
ІСТОРІЯ, ПСИХОЛОГІЯ, ПРАВО, СОЦІОЛОГІЯ І ФІЛОСОФІЯ У СФЕРІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ

Vrzhesnevska H. The attitude of students of special medical groups with different individual-typological characteristics of the nervous system to physical education. Theory and Methods of Physical education and sports. 2020; 1: 104-109
DOI: 10.32652/tmfvs.2020.1.104-109

Вржесневська Г. Ставлення студентів спеціальних медичних груп з різними індивідуально-типологічними характеристиками нервової системи до занять фізичним вихованням. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2020; 1: 104-109
DOI: 10.32652/tmfvs.2020.1.104-109

СТАВЛЕННЯ СТУДЕНТІВ СПЕЦІАЛЬНИХ МЕДИЧНИХ ГРУП З РІЗНИМИ ІНДИВІДУАЛЬНО-ТИПОЛОГІЧНИМИ ХАРАКТЕРИСТИКАМИ НЕРВОВОЇ СИСТЕМИ ДО ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНИМ ВИХОВАННЯМ

Ганна Вржесневська

Національний університет фізичного виховання і спорту України, Київ, Україна

Анотація. Одним з головних напрямів оновлення та реформування фізичного виховання у закладах вищої освіти є індивідуалізація навчального процесу. У статті розглянуто особливості ставлення до занять фізичним вихованням студентів спеціальних медичних груп залежно від їхніх індивідуально-типологічних характеристик нервової системи. Сприйняття студентом власних фізичних зусиль і навантажень завдяки функціональному поєднанню роботи всіх аналізаторів (слуховий, зоровий, больовий, руховий, тактильний, температурний, вестибулярний апарат) характеризується цілим комплексом відчуттів, і в результаті синтетичної діяльності нервової системи, виявляється у його ставленні до рухової активності. Ставлення у цьому контексті є відображенням життєвої позиції.

Мета. Дослідити можливість взаємозв'язку між типом нервової системи студента і його ставленням до фізичних вправ і фізичних зусиль. **Методи.** Аналіз та узагальнення, тестування, анкетування, методи математичної статистики.

Результати. Студенти з різною інтроверсійністю вказали на різне ставлення до деяких аспектів власних фізичних кондицій та висловились про можливі очікування від свого фізичного тіла. Виявлено, що значна частина студентів (до 20 %) мають завищену самооцінку свого фізичного стану. Майже 40 % опитаних задекларували відсутність свідомого ставлення до фізичної культури («байдуже» та «не визначився»). За результатами дослідження виявлено взаємозв'язок між індивідуальним типом нервової системи та пріоритетами ставлення студентів до власних фізичних кондицій. Висловлено припущення що у ставленні до власного тіла студенти знаною мірою керуються підсвідомістю.

Ключові слова: фізичне виховання, сприйняття, ставлення, фізичні вправи.

Hanna Vrzhesnevska

THE ATTITUDE OF STUDENTS OF SPECIAL MEDICAL GROUPS WITH DIFFERENT INDIVIDUAL-TYOLOGICAL CHARACTERISTICS OF THE NERVOUS SYSTEM TO PHYSICAL EDUCATION

Abstract. One of the main directions of renewal and reformation of physical education in higher education institutions is the educational process individualization. The article considers peculiarities of the attitude to physical education of students of special medical groups depending on their individual-typological characteristics of the nervous system. The student perception of their own physical efforts and loads due to functional combination of all analyzers (auditory, visual, pain, motor, tactile, temperature, vestibular apparatus) is characterized by a set of sensations and as a result of synthetic activity of the nervous system, is manifested in its relation to motor activity. Attitudes in this context are a reflection of life position.

