, зокрема:

- ергономічне робоче місце, яке дасть змогу тримати поставу рівною;
- зручне місце для сну, ортопедичні матраци та подушки, які сприяють розслабленню хребта в правильному положенні;
- правильне харчування;
- правильний розподіл навантажень під час перенесення важких предметів тощо.

Додатково розглядаються також і системи пасивних тренувань для зміцнення м'язів спини й хребта за рахунок їх усвідомленого напруження, коли хребет не страждає від необхідності брати на себе навантаження, а навпаки – витягується, скручується та стає більш рухливим. Ідеться, звичайно, про йогу, пілатес, калланетику, стретчинг та ін., що є ідеальними доповненнями до класичних вправ фізичного виховання в спецмедгрупах і мають право на життя, як незалежні техніки фізичної

культури [10, с. 28]. Крім зазначених видів пасивної гімнастики, для оздоровлення спини рекомендується плавання, де вода знімає навантаження з хребта, а правильна техніка витягує його й закачує м'язи спини.

Самоконтроль студентів за станом здоров'я в СМГ спрямований на максимальне сприяння правильному використанню засобів фізичної культури для зміцнення здоров'я в умовах наявності обмежень через хворобу чи травми в процесі навчання. У цьому зв'язку педагогічний контроль – це процес отримання інформації про вплив занять фізичними вправами на організм студентів із метою попередження можливих негативних наслідків під час порушення методичних рекомендацій та оптимальних навантажень на самостійних заняттях [10, с. 39].

Фактична реалізація педагогічного контролю загалом здійснюється через систему перевірок, що спеціально включаються в зміст занять.

До методів педагогічного контролю відносимо:

- аналіз робочої документації навчально-тренувального процесу;
- педагогічні спостереження під час занять;
- реєстрацію функціональних й інших показників;
- тестування різних сторін підготовки та ін.

Щодо контролю за станом здоров'я студентів спеціальних медичних груп, то тут роль і значення контролю значно зростають, адже порушення балансу навантажень на організм молодих людей може призвести навіть до крайніх форм погіршення здоров'я. В умовах дистанційного навчання викладачі фізичного виховання ЗВО в завданнях на освоєння тем та в демонстрації практичних занять наголошують на дотриманні всіх необхідних застережних заходів студентами відповідно до тих типів захворювань, які характерні для конкретних СМГ. Тобто йдеться фактично про самоконтроль студентів спеціальних медичних груп, самоспостереження за станом свого організму в процесі занять фізичними вправами [8, с. 22].

Самоконтроль студентам потрібно проводити у всі періоди занять і навіть під час відпочинку, оскільки він не лише дисциплінує молодих людей, але й привчає свідоміше ставитися до занять, дотримуватися правил особистої та суспільної гігієни, режиму навчання. Студентам, які навчаються на відстані, самоконтроль дає змогу вчасно виявити невідповідності функціональних можливостей організму рівню виконуваного ними фізичного навантаження й запобігти серйозним порушенням, запобігти шкоді організму ослабленого захворюванням. Та враховуючи особливості сучасного життя студентської молоді в умовах навчання на відстані та фактично без очного контролю викладача, такі завдання самоконтролю мають бути кращими.

До самоконтролю з обліку суб'єктивних показників можемо віднести:

- настроїв, що відображає психічний стан студентів;
- самопочуття як важливий показник оцінки фізичного стану, впливу фізичних вправ на організм;
- стомлення, що виявляється в зниженні працездатності в результаті виконаних вправ;
- відпочинок під час сну, який має вирішальне значення для відновлення нервової системи;
- відчуття апетиту як показник потреб організму в енергетичних речовинах;
- працездатність, що в динаміці повинна збільшуватися під час правильного виконання програми фізичного виховання.

До самоконтролю з обліку об'єктивних показників відносимо:

- частоту серцевих скорочень (пульс), що характеризують стан серцево-судинної системи і її реакції на фізичні навантаження;
- вагу тіла відповідно до зросту та віку (вираховуються за відповідними індексами);
- артеріальний тиск (АТ), порушення якого поза нормою має бути сигналом до занепокоєння;
- частота дихання як один з основних біомаркерів, що визначають число дихальних рухів, а отже, і про здатність організму витримувати навантаження тощо.

