

---

# ОЗДОРОВЧО-РЕКРЕАЦІЙНА РУХОВА АКТИВНІСТЬ У СИСТЕМІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ З ВАДАМИ СЛУХУ

---

*Анна Оріховська*

---

**Аннотация.** В статье проанализировано современное состояние, цели и основные задачи оздоровительно-рекреационной двигательной активности в системе физического воспитания студенческой молодежи с нарушениями слуха. Полноценное становление студентов, имеющих нарушения слуха, невозможно без участия в оздоровительно-рекреационной деятельности, ее эффективность в свете реформ в области физической культуры и спорта приобретает особую значимость, что обеспечивает не только необходимый объем суточной двигательной активности, но и коррекцию отклонений различных сфер деятельности. Цель исследования заключается в том, что на основе анализа и обобщения научно-методической литературы и полученных данных в ходе педагогического эксперимента исследовать особенности двигательной активности исследуемого контингента. К участию в исследовании привлечено около 65 студентов с нарушениями слуха. Экспериментальная база исследования – Национальный университет физического воспитания и спорта Украины, Полтавский институт экономики и права Открытого международного университета развития человека «Украина». Оценка уровня двигательной активности студенческой молодежи с нарушениями слуха по Фремингемской методике позволит обосновать содержательные и организационно-методические особенности оздоровительно-рекреационных занятий.

**Ключевые слова:** оздоровительно-рекреационная двигательная активность, студенты с нарушениями слуха, физическая рекреация.

**Abstract.** The article analyzes the current state, goals and main tasks of health-related and recreational motor activity in the system of physical education of students with hearing disorders. Full-fledged formation of students with hearing disorders is impossible without participation in health-related and recreational activities, its effectiveness in the light of reforms in the field of physical culture and sports acquires special significance, which provides not only the necessary volume of daily motor activity, but also the correction of deviations in various fields of activity. The purpose of the research is to study the features of the motor activity of the examined contingent on the basis of the analysis and generalization of the scientific and methodological literature and the data obtained during the pedagogical experiment. About 65 students with hearing disorders were involved in the study. Experimental research base the National University of Physical Education and Sport of Ukraine, the Poltava Institute of Economics and Law of the Open International University of Human Development "Ukraine". Evaluation of the level of motor activity of students with hearing disorders according to the Framingham method will make it possible to substantiate the informative and organizational-methodological features of health-related and recreational activities.

**Keywords:** health related recreative motor activity, students with hearing disorders, physical recreation.

**Постановка проблеми. Аналіз останніх досліджень і публікацій.** В умовах стійкої тенденції прогресивного погіршення здоров'я студентської молоді з особливими потребами здоров'язбереження у вищих навчальних закладах стає нагальною необхідністю сьогодення [1, 3, 5]. В останні десятиріччя у європейських країнах світу спеціально організована рухова активність студентів із нозологічними особливостями фізичного, сенсорного розвитку розглядається як потужний засіб зміцнення здоров'я молоді, створення умов для покращення ефективності навчальної діяльності, раціональної організації дозвілля та підвищення якості життя у цілому. Аналіз світового досвіду та результатів наукових досліджень свідчить, що в Україні ефективним напрямом підвищення рівня рухової активності студентської молоді з особ-

ливими потребами є вдосконалення системи оздоровчо-рекреаційної рухової активності [1, 5, 8]. Внаслідок дії певних об'єктивних і суб'єктивних чинників недооцінюються можливості оздоровчо-рекреаційної рухової активності у веденні здорового способу життя та зміцненні здоров'я молоді з особливими потребами, а також у вирішенні інших соціально-економічних проблем суспільства [3, 4].

Актуальність дослідження пов'язана з тим, що вагома частка населення світу – люди з особливими потребами. В Україні налічується майже 3 млн. осіб з інвалідністю. За останні 15 років кількість осіб з особливими потребами, які сьогодні здобувають вищу освіту у навчальних закладах нашої країни, зросла приблизно у двічі: з 600 тис. до 1 600 317 чоловік.

Гуманістичний напрям сучасної освітньої ситуації, реформування системи освіти та виховання, вирішення соціально-педагогічних завдань, що стосуються питань інтегрованості, соціалізації студентської молоді з обмеженими можливостями, потребують у реаліях сьогодення в українському суспільстві змінити кут зору в парадигмі сприйняття: розглядати молоду людину з обмеженими можливостями у фокусі інтегрованого комплексного підходу, який забезпечує дотримання її прав, основних свобод і гідності.

