

СУЧАСНИЙ СТАН ТА УМОВИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ СПЕЦІАЛЬНОЇ МЕДИЧНОЇ ГРУПИ

УДК 378.017:796]:616-056.2(045)

DOI: <https://doi.org/10.24919/2308-4634.2023.279120>

Галина Гончар, кандидат наук з фізичного виховання та спорту,
доцент кафедри теорії і методики фізичного виховання
Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини
Анастасія Затулівітер, викладач-стажист кафедри теорії і методики фізичного виховання
Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини

СУЧАСНИЙ СТАН ТА УМОВИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ СПЕЦІАЛЬНОЇ МЕДИЧНОЇ ГРУПИ

Створення спеціальних медичних груп у закладах освіти дало змогу студентам із ослабленим здоров'ям вільно займатися фізичною культурою. Адже для них створюються спеціальні умови та формується індивідуальне навантаження, яке допомагає підтримувати або поліпшувати здоров'я і підвищувати фізичну підготовленість. У статті розглянуто законодавчі документи, що сприяли створенню та розвитку груп здоров'я у закладах освіти. Описано актуальність проблеми формування спеціальних медичних груп, залучення студентської молоді до занять фізичною культурою та спортом.

Ключові слова: фізичне виховання; спеціальна медична група; спорт; здоров'я; фізичний стан; фізична підготовленість.

Літ. 8.

Halyna Honchar, Ph.D. (Physical Education and Sports), Associate Professor
of the Theory and Methods of Physical Education Department
Uman Pavlo Tychyna State Pedagogical University
Anastasiia Zatuliviter, Lecturer-intern of the Theory and Methods of Physical Education Department
Uman Pavlo Tychyna State Pedagogical University

THE CURRENT STATE AND CONDITIONS OF PHYSICAL EDUCATION OF STUDENTS OF THE SPECIAL MEDICAL GROUP

As of today, the number of students with functional disorders of the body is increasing. The tasks of higher education institutions are to create the necessary conditions for learning and promoting the health of young people. The creation of special medical groups in educational institutions enabled students with impaired health to freely engage in physical education. After all, special conditions are created for them and an individual load is formed, which helps to maintain or improve the level of health and physical fitness. The article examines legislative documents that contributed to the creation and development of health groups in educational institutions. The relevance of the problem of the formation of special medical groups and the involvement of student youth in physical education and sports is described. In order to create conditions that provide an opportunity for student youth to lead a healthy lifestyle, to gain access to a developed sports infrastructure for regular physical education classes and to increase the competitiveness of Ukrainian sports, the document "On the Approval of the Concept for the Development of Daily Sports in Educational Institutions" was approved on October 27, 2021. The following target areas of the Concept became interesting:

1. strengthening the role of physical culture in the system of student sports, where it is necessary to solve specific tasks regarding the improvement of physical culture modules (increase the quality of teaching of the specified disciplines and form students' competences in physical culture);

2. improvement of technologies of inclusive education of students of SMG through the solution of tasks from disciplines (modules) of physical culture and the system of student competitions according to the interests and needs of students belonging to different nosological groups; to implement innovative methodical developments in physical education.

Keywords: physical education; special medical group; sport; health; physical condition; physical fitness.

Постановка проблеми. Станом на сьогодні зростає кількість студентів із функціональними порушеннями організму. Завданнями закладів вищої освіти є створення необхідних умов для навчання та сприяння зміцненню здоров'я молоді. Процес фізичного виховання потрібно формувати й організувати, враховуючи порушення систем організму студентів, котрі належать до спеціальної медичної групи.

Аналіз основних досліджень і публікацій. Фізичне виховання є основним методом впровадження

фізичної культури, яка сприяє формуванню морально-вольових якостей, зміцненню систем організму та розвитку розумових здібностей студентів різних медичних груп. Розглядаючи проблему рухової активності студентів, Г. Грибан зауважив, що зростаючі темпи зниження рівня фізичного розвитку, підготовленості і здоров'я студентської молоді в Україні набувають сьогодні критичного характеру. Причинами низької фізичної підготовленості студентської молоді та погіршення стану її здоров'я є недостатня увага до питань фізичного виховання

СУЧАСНИЙ СТАН ТА УМОВИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ СПЕЦІАЛЬНОЇ МЕДИЧНОЇ ГРУПИ

сім'ях, середніх загальноосвітніх, професійних і закладах вищої освіти.