Objective. Investigate the relationship between the type of nervous system of the student and his attitude to exercise and physical efforts. **Methods.** Analysis and generalization, testing, questionnaires, methods of mathematical statistics. **Results.** Students with different introversion pointed to different attitudes towards some aspects of their own physical

condition and spoke about possible expectations from their physical body. It was found that a significant proportion of students (up to 20 %) have an inflated self-esteem of their physical condition. Almost 40 % of respondents declared a lack of conscious attitude to physical culture («indifferent» and «undecided»). The study found a relationship between the individual type of nervous system and the priorities of student attitudes to their own physical condition. It has been suggested that in relation to their own bodies, students are to some extent guided by the subconscious.

Keywords: physical education, perception, attitude, physical exercises.

Вступ. Студентський період у життєвому циклі молодшої людини характеризується завершенням процесу її вікового фізичного розвитку та є важливим етапом формування особистості в цілому. Під час навчання у закладі вищої освіти (ЗВО) у більшості студентів визначаються рамки індивідуального фізичного розвитку та фізичних можливостей і одночасно відбувається перегляд ставлення до певних соціальних, культурних та світоглядних цінностей. У цей період з'являється можливість формування у студента відповідального ставлення до свого фізичного здоров'я та тіла.

Перетворення сучасного суспільства, пов'язані з науково-технічним прогресом і революційними змінами інформаційного простору, впливають на всі аспекти життєдіяльності людини, зачіпаючи також і вітально-біологічну складову нашого буття. Негативні тенденції, пов'язані з фізичним здоров'ям і фізичною підготовленістю студентської молоді, викликають обґрунтовану стурбованість медиків, фізіологів, педагогів і фахівців фізичної культури. Публікації фахівців свідчать про збільшення кількості студентів, яких направлено для занять фізичним вихованням у спеціальні медичні групи, і розширення кола захворювань серед них [1, 3, 15].

Гіподинамія перестає бути проблемою окремої людини з її нераціональним добовим режимом. Малорухомий спосіб життя з його психологічними перенавантаженнями і стресами характеризує як процес навчання у ЗВО, так і майбутню професійну діяльність фахівця. Як свідчать дані медичних обстежень і спеціальних опитувань, 94 % учнів середніх шкіл мають відхилення у стані здоров'я, а понад 60 % студентів – незадовільну фізичну підготовленість [16]. Негативні зміни у стані фізичного здоров'я студентів, що посилюються на фоні малорухомого способу життя, обмежують життєві перспективи не тільки окремих студентів, а й цілих соціумів.

Фізичне виховання у цьому контексті є найбільш дієвим засобом профілактики ряду захворювань, оптимального розвитку функціональних систем організму та передумовою активного довголіття індивідуума. Фізичне виховання як педагогічний конструкт залишається антропологічною константою, притаманною людському суспільству на всіх етапах його розвитку. Відповідно до змін у «Законі про вищу освіту України» виникає потреба у реформуванні, удосконаленні та індивідуалізації фізичного виховання студентської молоді [17]. З позиції психофізіології, своєрідність фізичного і психічного розвитку кожної людини

пов'язана з індивідуально-типологічними характеристиками її нервової системи [7, 9].

Взаємозв'язок перебігу процесів вищої нервової діяльності людини з фізичними навантаженнями, вправами та супутніми їм фізіологічними процесами (втома, відновлення тощо) розглядався багатьма фахівцями, але досить фрагментарно та під певним кутом зору. Більшість авторів вбачали зазначений взаємозв'язок між індивідуально-типологічними властивостями нервової системи та реалізацією в умовах життєдіяльності людини у контексті повноцінного використання генетично обумовлених здібностей [9–11]. У цих конструктах на перший план виходили індивідуальні типологічні особливості людини з акцентом на первинну роль центральної нервової системи (ЦНС). Ряд авторів вивчали ефективність впливу фізичних вправ на формування особистісних характеристик людини [7, 13]. Але всі ці праці та дослідження стосувалися фізично здорових людей, у тому числі і спортсменів.