Саме ці основні показники стану здоров'я (самопочуття) під час проведення навчальних самостійних занять студентами повинні перебувати в зоні уваги як студента, так і викладача на відстані. Із боку студента СМГ такий контроль за наведеними показниками має бути відображений в електронній робочій документації навчально-тренувального процесу. Передусім, це стосується «Щоденника самоконтролю» студента потижневого циклу занять із фізичного виховання. Робиться він у довільній формі в електронному доступі для викладача з акцентом на відображення обліку

основних показників (суб'єктивних й об'єктивних) реакції організму на комплекси вправ за темами відповідно до специфіки захворювання. Зразок схеми такого щоденника подано в методичних рекомендаціях «Заняття зі спеціальною медичною групою» кафедри фізичного виховання та спецпідготовки Університету митної служби та фінансів [12, с. 18–20].

Зі свого боку, викладач має регулярно перевіряти щоденник з основних показників реакції організму на ті чи інші комплекси вправ, відслідковувати динаміку змін, особливо за фізіологічними кривими навантаженнями (пульс, тиск, частота дихання в спокої за 1 хв після закінчення вправи тощо). Такі документи контролю дасть змогу викладачу-модератору більш ефективно організувати навчально-тренувальний процес і своєчасно вносити до нього корективи в разі прояву його негативних наслідків через систему корекції фізичних навантажень.

**Дискусія.** Абсолютизація думки щодо спрямованості занять із фізичного виховання лише до оздоровчого ефекту, диференційованого підходу та професійно-прикладної спеціалізації (Волков В. Л., 2008; Вінярська Т., Ковтун А., 2014) вимагає, на нашу думку, доповнення принципами наскрізного педагогічного контролю та розширення сфери самовиховання студентів в умовах дистанційного навчання. Виходимо з того, що важливим компонентом високої працездатності й життєздатності виступає принцип уключення студентів різного рівня фізичної підготовки й стану здоров'я до занять фізичною культурою на основі класичних науково обґрунтованих програм із фізичного виховання (Бойчук Т. 2007; Круцевич Т. Ю., 2008; Грибан Г. П., 2012; Присяжнюк С. І., 2013; Р. Т. Раєвський, С. М. Канішевський, 2015 та ін.). Ми спираємося на наш практичний досвід, що свідчить про правильність формування студентів спеціальної медичної групи за рівнем фізичної підготовленості. Увага й необхідність створення особливих умов організації навчального процесу на засадах самостійних занять студентів розкриваються в дослідженнях Іващенко, Л. Я., Кащенко Л. Я., Страшко Н. П., Дубогай О. Д., Завацький В. І., 2008, Індики С., 2015, які автори доповнили своїми висновками щодо соціально-економічного пріоритету результатів навчального процесу. Нові методики викладання дисципліни «Фізичне виховання» в спеціальних медичних групах (автори монографій Голубович А. М., Котова Л. І., Микитюк Є. П., 2003; Корж Ю. М., 2007, Пилипей Л. П., Самойлович В. А., 2008 й ін.) практично перевірені нами на заняттях із фізичного виховання в Університеті митної справи та фінансів (м. Дніпро) [12; 8–14] і доповнені висновками, що зміст та рівень навантаження на заняттях із фізичного виховання в закладах вищої освіти має бути організований диференційовано з постійним моніторингом стану здоров'я студентів викладачами.

**Висновки.** У сучасних умовах зменшення рухової активності молоді є одним із багатьох негативних чинників, що призводить до збільшення кількості хвороб, зниження стійкості імунної системи тощо і, як наслідок – призводить до скорочення тривалості життя та перешкоджає нормальній плідній життєдіяльності людини.

Організація фізичного виховання студентської молоді проводиться в ЗВО України згідно з навчальними програмами та на основі певної диференціації студентів у групах згідно з критеріями стану їхнього здоров'я й має яскраво виражений оздоровчо-відновлювальний характер. Однак існують певні проблеми з обґрунтуванням характеру захворювання та з визначенням критеріїв зарахування до спеціальних медичних груп.

В умовах ведення дистанційного навчання в ЗВО акцент в організації цього процесу переноситься на самостійне виконання програм фізичного виховання, що гостро ставить перед викладачами завдання контролю за станом здоров'я студентів СМГ. У цих умовах зростає значення ведення студентами контрольних робочих документів навчально-тренувального процесу щодо динаміки стану здоров'я.

Зростає роль самоконтролю студентів за своїм здоров'ям під час виконання завдань із дисципліни «Фізичне виховання», що потребує від викладача спеціальних медичних груп не лише посилення його ролі як технічного модератора, але і як педагога-контролера оздоровчого процесу.

