

УПРАВЛІНСЬКІ, ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІ, СОЦІОЛОГІЧНІ ТА ФІЛОСОФСЬКІ АСПЕКТИ  
ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ

УДК 796.011.3:378

ГРИБАН Г. П.

Житомирський державний університет імені Івана Франка

Передумови створення методичної системи фізичного виховання студентів  
вищих навчальних закладів

**Анотація. Мета:** встановити умови функціонування фізичного виховання у вищих навчальних закладах України та створити нову методичну систему фізичного виховання студентів. **Матеріал і методи:** проаналізовано психолого-педагогічну літературу, проведено аналіз програм та директивних документів з фізичного виховання, проведено анкетування студентів вишів. **Результати:** встановлено, що система фізичного виховання студентів залежить від соціальних, економічних, духовних і культурних чинників. Фізичне виховання є одним із важливих предметів у системі освіти України, який направлений на забезпечення і реалізацію освітнього, виховного і оздоровчого потенціалу майбутнього фахівця. Доведено, що сучасна система фізичного виховання в Україні переживає період пошуку стратегічних рішень свого розвитку і вимагає від науковців розробки нового методичного забезпечення предмета «Фізичне виховання». **Висновки:** доведено, що модернізація методичної системи має забезпечити перехід від традиційного навчального процесу до нового із використанням сучасних фізкультурно-оздоровчих технологій.

**Ключові слова:** система фізичного виховання, методична система, методичне забезпечення, фізичне виховання, студент.

**Вступ.** На шляху розбудови України як незалежної держави виникло багато труднощів, які негативно вплинули на всі сторони життя – соціальні, економічні, духовні і культурні. Сьогодні істотно змінюються мотиви професійної діяльності в суспільстві, в тому числі і в фізичній культурі та спорті. Часто функції фізичного виховання направлені на надання послуг, які мають на меті проведення повноцінного дозвілля з використанням рекреаційних заходів, забезпечення здорового способу життя, тобто вони набувають соціального виміру.

У той же час сучасна система фізичного виховання переживає період пошуку стратегічних рішень свого розвитку, що спонукає науковців до розробки нового методичного забезпечення предмета «Фізичне виховання», здоров'язбережувальних технологій із використанням рекреаційних заходів, які мають вирізнятися інноваційним підходом у процесі підготовки студента до трудової діяльності та життєздатності [5; 7; 8].

Важливі кроки до реформування системи фізкультурно-оздоровчої освіти в Україні були зроблені з прийняттям Державної національної програми «Освіта. Україна XXI століття», законів України «Про освіту», «Про вищу освіту», «Про фізичну культуру і спорт», Національної доктрини розвитку освіти, Національної доктрини розвитку фізичної культури і спорту, Концепції фізичного виховання в системі освіти України та інших документів, де визначено основні пріоритети формування нової освітньої системи відповідно до Цільової комплексної програми «Фізичне виховання – здоров'я нації».

Одним із таких кроків є створення науково обґрунтованої технології методичної системи фізичного виховання студентів. Модернізація методичної системи фізичного виховання студентів має важливе значення для забезпечення переходу від традиційного навчального процесу до нового із використанням сучасних технологій, спрямованих на формування практичних умінь і навичок ціннісного ставлення до власного здоров'я і здоров'я оточуючих. У сучасній системі фі-

зичного виховання існують різні підходи до вирішення програмних завдань підготовки майбутніх фахівців, але вони носять декларативний та безсистемний характер, тоді як запорукою успішності впровадження будь-чого нового є системність та чітке бачення кінцевої мети [6, с. 64].

Фізичне виховання нині є одним із досить важливих предметів у системі освіти України, який направлений на забезпечення і реалізацію освітнього, виховного і оздоровчого потенціалу майбутнього фахівця. Однак комплексне вирішення цих завдань пов'язане з подоланням певних труднощів, які, перш за все, були допущені в організації і управлінні фізичним вихованням студентів вищих навчальних закладів, викликані відсутністю сучасної методичної системи фізичного виховання, низькою матеріально-технічною базою та цілим комплексом психолого-педагогічних помилок в організації, проведенні і оцінці ефективності навчально-виховного процесу студентів.