Педагогічні аспекти навчання та виховання студентів з порушеннями слуху, а також окремі специфічні для них методи та прийоми роботи відображено у працях багатьох учених. На сьогодні існують наукові дослідження, присвячені вирішенню соціальної адаптації студентів з інвалідністю. Так, у роботах Л. О. Акимової розглянуто стратегію соціальної адаптації дітей і молоді з обмеженими можливостями засобами адаптивної рухової рекреації; Н. Г. Байкіною розроблено методіку спеціальної корекційної роботи з урахуванням структури вади та індивідуальних особливостей дітей і підлітків з порушенням слуху; основи корекційної педагогіки і соціальної реабілітації представлено у працях Л. І. Аксьонова, Б. А. Архипова, Л. С. Виготського; у наукових розробках Л. Д. Ходи презентовано методологію соціальної інтеграції нечуючих студентів різними видами адаптивної фізичної культури. Проте недостатньо вивченою залишається сфера оздоровчо-рекреаційної рухової активності у системі фізичного виховання студентської молоді з вадами слуху.

Результати сучасних наукових пошуків, широкий спектр досліджень, присвячених вивченню ролі рухової активності для зміцнення здоров'я молодого покоління з особливими потребами, підвищення якості та тривалості їх життя, а також питання особливостей практичного застосування оздоровчо-рекреаційних заходів у системі фізичного виховання студентської молоді різних нозологічних груп, довели статистично достовірні позитивні зміни за показниками підвищення психофізичного, соціального та морального розвитку, отримання задоволення від систематичної рухової активності, організації здорового дозвілля. Урахування особливостей реалізації процесів соціальної адаптації, реабілітації та інклюзії у студентів з вадами, їхніх вікових та сенсорних особливостей та багаторівневої структури проблеми дозволить підібрати активні заходи, що в результаті сприятимуть їх всебічній інтеграції у суспільстві й формування мотиваційно-ціннісних орієнтацій на здоровий спосіб життя [1, 3].

Тематичний діапазон наявних досліджень доволі значний і спрямований на вирішення різно-

манітних питань, проте важливими залишаються подальше узагальнення та адаптація сучасних підходів до організації оздоровчо-рекреаційної рухової активності студентської молоді з вадами слуху, що врахують сучасні умови навчання у вищих навчальних закладах (ВНЗ), а також особливості залучення до рухової активності в палітрі конкретних умов (політико-економічних, соціально-психологічних, навчально-виховних, матеріально-технічних, природно-географічних) з урахуванням традицій ВНЗ та фахової спеціалізації викладачів [1–3].

Роботу виконано згідно із темою кафедри здоров'я, фітнесу та рекреації НУФВСУ «Теоретико-методологічні засади оздоровчо-рекреаційної рухової активності різних груп населення» (номер держреєстрації 0116U001630).

**Мета дослідження** полягає у тому, що на основі аналізу, узагальнення, порівняння науково-методичної літератури та отриманих даних необхідно дослідити особливості рухової активності студентської молоді з вадами слуху.

**Результати дослідження та їх обговорення.** Складність наукового обґрунтування педагогічного та соціально-виховного потенціалу оздоровчо-рекреаційної сфери відмічається багатьма ученими [1, 2].

Оздоровчо-рекреаційна рухова діяльність відзначається динамізмом, різноманіттям форм, напрямів, універсальністю їх використання, орієнтованих на максимальне задоволення потреб студентської молоді з вадами, створення культурного простору в соціумі з притаманною стійкістю й рухливістю, що дозволяє поєднувати можливості особистісної автономності, свободу вибору та самовизначення молоді. При цьому можна також підібрати індивідуальну траєкторію розвитку з урахуванням здібностей, можливостей, психологічних особливостей студентів з вадами слуху, змістовно наповнити їхній вільний час з орієнтацією на здоровий спосіб життя [1, 3, 5]. Багатогранність форм дозвілля як специфічної сфери діяльності студентів зумовлює наявність великої кількості різноманітних її функцій. Аналіз наукової проблематики свідчить, що базовими соціокультурними функціями є розвиваюча, рекреаційна та розважальна. При цьому специфіка вияву розвиваючої функції полягає в тому, що на відміну від навчального процесу студентів з вадами слуху у ВНЗ, у дозвіллі вона реалізується в ході рекреаційної і розважальної діяльності.