#### *Джерела та література*

1. Боднар І. Р. Інтегративне фізичне виховання школярів різних медичних груп: монографія. Львів: ЛДУФК. 2014. 300 с. URL: <http://repository.ldufk.edu.ua/bitstream/>.
2. Волков В.Л. Основи теорії та методики фізичної підготовки студентської молоді: навч. посіб. Київ: Освіта України, 2008. 256 с.
3. Вінярська Т., Ковтун А. Мотивація студентів ВНЗ до спеціально організованої рухової активності з урахуванням їх психофізіологічного стану. *Спортивний вісник Придністров'я*. 2014. Вип. 1. С. 28–33. URL: <http://znp.udpu.edu.ua > article > view>

4. Грибан Г. П. Особливості фізичної підготовленості студентів вищих навчальних закладів України. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету імені Т. Г. Шевченка*. 2014. Вип. 118. С. 88–93.
5. Деделюк Н., Ковальчук Н., Ващук Л., Томащук О., Санюк В., Савчук С. Модель організації спортивно-оздоровчої діяльності студентів вищих навчальних закладів. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*: зб. наук. праць. 2018. № 1, 41. С. 46–50.
6. Индика С. Динаміка клініко-анамнестичних даних хворих після інфаркту міокарда під впливом застосування авторської програми фізичної реабілітації в домашніх умовах. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*: зб. наук. праць. 2015. № 4 (32). С. 170–175.
7. Корж Ю. М. Практикум з теорії і методики лікувальної фізичної культури: навч. посіб. для студентів спец. «Фізична реабілітація». Суми: СумДПУ ім. А. С. Макаренка, 2007. 184 с.
8. Кузнєцова О. Т. Оздоровче тренування студентів: навч. посіб. Київ: Вид-во Європ. ун-ту, 2010. С. 37–42.
9. Марченко О. Ю. Вплив занять спортом на формування загальних життєвих та ціннісних орієнтацій студентів ВНЗ. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фіз. виховання і спорту*. 2011. № 3. С. 108–111.
10. Ольховик А. В., Бурла А. М. Фізичне виховання студентів спеціальної медичної групи: робоча прогр. з навч. дисципліни «Фізичне виховання студентів спеціальної медичної групи із захворюванням на вегето-судинну дистонію за змішаним типом». Суми: СумДПУ ім. А. С. Макаренка, 2014. 160 с.
11. Павлун Т. О., Гомон Л. В. Методичні рекомендації «Заняття зі спеціальною медичною групою». Дніпро: УМСФ, 2018. 21 с.
12. Пилипей Л. П., Самойлович В. А. Методичні рекомендації до навчальних занять з фізичної культури в спеціальній медичній групі. Слов'янськ: СДПУ, 2008. 38 с.
13. Раєвський Р. Т. Професійно-прикладна фізична підготовка студентів вищих навчальних закладів: навч.-метод. посіб. Одеса: Наука і техніка, 2015. 380 с.
14. Тімчук-Скоропад К., Павлова І. (2019). Критерії вибору та зміст фізичної терапії осіб із хронічним обструктивним захворюванням легень. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я в сучасному суспільстві*. № 4 (48). С. 96–108.
15. Яців Я. М., Полатайко Ю. О., Лапковський Е. Й., Дума З. В., Маланюк Л. Б., Пятничук Г. О., Синиця А. В., Хохлова Л. А. Особливості фізичного виховання у спеціальних медичних групах: метод. рек. Івано-Франківськ: Місто-НВ., 2012. 47 с.