Неефективність системи фізичного виховання студентів в Україні, перш за все, викликана перенесенням радянської методології, засобів, методів і форм фізичного виховання, які були розроблені для комплексу ГПО, як програмної і нормативної основи системи фізичного виховання в СРСР. Комплекс ГПО в 60–80-ті роки втратив свою популярність, призвів до приписок, формалізму і штурмівщини, укорінення методів адміністрування, підпорядкування систематичних занять із фізичного виховання до складання нормативів комплексу ГПО і підготовки великої кількості звітної документації. Усе це призвело до занепаду системи фізичного виховання, втрати інтересів і мотивації у студентів [6, с. 114]. У цей же час у США, Канаді, Японії і провідних європейських країнах набували популярності різні форми оздоровчої фізичної культури [10–13 та ін.]. Розвивалася також і вітчизняна оздоровча фізична культура [1; 2; 9 та ін.], але державні органи виявилися не готовими визнати, що комплекс ГПО вичерпав свої можливості і необхідна принципово нова методологія побудови системи фізичного виховання студентів та всього населення.

Розглядаючи особистість студента, йдучи шля-



хом його формування і виховання засобами фізичного виховання, можна стверджувати, що цей процес складається зі стійких об'єктивних та суб'єктивних соціальних якостей, що виникають і розвиваються у ході навчальної діяльності, а також під впливом соціального середовища. Динаміка інтересів, мотивів та зацікавленості студентів засобами фізичного виховання за час навчання у вищих навчальних закладах показує, що не відбувається суттєвих змін у розумінні їх значення для дотримання здорового способу життя, трудової та професійної діяльності. Тому майбутні фахівці після отримання заліку або закінчення вищих навчальних закладів припиняють заняття фізичними вправами.

Однією з головних причин низької результативності фізичного виховання у вищих навчальних закладах є також те, що за існуючої організації навчального процесу викладачі використовують одноосібний, за своєю сутністю – директивний, авторитарний стиль управління. Він характеризується тим, що викладач сам приймає всі основні рішення в організації процесу фізичного виховання без узгодження зі студентами. Діяльність студентів на навчальних заняттях суворо регламентована, викладач одноосібно контролює її та оцінює. Спілкування є в основному офіційним, у ньому переважають протекційно-наказові форми [6].

Таким чином, примушування виховує у студентів упертість, небажання прислухатися ні до порад, ні до вимог тих, від кого вони виходять. Ігноруючи цю педагогічну аксіому, неможливо досягти позитивних результатів у формуванні будь-якої культурної потреби, в тому числі у фізичному самовдосконаленні та підвищенні рівня рухової активності. Таке проведення навчальних занять змушує студентів відмовлятися від незалежності і самостійності, від того ступеня свободи, яким вони володіють, і діяти в режимі жорсткої регламентації. Цілковите ж підкорення завжди призводить до пасивності, що вбиває бажання займатися фізичними вправами та відвідувати навчальні заняття з фізичного виховання. Така методика організації більшою мірою сприяє відчуженню від фізичного виховання. Ефективність фізкультурно-спортивної діяльності визначається не примушенням, не всебічною регламентацією, а головним чином розумінням

самими студентами мети, завдань, засобів і шляхів їх досягнення, внутрішнім ставленням до діяльності, прагненням займатися в міру сил і здібностей.

**Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами.** Робота виконувалася згідно теми «Теоретико-методичні засади оптимізації системи фізичного виховання студентів вищих навчальних закладів України» (державний реєстраційний номер 0112U001618).

**Мета дослідження** полягає у встановленні умов функціонування фізичного виховання у вищих навчальних закладах України, які нададуть можливість модернізувати та створити нову методичну систему фізичного виховання студентів.