Враховуючи багатовекторність форм дозвілля, встановлено, що оздоровчо-рекреаційна спрямованість передових систем фізичного виховання є основою здорового способу життя молодого покоління. Разом із відмовою від шкідливих звичок, раціональним харчуванням, сприятливою еколо-

гічною ситуацією, оптимальним співвідношенням праці та відпочинку вона є чинником, що сприяє вдосконаленню психофізичної підготовки студентів з обмеженими можливостями до активного життя і професійної діяльності, покращує розвиток інтелектуально-творчого потенціалу, орієнтована на ефективне використання збережених аналізаторів і функцій із компенсаторно-корекційним навантаженням, розширює світогляд та зумовлює рівень опанування студентською молоддю знань, умінь і навичок, впливає на відповідну їх освіченість та інтеграцію у суспільство.

Принциповим аспектом є приведення у відповідність до реалій сьогодення системи оздоровчо-рекреаційної діяльності студентів та відхід від традиційних стереотипів, що не дозволяють досягти поставленої мети – соціалізації особистості, яка сприяє індивідуальному розвитку та самореалізації молодого покоління в інтересах особистості та суспільства.

За результатами численних наукових досліджень [1, 3, 7, 9] встановлено, що останнім часом на тлі інтенсифікації навчального процесу у ВНЗ студенти з вадами слуху страждають від негативних наслідків науково-технічного прогресу, нерациональної організації навчально-виховної діяльності, відносної свободи студентського життя, проблем у соціальному та міжособистісному спілкуванні. Спостерігається також тенденція до зниження обсягу рухової активності [1, 3, 6]. Постійний дефіцит рухової активності в режимі життя студентів стає загрозою їхньому здоров'ю та нормальному функціонуванню.

Нами було проведено дослідження структури добової рухової активності студентської молоді з вадами слуху із застосуванням Фремінгемської методики. Добовий індекс фізичної активності обстежуваного контингенту становить у юнаків у середньому 30,34 бала та 30,68 бала у дівчат, що не відповідає встановленим нормам рухової активності. Враховуючи те, що оптимальним показником індексу фізичної активності є значення, яке відповідає 42 балам, що передбачає восьмигодинну тривалість базового рівня, восьмигодинну тривалість сидячого, двогодинну тривалість рівня малої фізичної активності та тригодинну тривалість рівня високої активності [6], кількісна оцінка добового бюджету часу студентів показала, що приблизно 75 % загального обсягу добової рухової активності становила звичайна (побутова) рухова активність, тобто всі види рухів, спрямовані на задоволення природних потреб людини, а також навчальна та виробнича діяльність.

На підставі отриманих даних було підтверджено наявну проблему гіподинамії серед представників студентської молоді з вадами слуху. Слід відмітити протиріччя у молоді між вербальним рівнем

знань про користь рухової активності й реальним її фізичним рівнем, переоцінку побутової і виробничої рухової активності, відсутність відповідальності за власний стан здоров'я. Встановлено, що студенти практично половину вільного часу проводять, відпочиваючи у статичному положенні лежачи або сидячи під час перегляду телепередач; воліють переміщатися транспортними засобами; у них фактично втрачений інтерес до самостійних занять рекреаційною руховою активністю. Із цього можна констатувати, що рівень рухової активності студентів із вадами слуху низький і потребує включення до режиму дня заходів, спрямованих на підвищення рухової активності, що відповідає середньому, і особливо, високому рівням.

Сьогодні більшість навчальних закладів культивують певне коло видів оздоровчо-рекреаційної діяльності, що часто не відповідає потребам, інтересам студентів, тому мотивація до такої діяльності в обстежуваного контингенту переважно внутрішня, що ускладнює зовнішнє мотивування і у подальшому призводить до гіподинамії, збільшення нервово-психічної втоми, певної замкнутості та соціальної дезадаптації [5, 6, 9].