#### References

1. Bodnar, I. R. (2014). Intehratyvne fizychnе vykhovannia shkoliariv riznykh medychnykh hrup [Integrative physical education of schoolchildren of different medical groups]. Monohrafiia. Lviv: LDUFK, 300. URL: <http://repository.ldufk.edu.ua/bitstream>.
2. Volkov, V. L. (2008). Osnovy teorii ta metodyky fizychnoi pidhotovky studentskoi molodi [Fundamentals of physical training theory and methods of students` youth]: Navchalnyi posibnyk. Kyiv, Osvita Ukrainy, 256. Волков В.Л.
3. Viniarska, T., Kovtun, A. (2014). Motyvatsiia studentiv VNZ do spetsialno orhanizovanoi rukhovoї aktyvnosti z urakhuvanniam yikh psykhofiziolohichnoho stanu [Motivation of university students to specially organized motor activity taking into account their psychophysiological status]. *Sportyvnyi visnyk Prydnistrovia*, vyp. 1. 28–33. URL: <http://znp.udpu.edu.ua>.
4. Hryban, H. P. (2014). Osoblyvosti fizychnoi pidhotovlenosti studentiv vyshchyykh navchalnykh zakladiv Ukrainy [Features of students` physical fitness of higher educational institutions of Ukraine]. *Visnyk Chernihivskoho natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni T. H. Shevchenka*, vyp. 118, 88–93.
5. Dedeliuk, N., Kovalchuk, N., Vashchuk, L., Tomashchuk, O., Saniuk, V., Savchuk, S. (2018). Model orhanizatsii sportyvno-ozdorovchoi diialnosti studentiv vyshchyykh navchalnykh zakladiv [Model of students` sports and health activities organization in higher educational institutions]. *Fizychnе vykhovannia, sport i kultura zdorovia u suchasnomu suspilstvi*: zbirnyk naukovykh prats, no. 1, 46–50.
6. Indyka, S. (2015). Dynamika kliniko-anamnestychnykh danykh khvorykh pislia infarktu miokarda pid vplyvom zastosuvannia avtorskoi prohramy fizychnoi rehabilitatsii v domashnikh umovakh [Dynamics of clinical and anamnestic data of patients after myocardial infarction under the author`s home program on physical rehabilitation]. *Fizychnе vykhovannia, sport i kultura zdorovia u suchasnomu suspilstvi*: zbirnyk naukovykh prats, no. 4, (32), 170–175.
7. Korzh, Yu. M. (2007). Praktykum z teorii i metodyky likuvalnoi fizychnoi kultury [Workshop on the theory and methods of therapeutic physical culture]: navch. posibnyk dlia stud. spets. Fizychna rehabilitatsiia. Sumy: SumDPU im. A. S. Makarenka, 184.
8. Kuznetsova, O. T. (2010). Ozdorovche trenuvannia studentiv [Health training of students]: navch. posib. Kyiv, Vyd-vo Yevropeiskoho un-tu, 37–42.

9. Marchenko, O. Yu. (2011). Vplyv zaniat sportom na formuvannia zahalnykh zhyttievkykh ta tsinnisnykh oriientsatsii studentiv VNZ [The influence of sports on the formation of general life and value orientations of university students.]. *Pedahohika, psykholohiia ta med. -biol. probl. fiz. vykhovannia i sportu*, no. 3. 108–111.
10. Olkhovyk, A. V., Burla, A. M. (2014). Fizychnе vykhovannia studentiv spetsialnoi medychnoi hrupy [Physical education of students` special medical group]: Robocha prohrama z navchalnoi dystsypliny fizychnе vykhovannia studentiv spetsialnoi medychnoi hrupy iz zakhvoriuvanniam na veheto-sudynnu dystoniiu za zmishanyim typom). Sumy: SumDPU im. A. S. Makarenka, 160.
11. Pavlun, T. O, Gomon, L. V. (2018). Metodychni rekomendatsii: Zaniattia zi spetsialnoiu medychnoiu hrupoiu [Methodical Recommendations on Classes with a Special Medical Group]. Dnipro, UMSF, 21. .
12. Pylypei, L. P., Samoilych, V. A. (2008). Metodychni rekomendatsii do navchalnykh zaniat z fizychnoi kultury v spetsialnii medychnii hrupi [Methodical recommendations for physical education classes in a special medical group]. Sloviansk, SDPU, 38.
13. Raievskiy, R. T. (2015). Profesiino-prykladna fizychna pidhotovka studentiv vyshchykh navchalnykh zakladiv [Professional and applied students` physical training in higher educational institutions]: navch.-metod. posib. Odesa, Nauka i tekhnika, 380.
14. Timchuk-Skoropad, K. Pavlova, I. (2019). Kryterii vyboru ta zmist fizychnoi terapii osib iz khronichnym obstruktyvnyim zakhvoriuvanniam lehen [Selection criteria and content of physical therapy for persons with chronic obstructive pulmonary disease]. *Fizychnе vykhovannia, sport i kultura zdorovia u suchasnomu suspilstvi*, no. 4 (48), 96–108.
15. Iatsiv, Ya. M., Polataiko, Yu. O., Lapkovskiy, E. I., Duma, Z.V., Malaniuk L. B., Piatnychuk, H. O., Synytsia, A. V., Khokhlova L. A. (2012). Osoblyvosti fizychnoho vykhovannia u spetsialnykh medychnykh hrupakh [Features of physical education in special medical groups]: metodychni rekomendatsii. Ivano-Frankivsk: Misto-NV, 47.

Стаття надійшла до редакції 18.01.2021 р.