#### **Завдання дослідження:**

1. Провести теоретичний аналіз проблеми функціонування чинної системи фізичного виховання студентів вищих навчальних закладів України.

2. Визначити причини необхідності модернізації методичної системи та умови її функціонування у навчально-виховному процесі з фізичного виховання.

**Матеріал та методи дослідження.** Для вирішення поставлених завдань була досліджена та проаналізована психолого-педагогічна література, аналіз програм та директивних документів з фізичного виховання, проведено анкетування студентів вищих навчальних закладів.

#### **Результати дослідження та їх обговорення.**

Сучасні студенти хочуть, щоб до них прислухалися, враховували їхню точку зору і бажання, а не просто ставили вимоги і примушували їх виконувати. Опитування показало, що більшість із них, починаючи з 1990 і до 2013 року, тією чи іншою мірою незадоволена системою організації, методами, що застосовуються, і формами проведення навчальних занять, їх змістом і направленістю, а це, у свою чергу, негативно впливає на ставлення до навчального процесу з фізичного виховання і самостійних занять фізичними вправами у позанавчальний час. Ще більша кількість студентів не задоволена організацією і забезпеченням спортивно-масової та фізкультурно-оздоровчої роботи у вищих навчальних закладах (табл. 1).

Слід також звернути увагу на застарілі теоретичне підґрунтя та наявність завдань фізичного виховання

Таблиця 1

### **Оцінка студентами організації і забезпечення фізичного виховання під час навчання у вищому навчальному закладі, %**

Види діяльності	Суб'єктивна оцінка	Рік дослідження									
		1990		2000		2007		2010		2013	
		чол.	жін.	чол.	жін.	чол.	жін.	чол.	жін.	чол.	жін.
Навчальна	Задоволені	58,9	53,6	27,4	36,6	39,2	38,1	49,7	44,3	41,7	37,4
	Частково задоволені	34,4	37,1	47,7	46,2	51,0	49,5	44,1	47,4	38,6	42,3
	Незадоволені	6,7	9,3	24,9	17,2	9,8	12,4	6,2	8,3	19,7	20,3
Спортивна і фізкультурно-оздоровча	Задоволені	53,7	46,2	22,1	24,4	31,3	27,7	41,8	36,1	32,5	19,6
	Частково задоволені	40,1	44,5	63,6	55,9	53,4	53,5	48,6	52,5	43,6	38,5
	Незадоволені	6,2	9,3	14,3	19,7	15,3	18,8	9,6	11,4	23,9	41,9



Таблиця 2

## Мета відвідування студентами навчальних занять з фізичного виховання, % (n=647)

Мета	Стать	Рік навчання				Загальний %
		I	II	III	IV	
Зміцнення здоров'я	чол.	37,1	51,6	37,1	23,5	39,1
	жін.	41,5	39,3	42,9	30,6	37,9
Заради заліку	чол.	30,5	31,3	34,3	38,2	32,4
	жін.	41,5	34,6	43,1	51,8	40,6
Підвищення фізичної працездатності	чол.	46,7	42,2	42,9	41,2	44,1
	жін.	26,8	30,4	39,2	29,4	30,6
Бажання бути привабливим	чол.	10,5	15,6	17,1	5,9	12,2
	жін.	21,9	23,6	23,5	23,5	23,2
Поліпшення спортивних результатів	чол.	5,7	26,6	20,0	5,9	13,4
	жін.	15,9	9,4	9,8	8,2	10,5
Отримання задоволення	чол.	1,9	15,6	14,3	14,7	9,2
	жін.	7,3	4,2	3,9	9,4	5,9
Страх бути покараним	чол.	10,5	1,6	5,7	2,9	6,3
	жін.	3,7	3,7	5,9	4,7	4,2