За рахунок соціальної інтеграції осіб з інвалідністю засобами фізичної рекреації можна забезпечити не лише зміцнення здоров'я, корекцію рухових, емоційних, соціальних відхилень, розвиток комунікативних здібностей тощо, а й формування мотиваційних орієнтацій на здоровий спосіб життя.

Пріоритет оздоровчої спрямованості фізичної культури, закріплений у державно-правових і законодавчо-нормативних документах, вимагає застосування в системі фізичного виховання студентської молоді новітніх технологій підвищення рівня їхньої рухової активності, зокрема, організації дозвіллевої діяльності, що матиме оздоровчо-рекреаційну спрямованість [2, 3, 5].

Проблема організації вільного часу студентів із вадами слуху відзначається великою складністю й суперечливістю. Значний обсяг неорганізованого вільного часу молоді і невміння розпорядитися ним нерідко призводить їх до серйозних соціальних проблем. По-перше, маючи можливість вибрати заняття на дозвіллі за власним бажанням, вона часто не готова до усвідомленого вибору видів діяльності, що сприяють повноцінному формуванню особистості. По-друге, прагнучи до самостійності у виборі форм використання дозвілля, студенти обмежені певним колом соціальних ролей. По-третє, зазвичай, молоді люди сприймають дозвілля тільки як час пасивного відпочинку, розваг. Саме тому організація їхнього дозвілля дуже складна, багатоступенева та досить суперечлива [3, 5, 9].

Організація оздоровчо-рекреаційної діяльності молоді з вадами слуху в системі фізичного вихо-

вання студентів ВНЗ передбачає дотримання єдності мети, завдань, методів, засобів і форм організації рухової активності під час дозвілля, спрямованих на зміцнення їхнього здоров'я, всебічний психофізичний розвиток, підвищення розумової та фізичної працездатності та основних професійних компетенцій майбутніх фахівців, формування у них філософії здорового способу життя шляхом опосередкованого та безпосереднього впливу на її складові, що полягають у раціональній організації вільного часу, задоволенні природної потреби в достатній руховій активності, отриманні задоволення від змістовного проведення [3, 5, 6, 8].

Зазначимо, що аналіз програмно-нормативних документів із функціонування системи фізичного виховання студентів з особливими потребами українських ВНЗ показав, що, незважаючи на акцентовану увагу з боку держави до фізичної культури, зафіксовану у відповідних постановах та законодавчих базах, фактично не вирішено проблему збереження та зміцнення здоров'я молоді з особливими потребами через недостатню розробку механізмів їх реалізації та контролю. На сьогодні спостерігається застаріла матеріально-технічна база; не розроблений зміст програмного матеріалу; низький рівень використання новітніх технологій рухової активності у навчальному процесі; неефективне планування позанавчальної діяльності, як наслідок – нецікаві форми роботи для студентської молоді, формальні, уніфіковані підходи до планування оздоровчо-рекреаційних заходів, відсутність упорядкованої системи проектування позанавчальної діяльності з фізичної рекреації, що знижує ефективність залучення студентів до занять у позанавчальний час. Сучасна державна соціально-культурна політика не тільки не реалізує конкретні цілі, а й навіть не має чітко сформованих орієнтирів і продуманої стратегії у даному напрямі [3, 5, 6].

Все це свідчить про те, що виникла необхідність створення якісно нового рівня освітніх і рекреаційно-дозвільних послуг з використанням новітніх технологій і технологічних досягнень цивілізації; формування умов для широкого доступу і залучення молоді з вадами слуху до культурних цінностей; створення умов для здорового способу життя молоді [1, 3, 8–10].

Досягнення мети фізичної рекреації в системі фізичного виховання студентів з вадами слуху в умовах ВНЗ має забезпечуватися комплексним вирішенням оздоровчих, освітніх і виховних завдань у процесі дозвільної діяльності.