Дослідженням формування соціального здоров'я студентів СМГ займалися О. Дубовой, В. Бабич, Ю. Полулященко, О. Павлюк, які, провівши контент-аналіз навчальної програми з фізичного виховання для закладів вищої освіти України III–IV рівнів акредитації, констатували, що її зміст не повною мірою співвідноситься зі змістом реформаторського Закону України “Про освіту”. Крім того, її теоретична, методична та практична складові недостатньо зорієнтовані на формування соціального здоров'я студентів СМГ, зокрема набуття ними (у процесі занять з фізичного виховання та в позанавчальний час) відповідних компетентностей, що сприяли б максимальній самореалізації у суспільному житті, підвищенню їхньої впевненості у собі, виробленню здатності до забезпечення загальної та професійної комунікативності, протидії соціальним викликам сучасності, формуванню громадянської відповідальності тощо.

Аналізуючи літературні джерела та дослідження, можна визначити, що програма занять з фізичної культури зі студентами, котрі належать до СМГ, потребує удосконалення.

Мета статті. Проаналізувати літературні джерела щодо фізичного виховання у спеціальних медичних групах. Розглянути особливості комплектування груп здоров'я у закладах вищої освіти.

Виклад основного матеріалу. Нормативно-правовий та організаційно-методичний супровід фізичного виховання студентів спеціальної медичної групи з метою зміцнення психофізіологічного здоров'я та підвищення рівня фізичної підготовленості бакалаврів закладам вищої освіти необхідно спрямовувати свою діяльність у галузі фізичного виховання здобувачів освіти з відхиленнями у стані здоров'я відповідно до ратифікованих державою та урядом нормативних і програмних документів: Закон України про фізичну культуру і спорт, Підзаконний акт про СМГ, Стратегія розвитку фізичної культури і спорту до 2028 р.

Проведений аналіз й узагальнення положень і наказів Міністерства охорони здоров'я та освіти, інструктивної, програмно-методичної документації показав, як спрямованість розвитку сучасного фізичного виховання учнів із відхиленнями у стані здоров'я, так і сучасні приписи (вимоги та запити) держави до організації фізичного виховання в освітніх організаціях (організацію, обсяг і зміст навчальних занять з фізичної культури), медико-педагогічного контролю і розподілу учнів за станом здоров'я на медичні групи для занять фізичними вправами.

Раніше у документах зазначено, що в освітніх організаціях не надається належної уваги спортивно-масовій роботі, а розподіл школярів та студентів на медичні групи нерідко здійснюється лікарями без

достатніх медичних обґрунтувань. Важливо зазначити, що на той час фізичне виховання як у школах, так і в закладах вищої освіти було спрямоване підготовку спортивного резерву для успішного виступу нашої країни на спортивних світових аренах. Учні з різними відхиленнями у стані здоров'я переважно звільнялися від практичних занять, або сиділи осторонь у спортивних залах. Однак останні дані МОЗ та освіти про прогресуючу динаміку погіршення стану здоров'я учнівської молоді змусили всіх задуматись.

Вищезазначені нормативні й інструктивні документи містять рекомендації освітнім організаціям щодо принципів комплектування учнів з відхиленнями у стані здоров'я або анатомічними дефектами у спеціальні медичні групи, розкривають завдання фізичного виховання у СМГ, організацію, зміст, методичні особливості занять фізичною культурою, регламентують обов'язки вчителя.

Однак багато викладачів фізичної культури виявляли небажання працювати у спеціальній медичній групі, оскільки в нормативних документах вказувалося, що проводити такі заняття можуть лише фахівці, які пройшли спеціальні курси та семінари, володіють знаннями та вміннями у сфері фізіологічного впливу фізичних вправ на організм учнів. В інструктивній та програмній документації з фізичного виховання в СМГ раніше недостатньо розкривалося науково-методичне й організаційно-змістове забезпечення навчального процесу, багато рекомендованих вправ не відповідали фізіологічному стану та фізичній підготовленості учнівської молоді, що також викликало труднощі у викладачів.