Фахівці, які досліджували фізичне виховання студентів спеціального навчального відділення [1, 3, 15], не враховували деякі особливості взаємозв'язку між фізичними та психічними компонентами особистості. До психічних компонентів людини, що впливають на ефективність процесу фізичного виховання у ЗВО, на нашу думку, можна віднести виявлення типу темпераменту (з визначенням екстраверсії або інтроверсії), а також визначення індивідуально-типологічних властивостей нервової системи (функціональна рухливість, сила нервових процесів, сенсомоторні реакції) тих, хто займається.

Мета дослідження – вивчити можливість взаємозв'язку між типом вищої нервової діяльності студента і його ставленням до фізичних вправ і фізичних зусиль.

Методи дослідження: аналіз та узагальнення даних спеціальної літератури, тест Айзенка, анкетування, статистичний аналіз.

Результати дослідження та їх обговорення. Прийнято вважати, що «сприйняття» як філософський загальнонауковий термін характеризується як чуттєвий образ зовнішніх структурних характеристик предметів і процесів об'єктивного світу, що безпосередньо впливають на органи чуття [10]. Субстратом сприйняття є «відчуття», що складається в безперервний потік у просторі і в часі (або тільки в часі). Класифікація відчуттів безпосередньо пов'язана з системами отримання інформації нашим організмом – органами чуттів (аналізаторами). Власне кажучи, з точки зору фізіології, «сприйняття» є способом реагування на різ-

Таблиця 1 – Самооцінка стану фізичного здоров'я та фізичної підготовленості студентами спеціальної медичної групи, %

Тип темпераменту	n	Добрий		Задовільний		Незадовільний		Поганий	
		ФС	ФП	ФС	ФП	ФС	ФП	ФС	ФП
Інтроверти	15	6,7	0	53,3	60	33,3	33,3	6,7	6,7
Амбіверти	12	18,2	27,3	63,6	54,5	18,2	9	0	9
Екстраверти	19	29,4	23,5	52,9	64,7	11,8	5,9	5,9	5,9
Всього	46	19,5	17,1	56,1	63,4	19,5	12,2	4,9	7,3

Примітка. * ФС – фізичний стан здоров'я, ФП – фізична підготовленість

ні агенти внутрішнього і зовнішнього середовища. Таким чином забезпечується аналітична і синтетична діяльність вищих відділів головного мозку.

У традиційному педагогічному підході до пізнавальної діяльності людини прийнято апелювати до інформації, що надійшла від зорового і слухового аналізаторів. Це дозволяє отримати візуальне і вербальне оформлення даних про процес або предмет. Однак організм людини сприймає стан зовнішнього і внутрішнього середовища комплексно – завдяки функціональному поєднанню роботи всіх аналізаторів (слуховий, зоровий, больовий, руховий, тактильний, температурний, вестибулярний апарат) [4]. Виходячи з цього, сприйняття людиною власних фізичних зусиль і навантажень характеризується цілим комплексом відчуттів і, в результаті синтетичної діяльності вищої нервової системи, виражається в його ставленні до даного предмета [20].

Ефективність фізичного виховання студентів залежить від багатьох причин, серед яких можна виділити особисте ставлення до предмета занять. Саме від цього ставлення залежить оптимальна реалізація базових педагогічних принципів свідомості та активності під час занять фізичним вихованням. Також індивідуальне ставлення студента до фізичних зусиль та навантажень створює відносно об'єктивну картину ієрархії ряду індивідуальних цінностей людини як базової життєвої позиції відносно власного фізичного тіла. Коригування зазначеного ставлення (в рамках педагогічних впливів) є одночасно корегуванням світоглядної позиції щодо занять фізичним вихованням, здорового способу життя та фізичного самовдосконалення, основою довгострокової мотивації. Формування ставлення людини до рухової активності, фізичних зусиль і фізичної культури в цілому – довготривалий багатовекторний процес, який залежить від багатьох факторів різного характеру [5]. Деякі з цих факторів (своєрідність сприйняття та ставлення студентів з різними типами вищої нервової діяльності) досі не отримали належного відображення в науковій літературі.