Таблиця 3

## Чинники, що сприяють позитивному ставленню студентів до навчальних занять з фізичного виховання, % (n=647)

Чинники	Стать	Рік навчання				Загальний %
		I	II	III	IV	
Відповідальність і дисциплінованість	чол.	43,8	34,4	34,2	44,1	39,9
	жін.	13,4	36,6	19,6	16,4	25,6
Задоволення від занять фізичними вправами	чол.	25,7	40,6	42,8	17,6	31,1
	жін.	18,3	29,3	14,1	28,2	26,2
Викладач фізичного виховання	чол.	14,3	10,9	22,8	14,7	14,7
	жін.	28,0	25,6	39,2	17,6	26,2
Гармонія духовного і фізичного розвитку	чол.	16,2	25,0	22,8	11,7	18,9
	жін.	14,6	14,1	17,6	18,8	15,6
Контроль деканату і кафедри фізичного виховання	чол.	11,4	4,7	20,0	8,8	10,5
	жін.	17,1	16,7	19,6	23,5	18,6
Наявність і доступність спортивних споруд	чол.	15,2	15,6	17,1	20,5	16,3
	жін.	6,1	9,9	7,8	5,9	8,1
Товариші	чол.	10,5	21,8	5,7	11,7	13,0
	жін.	7,3	12,0	11,7	4,7	9,5
Батьки	чол.	3,8	6,2	3,1	2,9	4,2
	жін.	3,7	3,1	1,9	1,1	2,7

ня, що не мають актуальності в умовах вищої освіти, малий обсяг цілеспрямованої рухової активності, що потребує перегляду та оптимізації існуючих положень, а також розробки та систематизації засобів, методів і форм удосконалення компонентів фізичної підготовки у взаємозв'язку з принципом всебічного та гармонійного розвитку особистості студента, формування в нього фізкультурно-оздоровчих компетентностей [3; 4].

Проведене нами анкетування показало, що ефективність навчального процесу значною мірою залежить від мети відвідування студентами навчальних занять з фізичного виховання. Основною метою відві-

дування навчальних занять 38,3% студентів вважають зміцнення здоров'я, 37,6% відвідують заняття заради отримання заліку з фізичного виховання, 35,5% – для підвищення рівня фізичної працездатності, 19,2% – бажать за рахунок занять фізичними вправами стати привабливими і, на жаль, тільки 7,1% студентів отримують задоволення від занять з фізичного виховання (табл. 2).

Формування ціннісних орієнтацій у сфері фізичного виховання можливе лише в разі спрямування студента на можливість реалізації своїх визначених, найбільш значущих потреб у цій сфері діяльності. Тільки за такої умови відбувається формування ціннісного



відношення, а потім – гуманістичних і культурологічних ціннісних орієнтацій.

Непокоїть і той факт, що в студентів IV курсу основною метою відвідування навчальних занять з фізичного виховання є отримання заліку (47,9%), а у жінок цей показник ще вищий (51,8%). Це свідчить про те, що система фізкультурно-оздоровчої освіти у вищих навчальних закладах не змогла виховати у половини студентів правильне ставлення до занять фізичними вправами та спортом, не розвивала позитивних мотивів, а сформувала негативне ставлення до навчального процесу з фізичного виховання. Нині тільки 10,9% студентів IV курсу отримують задоволення від занять і в подальшому житті мають нахили і бажання продовжувати самостійно підтримувати свій рівень фізичного розвитку і фізичної підготовленості.

Критерієм ефективності та якості виховного процесу з фізичного виховання є вихованість студента, тобто наявність у нього високих духовних рис, в основі яких лежить внутрішнє бажання систематично підтримувати свій стан здоров'я, достатній рівень фізичної підготовленості й розвитку, любов до фізичної культури і спорту та здорового способу життя. У процесі фізичного виховання увага викладачів має бути спрямована на перетворення зовнішніх, реальних чинників на внутрішні, ідеальні риси особистості, фізичне здоров'я. Саме для цього необхідно забезпечити викладачів фізичного виховання таким методичним арсеналом, який би активізував студентів до рухової активності, сформував у них фізкультурно-оздоровчі компетентності у даній сфері життєдіяльності.