Аналізуючи проблеми зростання рівня захворюваності серед студентської молоді, науковці Т. Сороколит та М. Кухар з'ясували стан здоров'я студентів педагогічного закладу вищої освіти, за даними актів медичних обстежень здійснили моніторинг і проаналізували структуру захворюваності здобувачів освіти I–II курсів ЗВО протягом 2013–2017 рр. Означене дослідження уможливило проаналізувати розподіл студентів на медичні групи, висвітлити кількість тих, що мають відхилення у стані здоров'я, а також поширеність різних груп захворювань серед студентської молоді. Встановлено, що переважна кількість студентів, які на I курсі скеровані до спеціальної медичної групи, мають офтальмологічні захворювання, на II курсі – захворювання серцево-судинної та дихальної систем. Виявлено тенденцію до зростання числа студентів, віднесених до підготовчої медичної групи [8].

Отже, констатуємо постійне зниження рівня психофізичного здоров'я учнів, збільшення серед школярів та студентів числа осіб з ослабленим здоров'ям та осіб з інвалідністю, з одного боку, та прогресуючу гіподинамію, зростаючу напруженість та інформаційну інтенсивність сучасної життєдіяльності учнівської молоді, з іншого, держава ратифі-

СУЧАСНИЙ СТАН ТА УМОВИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ СПЕЦІАЛЬНОЇ МЕДИЧНОЇ ГРУПИ

кує правових і програмно-методичних документів, орієнтованих на створення нової національної системи фізичного виховання підростаючого покоління [1].

Стратегія розвитку фізичної культури і спорту до 2028 р. (2022) регламентує цільову спрямованість державної політики у розвитку фізичної культури та спорту: збільшення кількості учнів, які займаються фізичною культурою та спортом до 80 %, підвищення тижневого обсягу рухової діяльності з урахуванням стану здоров'я.

Для якісного моніторингу рівня здоров'я тих, хто навчаються, з метою профілактики та виявлення захворювань на ранніх стадіях, були затверджені певні документи, які дали змогу грамотніше розподіляти учнів у медичні групи для занять фізичною культурою [6]. У статті 31 Основ законодавства України про охорону здоров'я Постановою Кабінету Міністрів України від 05.08.1994 р. № 532 виділено категорії населення для проходження обов'язкового огляду лікарями, однак не прописано порядок участі учнів різних медичних груп у спортивних заходах.

У закладах вищої освіти поки що нема методичних рекомендацій для організації занять фізичної культури студентів з відхиленнями у стані здоров'я. Тим часом, прийняття в Україні законодавчих документів про освіту та соціальний захист прав осіб з ослабленим здоров'ям та осіб з інвалідністю визначило активну реалізацію у закладах освіти інклюзії (розробку навчальних адаптованих програм, організацію медико-психологічного та соціального супроводу учнів), у тому числі освоєння дисципліни "Фізична культура" з використанням здоров'я-збережувальних технологій та принципів адаптивної фізичної культури (АФК), вказуючи на те, що саме її методи, форми, засоби сприятимуть підвищенню адаптаційних можливостей студентської молоді, поліпшенню психофізичного стану та зміцненню здоров'я. Таким чином, аналіз документів показав спрямованість фізичного виховання учнів з ослабленим здоров'ям та інвалідів, яким дозволено виконувати необхідний набір іспитів [4].

З метою створення умов, які забезпечують студентській молоді можливість вести здоровий спосіб життя, отримати доступ до розвиненої спортивної інфраструктури для регулярних фізкультурних занять та підвищити конкурентоспроможність українського спорту було затверджено документ "Про затвердження Концепції розвитку щоденного спорту в закладах освіти" від 27 жовтня 2021 р. Цікавими стали такі цільові напрями Концепції:

1. Посилення ролі фізичної культури у системі студентського спорту, де необхідно розв'язувати конкретні завдання щодо вдосконалення модулів з фізичної культури (підвищити якість викладання зазначених дисциплін та сформувати у студентів компетенції у фізичній культурі);

2. Удосконалення технологій інклюзивної освіти студентів СМГ через виконання завдань з дисциплін (модулів) з фізичної культури та систему студентських змагань під інтереси та потреби студентів, що належать до різних нозологічних груп; впроваджувати інноваційні методичні розробки у фізичне виховання.