У нашому дослідженні взяли участь 46 студентів Національного авіаційного університету, яких, згідно з діагнозом, зараховано до спеціального медичного відділення для занять фізичним вихован-

ням. За результатами виконання тесту Айзенка, 32,6 % студентів були визначені як інтроверти, 26,1 % – амбіверти та 41,3 % – екстраверти.

На наступному етапі ми розглянули самооцінку студентів спеціальної медичної групи (СМГ) свого фізичного стану та окремо фізичної підготовленості, а саме: «Як Ви оцінюєте свій стан фізичного здоров'я?» та «Як Ви оцінюєте свій стан фізичної підготовленості?» (табл. 1).

Отримані результати дозволяють вважати, що студенти СМГ мають уявлення про відмінність між фізичною підготовленістю та станом фізичного здоров'я, але, апріорі, частина з них дає неадекватну самооцінку своїм фізичним кондиціям. Так, 19,5 % опитаних (людина має відповідний діагноз!) вважають стан свого здоров'я «добрим», а «незадовільним» та «поганим» – лише 24,4 %. Під час цієї самооцінки виявлено певний взаємозв'язок типу вищої нервової діяльності з самооцінкою фізичного стану студентів. Так, серед інтровертів «добрим» і «задовільним» фізичний стан власного здоров'я вважають 61,5 % опитаних, серед амбівертів – 81,8 %, серед екстравертів – 82,9 %. До того ж, жоден з інтровертів не визначив власну фізичну підготовленість як «добра». Тож інтроверти з їх пріоритетом «внутрішнього світу» у свідомості, більш критично ставляться до стану власного здоров'я.

Ключове питання анкетування «Ваше ставлення до занять фізичною культурою» серед студентів СМГ дало такі результати: позитивне – 61 %; негативне – 0 %; байдуже – 24,4 %; не визначився – 14,6 %.

Таким чином, 39 % студентів СМГ задекларували відсутність свідомого ставлення до фізичної культури («байдуже» та «не визначився»). Потрібно зазначити, що позитивне ставлення як таке теж не є гарантом регулярних фізичних навантажень і занять фізичними вправами, оскільки лише 18 % з усіх опитаних самостійно займалися своєю фізичною підготовкою. Суттєвих розбіжностей у ставленні до фізичної культури, пов'язаних з індивідуальними особливостями вищої нервової діяльності студентів, не виявлено (позитивне: інтроверти – 61,5 %, амбіверти – 54,5 %, екстраверти – 64,7 %).

Загальна картина наступного запитання «Відносно перспектив свого фізичного розвитку Ви»: оптиміст – 29,3 %; песиміст – 4,9 %; реаліст – 63,4 %.

Найменше «оптимістів» виявилось серед інтровертів – 15,4 %, серед амбівертів – 36,4 %, серед екстравертів – 35,3 %. Щодо «реалістів», серед студентів СМГ відповіді розподілені так: інтровертів – 84,6 %, амбівертів – 65,4 %, екстравертів – 52,9 %. Інтроверти розглядають свої фізичні перспективи більш прагматично та ближче до дійсності, що вже склалася. Тож серед них небагато оптимістично налаштованих студентів, але і зовсім немає песимістів. Наявність більш критичного мислення щодо власних фізичних кондицій у інтровертів є передумовою самоаналізу та можливості адекватної самооцінки.

