

---

# ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ, ФІТНЕС І РЕКРЕАЦІЯ. ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ РІЗНИХ ГРУП НАСЕЛЕННЯ. ФІЗИЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ

---

## СТРУКТУРА ТА ЗМІСТ ТЕХНОЛОГІЇ ФОРМУВАННЯ РЕКРЕАЦІЙНОЇ КУЛЬТУРИ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

---

*Олена Андрєєва, Олексій Садовський*

**Аннотация.** Исследования посвящены обоснованию и разработке технологии формирования рекреационной культуры студентов для эффективного решения задач привлечения молодежи к регулярным рекреационно-оздоровительным занятиям. Разработано и обосновано содержание и эффективность способов количественной оценки рекреационной культуры студенческой молодежи. Расширено представление о структуре свободного времени и общекультурных интересах студентов, определены количественные и качественные характеристики использования свободного времени студенческой молодежи, структура внешних и внутренних факторов, влияющих на формирование рекреационной культуры.

Теоретически обоснована технология формирования рекреационной культуры студентов для эффективного решения задач привлечения молодежи к регулярным занятиям физическими упражнениями, учитывающая социально-психологические, педагогические и организационные предпосылки разработки и предусматривающая функциональное взаимодействие определенных структурных элементов, разработаны организационно-методические условия ее реализации в условиях высшего учебного заведения.

**Ключевые слова:** рекреационная культура, студенты, физическое воспитание, свободное время, досуг, оздоровительно-рекреационная двигательная активность.

**Abstract.** The studies address substantiation and development of technology of recreational culture formation in students for the effective decision of problems of attracting youth to regular recreational and health-related activities. The content and effectiveness of methods for quantitative evaluation of the recreational culture of student youth have been developed and substantiated. The notion about the structure of free time and general cultural interests of students has been expanded, quantitative and qualitative characteristics of free time usage by student youth and the structure of external and internal factors affecting the formation of recreational culture have been determined.

The technology of recreational culture formation in students for the effective decision of problems of attracting youth to regular physical activities, taking into account socio-psychological, pedagogical and organizational prerequisites of development and envisaging functional interaction of certain structural elements has been theoretically proved, organizational-methodical conditions of its realization in the conditions of a higher educational institution have been developed.

**Keywords:** recreational culture, students, physical education, free time, leisure activity, health related and recreational motor activity.

**Постановка проблеми. Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Студентський вік – це специфічний стан становлення особистості, пов'язаний зі стадією розквіту її фізичних та духовних можливостей, адже в цей період відбуваються інтенсивна соціалізація особистості та розуміння вагомості свого інтелектуального та фізичного розвитку як передумови успішної фахової підготовки до майбутньої творчої праці й щасливого особистого життя [8]. Як стверджують учені [4, 8–10], саме у вищому навчальному закладі (ВНЗ) необхідно залучати студентів не тільки до регламентованих розкладом занять, а й формувати у них культуру дозвілля, оскільки у цей час формується

основне бачення ідеалу проведення дозвілля. На думку багатьох фахівців [1, 2, 6], процесу фізичного виховання у ВНЗ притаманні безліч вагомих засобів, правильна структуризація та використання яких дасть можливість впливати на формування культури вільного часу студентської молоді. Проте проведений аналіз практичного досвіду свідчить про невідповідність рекреативної діяльності сучасних студентів її потенційним можливостям, що зумовлено відсутністю у ВНЗ рекреативних програм, проектів, недостатньою залученістю студентів до різних видів і форм дозвілля; неналежною професійною підготовкою та мотивацією педагогів до її організації та проведення; відсут-

ністю партнерської співпраці між ВНЗ та дозвіл-левими установами в її організації і проведенні. Незважаючи на інтенсивні багатофакторні дослідження культури дозвілля та вільного часу, вирішенню завдань формування рекреаційної культури в процесі фізичного виховання студентської молоді приділено недостатньо уваги.