Основний показник ефективної реалізації першого напрямку концепції: збільшити до 90 % кількість студентської молоді, яка регулярно займається фізичною культурою та спортом. Також на I етапі будуть розроблені оцінні показники другого напрямку: збільшення частки студентів з ослабленим здоров'ям очної форми навчання, які регулярно займаються фізичною культурою та спортом. Концепція стимулює формування мотивації громадян до здорового способу життя, створення для всіх категорій та груп населення умов для занять фізичною культурою і спортом. Варто зазначити, що в цих документах вказані лише цілі, завдання та передбачувані результати, але механізми (алгоритми) досягнення запропонованих результатів не розроблено. Таким чином, вчені та практики в галузі фізичної культури за результатами своїх науково-дослідницьких робіт свідчать про систематичне погіршення стану здоров'я студентської молоді, збільшення кількості учнів із різними захворюваннями, що вказує на недостатню ефективність як реалізації державної політики у сфері оздоровлення цієї категорії населення, загалом, так і фізичного виховання у ЗВО зокрема [7].

Також проведений аналіз нормативно-правових та інструктивно-методичних документів виявив, що в основному питання фізичного виховання учнів спеціальної медичної групи розглядається у віковій категорії до 17 років (школярів). При цьому організаційно-змістове і медико-педагогічне забезпечення фізкультурно-освітнього процесу учнів 17–21 року, тобто студентів з різними нозологіями, прописано фрагментарно, що ускладнює роботу викладачів фізичної культури з ними.

У ЗВО програмно-нормативні основи фізичного виховання складають програми з дисципліни (модулів) "Фізичне виховання" та "Спортивні ігри з методикою навчання", які розробляються на базі факультету; належать до загальної частини блоку навчального плану підготовки студентів усіх форм навчання, напрямів підготовки та спеціальностей, що реалізуються у порядку, встановленому закладом: для студентів спеціальної медичної групи, для осіб із ослабленим здоров'ям та осіб з інвалідністю. Фахівець встановлює особливий порядок освоєння дисциплін (модулів) з урахуванням психофізичного стану здоров'я. Робочі програми з навчальних дисциплін (модулів) з фізичної культури є державними документами, що визначають систему нормативних вимог до організаційно-методичного забезпечення

СУЧАСНИЙ СТАН ТА УМОВИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ СПЕЦІАЛЬНОЇ МЕДИЧНОЇ ГРУПИ

змісту фізичного виховання у ЗВО до рівня фізкультурної освіченості, фізичної підготовленості та сформованості загальних компетенцій [3].

Мета робочих програм із зазначених навчальних дисциплін – формування фізичної культури особистості, готовності та здатності спрямованого застосування засобів фізичної культури (для студентів з різними захворюваннями – засобів адаптивної фізичної культури) для зміцнення та збереження здоров'я, психофізичної підготовки і самопідготовки до професійної діяльності.

На основі цільової спрямованості робочих програм конкретизуються навчальні освітні, оздоровчі та виховні завдання, визначаються знання, вміння та навички, деталізуються універсальні компетенції та індикатори їх досягнення. Зміст обов'язкової (базової) частини фізичного виховання навчальної дисципліни “Фізична культура” забезпечує виконання вимог державного стандарту – формування компетентностей фізичної культури здобувача освіти.

Варто зазначити, що до навчальних дисциплін (модулів) з фізичної культури для студентів спеціальних медичних груп, осіб з ослабленим здоров'ям та осіб з інвалідністю включаються додаткові розділи з освоєння основної і варіативної частини робочих програм, де організаційно-методичне та теоретико-практичне супроводження освітнього процесу розробляється з урахуванням їх психофізіологічного стану, рівня фізичної підготовленості, фізкультурної грамотності. Нормативна частина навчальних дисциплін (модулів) з фізичної культури включає: визначення рівня фізичного розвитку, фізичної підготовленості, сформованості компетентностей. Основною формою освітнього процесу з фізичної культури є обов'язкові навчальні заняття (лекційні, методико-практичні, навчально-тренувальні), які реалізуються відповідно до навчальних планів.

На думку В. Дубового, недооцінена роль фізичного виховання в контексті формування соціального здоров'я особистості взагалі та майбутнього фахівця зокрема не сприяє виробленню у студентів мотивації в контексті власного становлення як майбутнього професіонала, відповідального громадянина своєї країни, а також відповідальної особистості в контексті власного стану фізичного здоров'я. Доречно зауважити, що саме поняття “соціальне здоров'я студента спеціальної медичної групи” ми розглядаємо як складну інтегровану особистісну якість, сутність якої утворює сукупність відповідних особистісних та професійних компетентностей, що розкриваються через прагнення майбутнього фахівця до максимальної самореалізації у суспільному житті, націленість на досягнення результату, здатність до забезпечення загальної та професійної комунікативності, наявність правової і громадян-

ської відповідальності і відповідальності за стан власного здоров'я [2].