Існує велика кількість чинників, які сприяють залученню студентів до занять фізичними вправами та спортом, але досить часто вони втрачають актуальність у разі зустрічі студентів з певними труднощами і перешкодами. Основними чинниками, що сприяють позитивному ставленню студентів до навчальних занять з фізичного виховання, є відповідальність і дисциплінованість, які притаманні лише 30,9%. Тільки 27,9% студентів у ході відвідування навчальних занять бажають отримати задоволення, 21,9% мають позитивне ставлення завдяки виховній роботі викладача фізичного виховання, 10,8% – наслідують приклад товаришів, 3,2% – батьків (табл. 3). Дуже мала кількість студентів (16,8%) прагне до гармонійного духовного і фізичного розвитку, важливими чинниками є також контроль деканату і кафедри фізичного виховання.

Незважаючи на низький рівень фізичного розвитку і фізичної підготовленості, вади здоров'я в студентів, створення методологічних засад для конструювання методичної системи фізичного виховання студентів вимагає застосування системного і комплексного підходів до навчального процесу з фізичного виховання. При цьому необхідно: 1) визначити компоненти системи і з'ясувати їх зміст; 2) обґрунтувати необхідність функціонування кожного компонента системи; 3) вия-

вити системоутворюючі зв'язки; 4) розкрити відповідність компонентів всередині системи; 5) показати функціональне існування системи.

Цьому передувало вивчення постановки і розв'язання проблеми дослідження в теорії і методиці фізичного виховання та педагогіці на основі чого було створено підґрунтя для побудови методичної системи фізичного виховання студентів [6]. При цьому педагогічні умови функціонування методичної системи фізичного виховання студентів вимагають розглядати навчальний процес з фізичного виховання як складну систему, яка має багато компонентів. Поняття системи охоплює різні сторони цілісного навчального процесу: його будову (структуру), зміст, способи функціонування, засоби впливу, форми розвитку тощо. Методична система фізичного виховання студентів ієрархічно входить до єдиної системи вищої педагогічної освіти і є цілісним утворенням, яке дозволяє формувати в студентів: спеціальні знання, життєво важливі рухові вміння і навички; гармонійний розвиток форм і функцій організму, спрямований на всебічне вдосконалення фізичних обдарувань; добре здоров'я; забезпечувати творче довголіття; виховувати вольові, духовні й естетичні риси особистості.

#### Висновки.

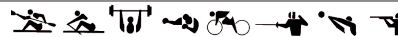
1. Удосконалення системи фізичного виховання студентської молоді повинно відбуватися в напрямку розробки програмного, науково-методичного, нормативного і правового забезпечення, приведення освітніх стандартів і нормативів у відповідність до нових вимог і можливостей розвитку суспільства. Повинні бути істотно переглянуті й обґрунтовані критерії і нормативи оцінки з фізичного виховання студентів. Система оцінювання студентів у фізичному вихованні має бути доповнена з урахуванням теоретичного і методичного аспектів та сформованості фізкультурно-оздоровчих і освітніх компетентностей.

2. Активізація навчального процесу з фізичного виховання студентів потребує створення сучасної методичної системи, здатної розкрити закономірності навчальної діяльності, передбачити аналіз стану фізичного виховання у кожному конкретному вищому навчальному закладі, надати методи, засоби і форми викладання, які мають співвідноситися з рівнем фізичного і психічного розвитку студентів, а також з різними рівнями сформованості індивідуальних рухових якостей, матеріально-технічним оснащенням занять для забезпечення виконання поставлених завдань. Модернізація методичної системи має забезпечити перехід від традиційного навчального процесу до нового із використанням сучасних фізкультурно-оздоровчих технологій.

**Перспективи подальших досліджень** спрямовані на створення технології забезпечення навчально-виховного процесу студентів сучасними методичними системами фізичного виховання.