На думку багатьох провідних фахівців, підвищення рівня рекреаційної культури студентів сприятиме організації різноманітних форм відпочинку та відновлення, створенню умов для повної самореалізації у сфері активного дозвілля [3, 4]. Результати теоретичного аналізу свідчать, що проблема формування рекреаційної культури студентської молоді в процесі фізичного виховання є недостатньо вивченою і потребує глибшого дослідження. Тому наукові розвідки, спрямовані на вивчення шляхів підвищення ефективності використання оздоровчо-рекреаційної рухової активності із метою оздоровлення та раціональної організації вільного часу студентської молоді, є надзвичайно актуальними.

Враховуючи актуальність проблеми, її недостатню розробленість у теорії і практиці фізичного виховання ВНЗ, протиріччя між потенційними можливостями фізичного виховання у формуванні рекреаційної культури студентів і станом сучасної практики, відсутністю технології її формування, було визначено напрям дослідження.

Дослідження виконано згідно з планом наукової роботи НУФВСУ на 2016–2020 рр. відповідно до теми кафедри здоров'я, фітнесу та рекреації «Теоретико-методологічні засади оздоровчо-рекреаційної рухової активності різних груп населення» (номер держреєстрації 0116U001630) та теми кафедри теорії і методики фізичного виховання «Теоретико-методичні основи вдосконалення програмно-нормативних засад фізичної підготовки дітей, підлітків і молоді» (номер держреєстрації 0116U001626).

**Мета дослідження** – обґрунтувати та розробити технологію формування рекреаційної культури студентської молоді в процесі фізичного виховання в умовах ВНЗ, яка сприятиме залученню студентів до рухової активності, раціональної організації вільночасової діяльності та покращення показників фізичного стану молоді.

**Методи дослідження:** теоретичний аналіз та узагальнення спеціальної науково-методичної літератури, аналіз законодавчих і нормативних документів України, що регламентують розвиток оздоровчо-рекреаційної рухової активності, метод педагогічного спостереження, педагогічний експеримент, метод експертної оцінки, математичної статистики.

**Результати дослідження та їх обговорення.** У дослідженні брали участь 102 студенти Київ-

ського національного лінгвістичного університету. З огляду на розмаїття підходів до визначення поняття «рекреаційна культура» нами було систематизовано наявні у фаховій літературі розробки. Узагальнення теоретичних положень про формування сучасного змісту поняття «рекреаційна культура» дозволило на основі доповнення наявних трактувань уточнити дефініцію: «Рекреаційна культура – сукупність засвоєних форм людської поведінки, отриманих знань і видів діяльності, орієнтованих на задоволення фізичних, духовних і соціальних потреб особи у вільний час на основі використання засобів оздоровчо-рекреаційної рухової активності», та визначити підходи до її оцінювання. У результаті теоретичного аналізу фахової літератури встановлено, що основними компонентами рекреаційної культури є показники фізичного та психоемоційного стану, рівень теоретичних знань, рухової активності, мотиваційні пріоритети студентської молоді. Визначені показники досліджувалися нами у констатуючому експерименті.

Оцінка мотивації студентів до оздоровчо-рекреаційних занять показала, що її рівень серед дівчат – виражений середньо (98,47 бала), серед хлопців – провідний (107,74 бала). Пріоритетними мотивами до занять фізичними вправами у хлопців є: задоволення від руху (8,56 бала); позитивні емоції (8,37 бала); спілкування (8,14 бала); самовдосконалення (7,86 бала); домінування (7,63 бала); ігри та розваги (7,58 бала). Серед дівчат: задоволення від руху (8,64 бала); позитивні емоції (7,88 бала); рухова активність (7,56 бала); самовдосконалення (7,37 бала); повинності (7,29 бала); звички (7,17 бала).

Аналіз ступеня задоволеності студентів якістю організації процесу фізичного виховання свідчить, що більшість опитуваних швидше не задоволені, ніж задоволені цим процесом. Серед тих, хто зовсім не задоволений, майже п'ята частина (19,5 %) юнаків та четверта частина дівчат (26,3 %). З урахуванням відповіді «швидше не задоволені» кількість таких респондентів перевищує 50 %, що свідчить про нагальну необхідність розробки заходів, спрямованих на вдосконалення процесу організації оздоровчо-рекреаційної діяльності у ВНЗ.