Із самого визначення вищезазначеного поняття можемо бачити, що процес формування соціального здоров'я та процес збереження і зміцнення його соматичного аспекту є взаємопов'язаними і такими, що мають формуватися у синергії. Оскільки саме прагнення максимально повної самореалізації, наявність відповідальності за стан власного соматичного здоров'я, усвідомлення його значення у контексті власного становлення, особистісної і професійної реалізації спонукає студентів спеціальної медичної групи (є рушійною силою) до здійснення відповідних заходів (як у межах занять з фізичного виховання, так і в процесі самостійної роботи), що позитивно позначаються на стані соматичного здоров'я.

Саме тому, хоча ці аспекти здоров'я (соціальне та фізичне) й мають формуватися одночасно, справедливо зазначити, що соціальне здоров'я відіграє ключову роль у підвищенні мотиваційного компонента щодо збереження, зміцнення та відновлення соматичного у процесі фізичного виховання і під час самостійної роботи відповідно [1].

Фізкультурно-освітній процес здійснюється на всіх факультетах, що організуються на початку кожного навчального року на підставі результатів медичного профілактичного огляду про стан здоров'я здобувачів освіти. До спеціальної медичної групи розподіляються студенти, віднесені за станом здоров'я для занять фізичними вправами, з ослабленим здоров'ям та особи з інвалідністю. Оскільки для студентів з різними відхиленнями в стані здоров'я рекомендовано особливий порядок освоєння навчальних дисциплін (модулів) з фізичної культури, для розробки організації та змісту фізичного виховання зазначеної категорії студентської молоді враховано передовий досвід зарубіжних країн.

Висновки. Отже важливим соціально-економічним завданням держави та суспільства є зміцнення і збереження психофізичного здоров'я майбутніх фахівців, що стає пріоритетним напрямом у закладах вищої освіти у підготовці висококваліфікованих працівників. Проте значну частину студентської молоді визначено за станом здоров'я у спеціальну медичну групу для занять фізичною культурою, низку учнів звільнено від практичних занять, деякі мають особи з обмеженими можливості.

За статистичними даними, у вітчизняних ЗВО 64 % студентів 1 курсу мають низький рівень фізичної підготовленості, а за період навчання чисельність бакалаврів із різними неінфекційними захворюваннями зростає; аналізована груп учнів втрачає інтерес до рухової активності, що свідчить про недостатню ефективність фізичного виховання у закладах вищої освіти, відсутність цілісного підходу

СУЧАСНИЙ СТАН ТА УМОВИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ СПЕЦІАЛЬНОЇ МЕДИЧНОЇ ГРУПИ

до освітнього процесу студентів спеціальної медичної групи [5].

Використання інформаційно-освітнього середовища у фізичному вихованні студентів з відхиленнями у стані здоров'я є актуальним напрямом модернізації фізкультурно-освітнього процесу. Юнаки та дівчата СМГ часто пропускають заняття через хворобу, що ускладнює як своєчасне та грамотне освоєння ними теоретико-практичних знань, так і здачу заліків. Передача навчальної інформації цій категорії за допомогою відеоматеріалів дасть змогу глибоко засвоїти навчальний матеріал в індивідуальних умовах і комфортно, без стресу, здати контрольні-нормативні заліки з фізичної культури [3].

Важливо вказати, що в період стрімкого соціально-економічного розвитку суспільства та його цифровізації студентам з відхиленнями у стані здоров'я необхідні, не лише спеціальні знання та досвід діяльності корекційно-відновлювальної і фізкультурно-оздоровчої спрямованості, а й уміння добувати в інформаційному потоці знання і керувати ними для самоконтролю та грамотного розподілу фізичного навантаження за допомогою цифрових технологій, ведення здорового способу життя [8].

Сьогодні необхідно об'єднати найкращі практики фізичного виховання студентів СМГ із використанням ІКТ з метою формування компетенцій у фізкультурно-оздоровчій галузі, підвищення психофізичних кондицій молоді, виконання державного замовлення до ЗВО у підготовці фахівців компетентнісних як у професійній діяльності, так і щодо зміцнення здоров'я.