#### Список використаної літератури:

1. Амосов М. М. Роздуми про здоров'я / М. М. Амосов. – К. : Здоров'я, 1990. – 168 с.
2. Баранов В. М. В мире оздоровительной физкультуры / В. М. Баранов. – К. : Здоровье, 1987. – 134 с.
3. Волков В. Л. Развитие физических способностей студентов в системе физической подготовки [Монографія] / В. Л. Волков. – К. : Освіта України, 2011. – 420 с.
4. Грибан Г. П. Критерії та рівні фізкультурно-оздоровчих компетентностей випускників вищих навчальних закладів / Г. П. Грибан // Слобожанський науково-спортивний вісник : [наук.-теорет. журн.]. – Харків : ХДАФК, 2013. – № 5 (38). – С. 78–81.
5. Грибан Г. П. Модульно-рейтингова система у фізичному вихованні [Монографія] / Г. П. Грибан. – Житомир : Рута,





2008. – 106 с.

6. Грибан Г. П. Фізичне виховання студентів аграрних вищих навчальних закладів [Монографія] / Г. П. Грибан. – Житомир : Рута, 2012. – 514 с.

7. Завидівська Н. Н. Особливості формування загальної фізкультурно-оздоровчої освіти студентів в умовах здоров'язбережувального навчання / Н. Н. Завидівська // Слобожанський науково-спортивний вісник : [наук.-теорет. журн.]. – Харків : ХДАФК, 2014. – № 1 (39). – С. 37–42.

8. Чухланцева Н. В. Здоров'язбережувальні технології фізичного виховання в педагогічному процесі вищих навчальних закладів / Н. В. Чухланцева, Л. Г. Сокол, Т. В. Напалкова, Н. Л. Баревка // Слобожанський науково-спортивний вісник : [наук.-теорет. журн.]. – Харків : ХДАФК, 2013. – № 4 (37). – С. 107–110.

9. Шенкман С. Б. Возвращение к молодости или формула здоровья / С. Б. Шенкман // Искусство быть здоровым : Сост. А. М. Чайковский, С. Б. Шенкман. – М. : Физкультура и спорт, 1984. – С. 351–352.

10. Kaman R. L. Justification of employee fitness programs: cost versus benefit / R. L. Kaman, J. Huckaby // Fitness in business, 1988. – Dec. – P. 90–95.

11. Schwartz D. Career wellness II Fitness in business / D. Schwartz. – 1989. – V. 3. – № 4. – P. 138–140.

12. Shore G. Metrofit: a cost-effective fitness program / G. Shore, P. Pracad, M. Zroback // Fitness in business. – 1989. – V. 3. – N 4. – P. 147–153.

13. Sullivan R. The unfit room / R. Sullivan // Sports illu traded. – 1989. – V. 7. – Nil. – P. 13.

Стаття надійшла до редакції 10.02.2014 р.

Опубліковано: 28.04.2014 р.

**Аннотация. Грибан Г.П. Предпосылки создания методической системы физического воспитания студентов высших учебных заведений. Цель:** установить условия функционирования физического воспитания в высших учебных заведениях Украины и создать новую методическую систему физического воспитания студентов. **Материал и методы:** проанализирована психолого-педагогическая литература, проведен анализ программ и директивных документов по физическому воспитанию, проведено анкетирование студентов вузов. **Результаты:** установлено, что система физического воспитания студентов зависит от социальных, экономических духовных и культурных факторов. Физическое воспитание является одной из важных дисциплин в системе образования Украины, которая направлена на обеспечение и реализацию образовательного, воспитательного и оздоровительного потенциала будущего специалиста. Доказано, что современная система физического воспитания в Украине переживает период поиска стратегических решений своего развития и требует от ученых разработки нового методического обеспечения дисциплины «Физическое воспитание». **Выводы:** доказано, что модернизация методической системы должна обеспечить переход от традиционного учебного процесса к новому с использованием современных физкультурно-оздоровительных технологий.

**Ключевые слова:** система физического воспитания, методическая система, методическое обеспечение, физическое воспитание, студент.