Аналізуючи конкретні цінності юнаків і дівчат, слід відмітити практично однакове їх значення за такими показниками, як здоров'я, активне діяльне життя, матеріально забезпечене життя, суспільне визнання, наявність вірних друзів. Серед пріоритетних абстрактних цінностей юнаки і дівчата виділяють любов, розвиток, впевненість у собі, пізнання. Варто зазначити, що істотні відмінності між юнаками та дівчатами визначаються у домінуванні таких понять, як свобода і щастя інших. Подібність у провідних мотивах і домінуючих житте-

**Таблиця 1** – Показники рівня рухової активності студентів, хв,  $\bar{x} \pm S$ 

Стать	Рівень рухової активності				
	базовий	сидячий	малий	середній	високий
Юнаки (n = 42)	519 ± 50,5	427 ± 28,2	355 ± 30,3	105 ± 10,4	34 ± 3,7
Дівчата (n = 60)	517 ± 48,7	420 ± 31,8	349 ± 32,0	134 ± 12,5	22 ± 2,2

вих цінностях у групах юнаків і дівчат може свідчити про відсутність яскраво вираженої гендерної поляризації в питаннях життєвого самовизначення студентської молоді. Нашими дослідженнями встановлено, що студенти не мають уявлення про ціннісну значущість рекреаційної культури, дозвільної сфери, її потенціал і обмежуються лише тим, що вона може бути інструментом для покращення їхнього здоров'я.

Дослідження добового режиму дня студентів свідчить про правильну і раціональну його організацію лише у незначній кількості опитаних. Встановлено, що тільки у 32,4 % дівчат і 38,5 % юнаків тижневий обсяг спеціально організованої рухової активності відповідає мінімально необхідному рівню. Разом з цим відмічається, що обсяг спеціально організованої рухової активності у більшості студентів надзвичайно малий (табл. 1). Багато часу вони витрачають на звичну рухову активність, тобто всі види рухів спрямовані на задоволення природних потреб та навчальну діяльність. Для підвищення рухової активності студентів мають бути враховані їхні пріоритети у виборі форм, видів, змісту й організації оздоровчо-рекреаційної діяльності.

Проведені дослідження рівня фізичної робото-здатності студентської молоді свідчать, що у дівчат переважає середній (45,0 %) та задовільний рівні (41,7 %), а у юнаків – задовільний (52,4 %). Аналізуючи отримані результати, можна зробити висновок, що у студентів найвищим є середній рівень фізичного здоров'я (50,0 % – у юнаків; 60,0 % – у дівчат). Серед обстежуваного контингенту взагалі немає осіб, які мали високий рівень фізичного здоров'я, проте у 31,0 % юнаків та 11,3 % дівчат спостерігається вищий за середній (безпечний) рівень. Позитивним моментом можна вважати відсутність низького рівня здоров'я у юнаків та загалом незначний відсоток його у дівчат (6,7 %). Показники фізичного здоров'я студентів подано у таблиці 2.

Показники самопочуття, активності та настрою у юнаків і дівчат свідчать про досить низький рівень (від  $3,74 \pm 0,91$  до  $4,64 \pm 0,61$  ум. од.) і не мають достовірних відмінностей ( $p > 0,05$ ). Їх зниження пояснюється наявністю стресових факторів, збільшенням втоми у процесі навчальних

занять. Урахування особливостей психоемоційного стану під час складання програм рекреаційно-оздоровчих занять сприятиме досягненню психофізіологічного комфорту, підвищить рекреаційний ефект від занять.

На основі аналізу існуючих підходів до оцінки рівня рекреаційної культури студентської молоді було визначено доцільність та необхідність удосконалення інтегральної оцінки рекреаційної культури через контроль показників, які всебічно характеризують її зміст [5, 7, 8].