Для студентської молоді основними завданнями, що мають бути вирішені в процесі рекреаційної діяльності, є такі:

- *оздоровчі*: зміцнення здоров'я засобами фізичної рекреації; формування свідомої потреби в

підтриманні високого рівня фізичної та розумової працездатності, самоорганізації здорового способу життя;

- *освітні*: оволодіння теоретичними знаннями про самостійну організацію рухової активності під час дозвілля; оновлення та доповнення теоретичних відомостей про вплив засобів фізичної рекреації на організм; формування системного комплексу знань, теоретичних основ і практичних навичок для реалізації потреби молоді в руховій активності та фізичному вдосконаленні на виробництві, у побуті, в сім'ї; оволодіння новими руховими вміннями та навичками з різних видів оздоровчо-рекреаційної рухової активності, удосконалення та модифікація попередньо сформованих навичок;

- *виховні*: підвищення рівня фізичної підготовленості; удосконалення психомоторних здібностей, що забезпечують високу продуктивність професійно-технічних дій; створення умов для повної реалізації творчих здібностей студентів; встановлення соціальних контактів у рамках неформального спілкування (розширити коло спілкування, знайти нових товаришів, друзів); моральне, естетичне, духовне удосконалення та подальший розвиток особистості під час дозвілля, організованого на засадах сучасних загальнонаукових і спеціальних технологій у галузі теорії, методики і практики оздоровчо-рекреаційної рухової активності [3, 5–8].

Передбачаємо, що у процесі планування змісту та форм оздоровчо-рекреаційної діяльності студентів необхідно враховувати структуру їхньої мотивації до участі в оздоровчо-рекреаційних заходах.

Швидких результатів досягнення поставленої мети через реалізацію окреслених завдань оздоровчо-рекреаційної рухової активності у системі фізичного виховання студентської молоді з вадами слуху очікувати не можна, тому що оптимізація емоційної, когнітивної сфери особистості впливає на стан систем організму (нервової, імунної та ендокринної) опосередковано, а часовий фактор отримання оздоровчо-рекреаційного ефекту визначається об'єктивними характеристиками протікання фізіологічних процесів в організмі.

Педагогічним результатом впровадження оздоровчо-рекреаційних програм слід вважати: позитивну динаміку особистісних ресурсів студентів – фізичної та психічної адаптації, працездатності, нервово-психічної саморегуляції, свідомого проектування власної навчально-професійної діяльності на основі цінності здоров'я; зменшення рівня захворюваності; домінування позитивних емоцій; впевненість у собі, у власних силах, стійка адекватна самооцінка; сформованість здорового способу життя, накопичення студентами досвіду

оздоровчо-рекреаційної діяльності, формування здоров'язберігаючої компетентності [2, 7, 9].

**Висновки.** На основі аналізу та узагальнення науково-методичної літератури та отриманих у ході педагогічного експерименту даних було підтверджено наявну проблему низької рухової активності студентської молоді з вадами слуху. Серед основних причин її зниження можна назвати: неправильну організацію навчально-виховного процесу, перевантаження навчальними заняттями, відсутність раціонально організованого дозвілля, зменшення кількості часу на організовані форми фізкультурно-оздоровчої роботи у вищому навчальному закладі.

Узагальнюючи та систематизуючи сучасні наукові дані, ми прийшли до висновку, що оздоровчо-рекреаційна діяльність сприяє залученню молоді з вадами слуху в соціум із засвоєнням норм поведінки, психологічних механізмів, соціальних цінностей, набуттям якостей, необхідних для успішного функціонування в суспільстві, і сприяє підвищенню самооцінки, самореалізації, самови-

раження, самовдосконалення та реалізації рівних прав і можливостей, формуванні відчуття особистісної значущості та повноцінності. Тому ціннісне поле оздоровчо-рекреаційної рухової діяльності необхідно ширше застосовувати в повсякденній діяльності студентської молоді з вадами слуху та в умовах ВНЗ, щоб у їхньому житті рекреаційна діяльність займала пріоритетне місце.

Планування, конкретизація та комплексне вирішення оздоровчих, виховних та освітніх завдань у системі фізичного виховання студентів з вадами слуху під час дозвілля в умовах ВНЗ, що ґрунтується на врахуванні їхніх домінуючих потреб і мотиваційних тенденцій, сприятиме формуванню природного потягу до активного та змістовного проведення дозвілля, стане вагомим підґрунтям для формування філософії здорового способу життя.

**Подальші дослідження** будуть спрямовані на розробку програми занять із використанням засобів оздоровчо-рекреаційної рухової активності для студентів з вадами слуху в умовах вищого навчального закладу та оцінку її ефективності.