**Abstract. Gryban G. Background for creation of methodical system of physical education of students in higher educational institutions. Purpose:** Identification of the conditions of the operation of physical education in Ukrainian higher educational institutions and creation of a methodical system of physical education of students **Material:** the analysis of literature on psychology and education, the analysis of program and statutory documents for Physical Education, conduct of the survey of university students. **Results:** We have established that the system of physical education of students depends on social, economic, spiritual and cultural factors. It is shown that physical education is one of the most important subjects in the educational system of Ukraine, which is aimed at providing and implementing educational, recreational potential of future specialist. We confirm that the current system of physical education in Ukraine is experiencing a period of searching for strategic decisions of development and requires from scientists development of new methodical support of the subject "Physical Education". **Conclusions:** It is prove that upgrading the methodical system should ensure the transition from traditional educational process to a new one by using modern sports and recreation technologies.

**Keywords:** physical education system, methodical system, methodical support, physical education, student.

#### References:

1. Amosov M. M. Rozdumi pro zdorov'ya [Thinking about Health], Kyiv, 1990, 168 p. (ukr)
2. Baranov V. M. V mire ozdorovitel'noy fizkultury [In the world of improving physical culture], Kyiv, 1987, 134 p. (rus)
3. Volkov V. L. Rozvitok fizichnikh zdbnostey studentiv u sistemi fizichnoi pidgotovki [Development of faculty students in physical fitness], Kyiv, 2011, 420 p. (ukr)
4. Griban G. P. Slobozans'kij nauk.-sport. visn. [Slobozhanskyi science and sport bulletin], Kharkiv, 2013, vol. 5(38), pp. 78–81. (ukr)
5. Griban G. P. Modulno-reytingova sistema u fizichnomu vikhovanni [Module-rating system in physical education], Zhitomir, 2008, 106 p. (ukr)
6. Griban G. P. Fizichne vikhovannya studentiv agrarnikh vishchikh navchalnikh zakladiv [Physical education students agricultural universities], Zhitomir, 2012, 514 p. (ukr)
7. Zavidivska N. N. Slobozans'kij nauk.-sport. visn. [Slobozhanskyi science and sport bulletin], Kharkiv, 2014, vol. 1 (39), pp. 37–42. (ukr)
8. Chukhlantseva N. V., Sokol L. G., Napalkova T. V., Brevka N. L. Slobozans'kij nauk.-sport. visn. [Slobozhanskyi science and sport bulletin], Kharkiv, 2013, vol. 4 (37), pp. 107–110. (ukr)
9. Chaykovskiy A. M., Shenkman S. B. Isskustvo byt zdorovym [Art to be healthy], Moscow, 1984, pp. 351–352. (rus)
10. Kaman R. L. Justification of employee fitness programs: cost versus benefit / R. L. Kaman, J. Huckaby // Fitness in business, 1988. – Dec. – P. 90–95.
11. Schwartz D. Career wellness II Fitness in business / D. Schwartz. – 1989. – V. 3. – № 4. – P. 138–140.
12. Shore G. Metrofit: a cost-effective fitness program / G. Shore, P. Pracad, M. Zroback // Fitness in business. – 1989. – V. 3. – N 4. – P. 147–153.
13. Sullivan R. The unfit room / R. Sullivan // Sports illu traded. – 1989. – V. 7. – Nil. – P. 13.

Received: 10.02.2014.

Published: 30.04.2014.

**Грибан Григорій Петрович:** д. пед. н., доцент; Житомирський державний університет імені Івана Франка: вул. Велика Бердичівська, 40, Житомир, 10008, Україна.

**Грибан Григорий Петрович:** д. пед. н., доцент; Житомирский государственный университет имени Ивана Франка: ул. Большая Бердичевская, 40, Житомир, 10008, Украина.

**Grigorii Gryban:** Doktor of Science (Pedagogical), Associate Professor, Zhytomyr State Ivan Franko University, Velyka-Berdychivska st. 40, Zhytomyr, 10008, Ukraine.

E-mail: gribang@mail.ru