Враховуючи результати власних досліджень та аналізу фахової літератури і передового практичного вітчизняного й зарубіжного досвіду, визначено передумови розробки технології, якими є соціально-психологічні, педагогічні та організаційні [11]. Для визначення актуальності та доцільності створення технології формування рекреаційної культури студентської молоді проведено експертне оцінювання, яке включало питання, що стосуються проблем та перспектив підвищення ефективності процесу фізичного виховання студентів у період активного дозвілля, а також основних етапів розробки технології, засобів реалізації та критеріїв ефективності її впровадження. До експертів залучали осіб, які мали науковий ступінь та звання, певний стаж роботи за фахом. Ці особи мали відповідати таким характеристикам: креативність, передбачуваність, незалежність, всебізнаність. Встановлено, що 58,7 % експертів вважають, що сьогодні рівень рекреаційної культури студентської молоді є недостатньо сформованим, а 42,9 % – не сформованим взагалі. Варто вказати, що традиційні заходи із формування рекреаційної культури студентської молоді у ВНЗ 64,3 % експертів вважають частково адекватними, тоді як 35,7 % переконані у необхідності внесення масштабних змін у процес формування рекреаційної культури студентської молоді впродовж їх фізичного виховання.

Обираючи найбільш ефективні види рухової активності, які слід включати до програми рекреаційно-оздоровчих занять, експерти звернули увагу на спортивні та рекреаційні ігри (8,36; 3,05 бала), анімаційні програми (7,93; 0,47 бала). На на-

**Таблиця 2** – Показники фізичного здоров'я студентської молоді (за методикою Г. Л. Апанасенка, 2011), n = 102,  $\pm S$ 

Показник	Юнаки (n = 42)	Дівчата (n = 60)
Час відновлення ЧСС після 20 присідань за 30 с, хв	1,45 ± 0,93	2,13 ± 0,43
Індекс маси тіла, $\text{кг} \cdot \text{м}^{-2}$	23,2 ± 1,6	21,4 ± 1,43
Життєвий індекс, $\text{мл} \cdot \text{кг}^{-1}$	55,1 ± 5,9	45,2 ± 4,12
Силовий індекс, %	62,0 ± 6,86	41,9 ± 5,24
Індекс Робінсона, ум. од.	92,8 ± 9,81	89,8 ± 8,87