## Література

1. Андрєєва О. В. Теоретико-методологічні засади рекреаційної діяльності різних груп населення: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня доктора наук з фіз. виховання та спорту : 24.00.02 / О. В. Андрєєва. – К., 2014. – 44 с.
2. Безверхня Г. В. Фактори, що впливають на вибір видів дозвілля людини / Г. В. Безверхня // Спорт. вісн. Придніпров'я. – 2009. – № 2–3. – С. 6–60.
3. Бойко Г. М. Види оздоровчо-рекреаційної рухової активності: навч. посіб. / Г. М. Бойко. – К.: Талком, 2014. – 165 с.
4. Евсеев С. П. Теория и организация АФК / С. П. Евсеев. – М.: Сов. спорт, 2007. – 448 с.
5. Кашуба В. А. Современные подходы к здоровьесбережению студентов в процессе физического воспитания / В. А. Кашуба, С. М. Футорный, Е. В. Андреева // Физ. воспитание студентов. – 2012. – № 2. – С. 50–58.
6. Круцевич Т. Ю. Рекреация у фізичній культурі різних груп населення : навч. посіб. / Т. Ю. Круцевич, Г. В. Безверхня. – К.: Олімп. л-ра, 2010. – 248 с.
7. Основные положения физической рекреации в высшем учебном заведении / В. П. Зайцев, С. В. Манучарян, С. И. Крамской // Физ. воспитание студентов. – 2010. – № 1. – С. 46–48.
8. Пилипей Л. П. Стан рекреаційної активності студентів вищих навчальних закладів на сучасному етапі / Л. П. Пилипей // Педагогіка, психологія та медико-біол. пробл. фіз. виховання і спорту: зб. наук. праць / за ред. С. С. Єрмакова. – Х.: ХДАДМ, 2012. – № 8. – С. 17–19.
9. Фізична рекреація: навч. посіб. / [за ред. проф. Є. Приступи]. – Львів, 2010. – 113 с.
10. Юрчишин Ю. В. Технологія залучення студентів до рухової активності оздоровчої спрямованості у процесі фізичного виховання: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з фіз. виховання і спорту : 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення» / Ю. В. Юрчишин. – К., 2012. – 21 с.

## Literature

1. Andreieva O. V. Theoretico-methodical bases of recreational activity of different population groups: author's abstract for Doctoral degree in Physical Education and Sport: 24.00.02 / O. V. Andreieva. – Kyiv, 2014. – 44 p.
2. Bezverkhnia H. V. Factors influencing selection of leisure activities / H. V. Bezverkhnia // Sportyvnyi visnyk Prydniprovia. – 2009. – N 2–3. – P. 6–60.
3. Boyko G. M. Types of health related and recreative motor activity: teaching guide / G. M. Boyko. – Kiev: Talkom, 2014. – 165 p.
4. Yevseyev S. P. Theory and organization of AFK / S. P. Yevseyev. – Moscow: Sov. sport, 2007. – 448 p.

5. *Kashuba V. A.* Modern approaches to student health preservation in the course of physical education / V. A. Kashuba, S. M. Futorny, E. V. Andreyeva // *Fiz. vospitaniye studentov.* – 2012. – N 2. – P. 50–58.
6. *Krutsevych T. I.* Recreation in physical culture of different population groups : teaching guide / T. I. Krutsevych, H. V. Bezverkhnia. – Kyiv: Olimpiyska literatura, 2010. – 248 p.
7. *Main provisions of physical recreation in higher educational institution* / V. P. Zaytsev, S. V. Manucharyan, S. I. Kramskoy // *Fiz. vospitaniye studentov.* – 2010. – N 1. – P. 46–48.
8. *Pylypey L. P.* State of student recreational activity at the current stage / L. P. Pylypey // *Pedahohika, psykholohiia ta medyko-biologichni problemy fizychnoho vykhovania i sportu.* – Kharkiv: KDADM, 2012. – N 8. – P. 17–19.
9. *Physical recreation: teaching guide* / [edited by I. Prystupa]. – Lviv, 2010. – 113 p.
10. *Iurchyshyn I. V.* Technology of student involvement in motor activity of health-related character in the process of physical education: author's abstract for Ph.D. in Physical Education and Sport: 24.00.02 «Physical culture, physical education of different population groups» / I. V. Iurchyshyn. – Kyiv, 2012. – 21 p.

Національний університет фізичного виховання і спорту України, Київ

Надійшла 22.01.2017