ЛІТЕРАТУРА

1. Грибан Г.П. Життєдіяльність та рухова активність студентів. Житомир : Вид-во Рута, 2009. 593 с.
2. Дубової О.В., Бабич В.І., Полулященко Ю.М., Павлюк О.М. Проблема формування соціального здоров'я студентів спеціальної медичної групи в ракурсі реформування системи освіти. *Молодь і ринок : щомісяч. наук.-пед. журн.* Дрогобич. 2017. № 11 (154). С. 56–67.
3. Інноваційні технології фізичного виховання студентів : навчальний посібник / за заг. ред. Вихляєва Ю.М. Київ : КПІ ім. Ігоря Сікорського, 2018. 543 с.
4. Основи законодавства України про охорону здоров'я: Закон України. *Відомості Верховної Ради України.* 1993. № 4. С. 19
5. Про фізичну культуру і спорт: Закон України від 24.12.1993 № 3808-ХІІ. *Відомості Верховної Ради України.* 1994. № 14. 80 с.

6. Про затвердження Стратегії розвитку фізичної культури і спорту на період до 2028 року : постанова Кабінету Міністрів України від 4 листопада 2020 р. № 1089. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1089-2020-%D0%BF#Text> (дата звернення: 04.04.2023)

7. Спортивна медицина : практикум для практичних занять та самостійної роботи студентів IV курсу медичних факультетів спеціальностей “Лікувальна справа”, “Педіатрія”, “Стоматологія” / Є.Л. Михалюк. Запоріжжя, ЗДМУ. 2018. 80 с.

8. Сороколит Н.С., Кухар М.С. Моніторинг стану здоров'я студентів I–II курсів. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова.* 2019. Вип. 3К (110). С. 533–538.

REFERENCES

1. Hryban, H.P. (2009). Zhyttiedialnist ta rukhova aktyvnyist studentiv [Living activities and motor activity of students]. Zhytomyr, 593 p. [in Ukrainian].
2. Dubovoi, O.V., Babych, V.I., Poluliashchenko, Yu.M. & Pavliuk, O.M. (2017). Problema formuvannia sotsialnoho zdorovia studentiv spetsialnoi medychnoi hrupy v rakursi reformuvannia systemy osvity [The problem of the formation of social health of students of a special medical group in the perspective of reforming the education system]. “Youth and the market”: Monthly scientific and pedagogical journal. Drohobych, Vol. 11 (154). pp. 56–67. [in Ukrainian].
3. Vykhliaiev, Yu.M. (2018). Innovatsiini tekhnologii fizychnoho vykhovannia studentiv [Innovative technologies of physical education of students]. Igor Sikorsky Kyiv Polytechnic Institute. Kyiv, 543 p. [in Ukrainian].
4. Osnovy zakonodavstva Ukrainy pro okhoronu zdorovia [Law of Ukraine Fundamentals of Ukrainian legislation on health care]. (1993). *Information of the Verkhovna Rada of Ukraine.* No. 4, Art. 19 [in Ukrainian].
5. Pro fizychnu kulturu i sport [Law of Ukraine About physical culture and sports]. No. 3808-XII (1993, December 24). *Information of the Verkhovna Rada of Ukraine.* No. 14, 80 p. [in Ukrainian].
6. Pro zatverdzhennia Stratehii rozvytku fizychnoi kultury i sportu na period do 2028 roku [On the approval of the Strategy for the development of physical culture and sports for the period until 2028]. No. 1089 (2020, November 4). Resolution of the Cabinet of Ministers of Ukraine. Available at: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1089-2020-%D0%BF#Text> (Accessed 04 April 2023) [in Ukrainian].
7. Mykhaliuk, Ye.L. (2018). Sportyvna medytsyna [Sports medicine]. Zaporizhzhia, 80 p. [in Ukrainian].
8. Sorokolit, N.S. & Kukhar, M.S. (2019). Monitorynh stanu zdorovia studentiv I–II kursiv [Health monitoring of students of the 1st – 2nd years]. *Scientific journal of the Mykhaylo Drahomanov National Pedagogical University.* Vol. 3K (110), pp. 533–538. [in Ukrainian].

Стаття надійшла до редакції 03.04.2023



“Світ відчиняє двері перед тим, хто знає, куди йде”.

Ральф Волдо Емерсон
американський есеїст, поет і філософ