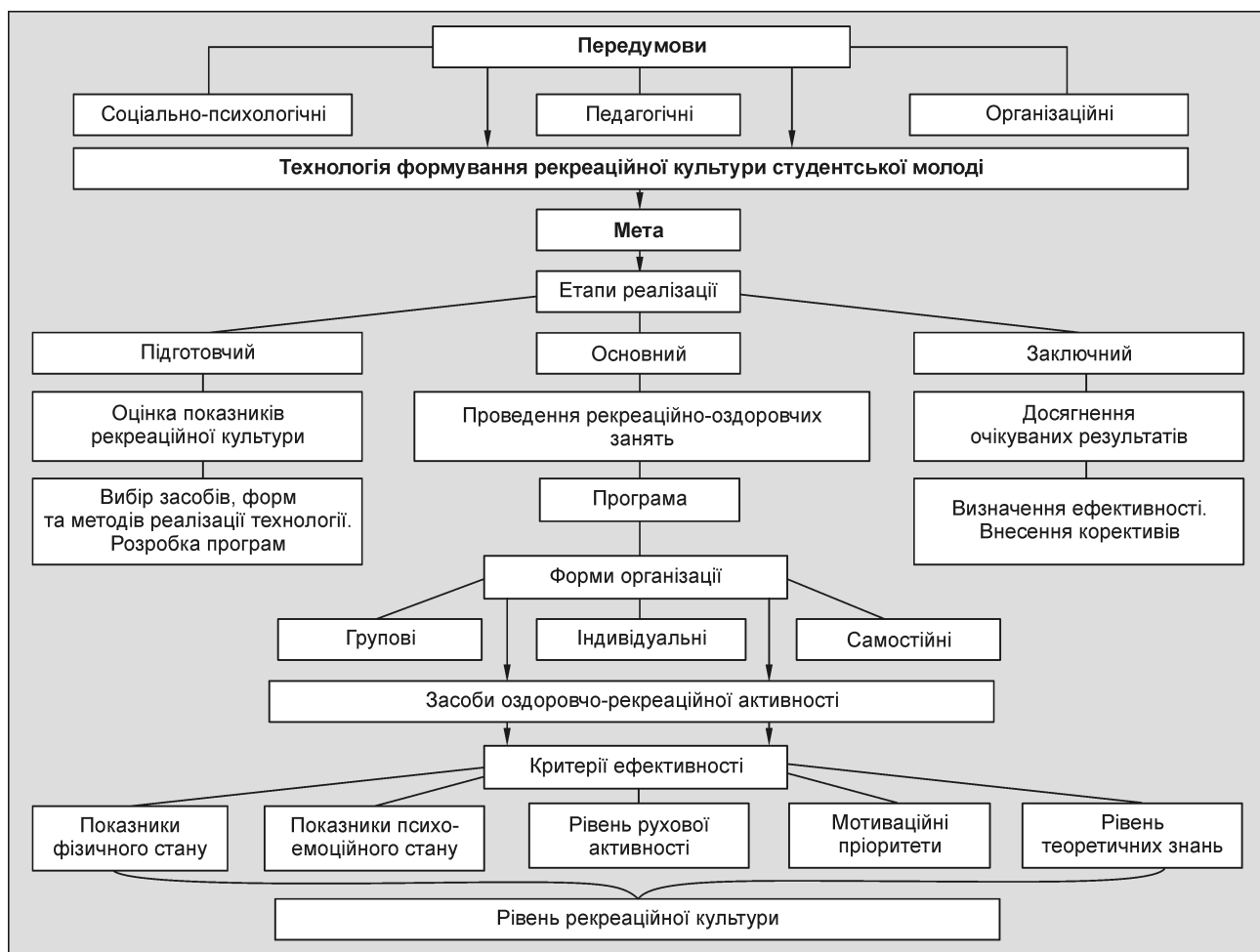


Рисунок 1 – Структура технології формування рекреаційної культури студентської молоді

шу думку, така позиція експертів пов'язана, перш за все, з необхідністю впливу на основні компоненти рекреаційної культури студентської молоді, до яких належать показники рухової активності, психоемоційного та фізичного стану, рівень теоретичних знань, мотиваційно-ціннісний компонент.

Аналіз чинників, які заважають формуванню рекреаційної культури студентської молоді у ВНЗ у процесі їх фізичного виховання, дозволив встановити, що серед основних причин існуючої негативної тенденції експерти вказують на невміння молоді раціонально організувати свій вільний час (10,77; 2,46 бала), відсутність урахування на практиці мотивів та інтересів студентів до видів рухової активності, недостатній рівень залучення їх до фізкультурно-спортивних занять у вільний час (10,6; 1,45 бала) та несформовані ціннісні орієнтації на здоров'я (9,77; 2,22 бала). При цьому критеріями ефективності технології формування рекреаційної культури студентської молоді експерти визначили збільшення рівня рухової активності (9,0; 2,16 бала), підвищення ступеня за-

доволення (8,64; 1,15 бала) і покращення психоемоційного стану (7,64; 1,28 бала).

На основі отриманих у констатуючому експерименті даних, визначених передумов [11], експертного оцінювання доцільності створення технології розроблено, обґрунтовано та запроваджено структуру і зміст технології формування рекреаційної культури студентської молоді, яка містить мету, завдання, принципи, етапи реалізації, програму з використанням засобів оздоровчо-рекреаційної рухової активності, форми організації, засоби, критерії ефективності (рис. 1).

Метою та основними завданнями технології є формування рекреаційної культури студентської молоді, залучення студентів до оздоровчо-рекреаційної рухової активності, підвищення рівня знань у галузі здоров'яформування, покращення показників фізичного та психоемоційного стану. Нами в основу розробки технології покладено основні принципи фізичного виховання, оздоровчо-рекреаційної діяльності. У ході досліджень встановлено, що формування рекреаційної культури студентів ВНЗ буде ефективним, якщо в дозвілєвій



діяльності молоді реалізується комплекс організаційно-методичних та педагогічних умов, що включають такі показники: актуалізація потреби в оздоровчо-рекреаційній руховій активності, орієнтація на самореалізацію; діагностичний підхід до визначення здібностей; розвиток індивідуальних схильностей і здібностей у конкретних видах дозвілєвої діяльності, формування досвіду рекреаційної діяльності, втілення навичок реалізації цієї діяльності. Практичною складовою технології є програма з використанням засобів оздоровчо-рекреаційної рухової активності.

Розроблена технологія включала три етапи впровадження: підготовчий, основний і заключний. Підготовчий етап тривав протягом першого-другого місяців навчального року. Був спрямований на формування інтересу до занять, ознайомлення з основними елементами техніки традиційних та інноваційних засобів оздоровчо-рекреаційної рухової активності; сприяння організації дозвілля студентів, підвищення рівня теоретичних знань; ознайомлення з основами техніки безпеки та виконання вправ. На цьому етапі застосовували первинний контроль для визначення вихідного рівня студентів, що включав оцінювання компонентів рекреаційної культури.

Основний етап (листопад-квітень) був спрямований на покращення показників фізичного та психоемоційного стану; формування знань про вплив фізичних вправ на організм; підвищення рівня рухової активності; формування позитивного ставлення до занять; сприяння раціональній організації фізкультурно-оздоровчої та рекреаційної діяльності студентів у вільний час; створення умов для розвитку особистості, формування позитивного ставлення, стійкого інтересу та потреби в систематичних заняттях фізичним вихованням; сприяння раціональній організації дозвілля за рахунок участі студентів в оздоровчо-рекреаційній програмі.

Зважаючи на різноманіття підходів до організації рекреаційної діяльності, нами запропоновано атрактивні, доступні для використання в практиці ВНЗ засоби оздоровчо-рекреаційної рухової активності, які враховують особливості студентського контингенту, їхнього режиму навчальної та вільночасової діяльності, матеріально-технічне та кадрове забезпечення. Розроблена програма передбачала використання таких активних компонентів, як спортивно-оздоровчі, розважальні, конкурсно-ігрові, пізнавальні та туристично-оздоровчі заходи. В основу її розробки покладено використання таких форм організації: спортивні свята і змагання, фестивалі, спартакіади, різноманітні конкурси, флеш-моби та анімаційні програми (рухливі ігри та розваги, «активізації»). Для підвищення рівня теоретичної підготовленості студентів про-

понували використовувати логічні та рольові ігри, вікторини, квести, брейн-ринги.

Заключний етап (травень-червень) мав на меті визначення ефективності запропонованої технології, внесення коректив у разі необхідності. Його завдання – формування стійкого інтересу та потреби в систематичних заняттях; підтримання на належному рівні показників фізичного стану організму, рівня рухової активності. Критеріями ефективності запропонованої технології були зміни в основних компонентах рекреаційної культури: сформованість теоретичних знань та практичних умінь у здоров'яформуванні; підвищення показників фізичного та психоемоційного стану; збільшення обсягу рухової активності; наявність мотивації та стійкого інтересу до занять фізичними вправами.

**Висновки.** Теоретичний аналіз спеціальної науково-методичної літератури засвідчив, що системне використання оздоровчо-рекреаційної рухової активності з метою відновлення після навчальних занять й раціональної організації вільного часу студентської молоді є надзвичайно актуальним. Оптимізація використання вільного часу, застосування рекреаційних заходів суттєво підвищують ефективність процесу відновлення фізичної та розумової працездатності молоді, однак потужний педагогічний і оздоровчий потенціал оздоровчо-рекреаційної рухової активності для значної частини студентів залишається неусвідомленим, нереалізованим.

У результаті системного аналізу фахової літератури уточнено компоненти рекреаційної культури студентської молоді: показники фізичного та психоемоційного стану, рівень теоретичних знань та практичних умінь, рухової активності, мотиваційні пріоритети та визначено її рівень у студентів, котрі брали участь у дослідженні. Встановлено, що основний контингент студентської молоді має низький рівень теоретичних знань із питань здоров'яформування; обмежені уявлення про значення рекреації для відновлення здоров'я, роботоздатності, поліпшення психоемоційного стану, а також для розвитку особистості.

Обґрунтовано та розроблено алгоритм кількісної оцінки рекреаційної культури студентської молоді у вигляді індексу, що містить урахування вагових коефіцієнтів його складових; уточнено показники оцінки її сформованості, відповідно до критеріїв та показників визначено рівні рекреаційної культури студентів. Встановлено, що високий рівень рекреаційної культури у 3,9 % студентів, достатній – 17,6 %, середній – 13,8 %, низький – 64,7 %, що є підставою для створення відповідних умов для її підвищення.

Розроблено та обґрунтовано структуру і зміст технології формування рекреаційної культури студентської молоді (мету, завдання, принципи, умо-

ви, програми, критерії ефективності) та визначено й опрацьовано організаційно-методичні умови її реалізації у ВНЗ засобами оздоровчо-рекреаційної рухової активності.

**Перспективи подальших досліджень** спрямовані на оцінку ефективності розробленої технології формування рекреаційної культури студентської молоді.

## Література

1. Андрєєва О. Концептуальні та прикладні аспекти технологізації проєктувальної діяльності в сфері фізичної рекреації / О. Андрєєва // Теорія і методика фіз. виховання і спорту. – 2013. – № 1. – С. 35–39.
2. Благий О. Л. Теоретичні засади залучення студентської молоді до рекреаційної діяльності / О. Л. Благий, М. Ю. Ячнюк // Акт. пробл. фіз. культури, спорту та здоров'я людини у сучасному суспільстві : мат. наук.-практ. конф., 24–25 квіт. 2015 р. – Чернівці, 2015. – С. 57–59.
3. Горовой В. А. Организационно-методические основы физической рекреации студентов : автореф. дис. на соискание учен. степени канд. наук по физ. воспитанию и спорту: 13.00.04 / В. А. Горовой. – Минск, 2013. – 28 с.
4. Грохова А. П. Влияние рекреативной культуры на формирование здорового образа жизни будущих инженеров-педагогов в процессе профессиональной подготовки / А. П. Грохова // Физ. воспитание студентов. – 2012. – № 6. – С. 52–56.
5. Завидівська Н. Організаційно-педагогічні засади формування культури вільного часу у студентів вищих навчальних закладів засобами фізичного виховання / Н. Завидівська // Фіз. виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки. – 2008. – Т. 2. – С. 111–114.
6. Катерина У. М. Соціально-педагогічні передумови впровадження навчально-оздоровчих комплексів в процес фізичного виховання студентів / У. М. Катерина, О. В. Андрєєва // Молодіж. наук. вісн. Східноєвроп. нац. ун-ту ім. Лесі Українки. – 2014. – Вип. 14. – С. 18–22.
7. Кашуба В. О. Оцінювання та аналіз складових здорового способу життя студентської молоді / В. О. Кашуба, С. М. Футорний, О. В. Андрєєва // Педагогіка, психологія та медико-біол. пробл. фіз. виховання і спорту: зб. наук. пр. / за ред. С. С. Єрмакова. – Х., 2012. – № 7. – С. 59–65.
8. Кожевнікова Л. Формування культури дозвілля сучасного студента в контексті технологізації навчального процесу / Л. Кожевнікова, З. Дзюба, Г. Бреславська // Фіз. виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. Волин. держ. ун-ту ім. Лесі Українки. – 2008. – Т. 2. – С. 145–149.
9. Корж Н. Л. Формування ціннісного ставлення у студентів до фізичної культури в процесі самостійних занять: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.02. / Н. Л. Корж. – Дніпро, 2016. – 21 с.
10. Круцевич Т. Рекреативні заняття як чинник формування дозвільної культури / Т. Круцевич, О. Андрєєва, О. Благий // Спорт. вісн. Придніпров'я. – 2008. – № 1. – С. 3–7.
11. Садовський О. Аналіз передумов розробки технології формування рекреаційної культури студентської молоді / О. Садовський, О. Андрєєва // Молодіж. наук. вісн. Східноєвроп. нац. ун-ту ім. Лесі Українки. – 2015. – № 20. – С. 39–44.

## Literature

1. Andriieva O. Conceptual and applied aspects of projective activity in physical recreation technologization / O. Andriieva // Teoriya i metodyka fizykhovannia i sportu. – 2013. – N 1. – P. 35–39.
2. Blahii O. L. Theoretical bases of involving student youth in recreational activity / O. L. Blahii, M. I. Iachniuk // Aktualni problem fizkultury, sportu ta zdorovia liudyny u suchasnomu suspilstvi : materialy konferentsii, 24–25 April 2015. – Chernivtsi, 2015. – P. 57–59.
3. Gorovoy V. A. Organizational-methodical bases of student physical recreation : author's abstract for Ph. D. in Physical Education and Sport: 13.00.04 / V. A. Gorovoy. – Minsk, 2013. – 28 p.
4. Grokhova A. P. Recreative culture impact on healthy life style formation in future engineers-pedagogues in the process of professional preparation / A. P. Grokhova // Fizicheskoye vospitaniye studentov. – 2012. – N 6. – P. 52–56.
5. Zavydivska N. Organizational-pedagogical bases of free time culture formation in students by physical education means / N. Zavydivska // Physical culture, sport and rehabilitation in modern society: zbirnyk naukovykh prats Volynskoho universytetu imeni Lesi Ukrainky. – 2008. – Vol. 2. – P. 111–114.
6. Kateryna U. M. Socio-pedagogical prerequisites of educational complexes introduction in the process of student physical education / U. M. Kateryna, O. V. Andriieva // Molodizhnyi naukovyi visnyk Skhidnoevropeyskoho universytetu imeni Lesa Ukrainky. – 2014. – Iss. 14. – P. 18–22.

7. *Kashuba V. O.* Estimation and analysis of constituents of student youth health way of life / V. O. Kashuba, S. M. Futorny, O. V. Andreieva // *Pedahohika, psykholohiia ta medyko-biolohichni problem fizvykhovania i sportu: Collection of scientific papers* / Ed. by S. S. Iermakov. – Kharkiv, 2012. – N 7. – P. 59–65.

8. *Kozhevnikova L.* Leisure time culture formation in modern student within educational process technologization / L. Kozhevnikova, Z. Dziuba, H. Breslavska // *Physical culture, sport and rehabilitation in modern society: zbirnyk naukovykh prats Volynskoho universytetu imeni Lesi Ukrainky.* – 2008. – Vol. 2. – P. 145–149.

9. *Korzha N. L.* Formation of valuable attitude of students to physical culture in the process of independent sessions: author's abstract for Ph. D. in Physical Education and Sport: 24.00.02. – N. L. Korzh. – Dnipro, 2016. – 21 p.

10. *Krutsevych T.* Recreative sessions as the factor of leisure time culture formation / T. Krutsevych, O. Andreieva, O. Blahii // *Sportyvnyi visnyk Prydniprovia.* – 2008. – N 1. – P. 3–7.

11. *Sadovskyi O.* Analysis of prerequisites for development of technology of formation of student youth recreational culture / O. Sadovskyi, O. Andreieva // *Molodizhnyi naukovyi visnyk Skhidnoievropeyskoho universytetu imeni Lesa Ukrainky.* – 2015. – N 20. – P. 39–44.

Національний університет фізичного виховання і спорту України, Київ

Надійшла 21.08.2017