Відповідь на наступне запитання «На що Ви більше орієнтуєтесь у своєму ставленні до фізичного виховання?» дозволяє виявити шляхи закріплення позитивного ставлення або корекції негативного (байдужість та небажання замислюватися в нашому випадку – теж негатив). Відчутних розбіжностей між студентами СМГ різних типів вищої нервової діяльності щодо цього питання не було. Лише 4,9 % опитаних базують своє ставлення на теоретичних знаннях; 46,3 % – на фізичних відчуттях організму після і під час виконання фізичних вправ, ще 31,7 % намагаються комбінувати перше і друге. На жаль, 17,1 % не замислювалися над цим питанням, тож не мають чітко визначених орієнтирів. До того ж опитування показало, що наші студенти у цьому питанні ігнорують думку батьків (0 %) та не зважають на позицію СМІ (0 %). Можна вважати, що студенти, які «не замислювались», та ті, які орієнтуються на «фізичне відчуття» тіла (разом 63,4 %), у своєму ставленні до фізичних вправ та навантажень більшою мірою керуються підсвідомістю. На жаль, у педагогічній теорії щодо мотивації до занять фізичним вихованням така складова, як «підсвідоме» майже не враховується.

Однією з важливих характеристик сприйняття-ставлення людиною фізичних кондицій власного тіла, на нашу думку, є «очікування» (передчуття, надія, побоювання), що переносить ставлення людини до предмета, процесу, явища на подальшу перспективу, у майбутнє. У контексті фізич-

ної тілесності «очікування» також передає емоційну налагодженість людини (настрій) на ставлення до власного тіла. Така емпатія до фізичних можливостей власного тіла зумовлює реалізацію одного з основних принципів педагогіки – активності.

Запитання «Чого Ви чекаєте від фізичного стану свого тіла?» виявляє перспективні межі ставлення до наявних фізичних кондицій та визначає можливість подальшого фізичного самовдосконалення. Відповіді на це запитання загалом (вся група обстежених) розподілились таким чином: очікую оптимального виконання своїх фізичних функцій – 39 %; очікую практичної підтримки в моїх діях – 29,3 %; очікую насолоду (у тому числі і від фізичних зусиль) – 21,9 %; очікую болю та страждання (у тому числі і від фізичних зусиль) – 0 %; не замислююсь над цим питанням – 9,8 %.

Розбіжності у відповідях студентів різних типів вищої нервової діяльності досить суттєві та відображені у таблиці 2.

Привертає увагу різке розходження у відповідях студентів СМГ щодо третього варіанта відповіді. Очікують відчуття «насолоди» від свого тіла 41,21 % екстравертів, 18,2 % – амбівертів, інтроверти ігнорують такий варіант відповіді.

Таким чином, у ході дослідження виявлено взаємозв'язок між індивідуально-типологічними характеристиками нервової системи студентів СМГ та їх ставленням до фізичних аспектів власного тіла. Так, у самооцінці фізичного здоров'я та фізичної підготовленості студентів інтроверти дали більш адекватні відповіді. Амбіверти та екстраверти виявили деяку амбівалентність – маючи медичний діагноз і обмеження у виконанні фізичних вправ, понад 80 % одночасно вважають, що з їхнім фізичним станом і підготовленістю все «нормально».

Щодо визначення власних фізичних перспектив, серед амбівертів та екстравертів значно більше «оптимістів» (загалом понад 35 % проти 15 % серед інтровертів). Більшість інтровертів вважають себе «реалістами» – 85 %.

Питання про перенесення ставлення до фізичних можливостей у майбутнє розглядалося разом з питанням «очікування». Більшість інтровертів очікують оптимального виконання функцій та підтримки практичних дій (92,3 %). Тобто

Таблиця 2 – Очікування від свого фізичного тіла студентів спеціальної медичної групи, %

Тип темпераменту	n	Оптимального виконання своїх функцій	Практичної підтримки в моїх діях	Насолода (у тому числі і від фізичних зусиль)	Болю та страждання (у тому числі і від фізичних зусиль)	Не замислююсь над цим питанням
Інтроверти	15	61,5	30,8	-	-	7,7
Амбіверти	12	45,4	18,2	18,2	-	18,2
Екстраверти	19	17,5	35,3	41,2	-	5,9
Всього	46	39	29,3	21,9	0	9,8

вважають тіло ресурсом та інструментом. Екстраверти виявили ставлення більш емпатичного характеру (41,2 % очікують «насолоди»). Позиції амбівертів розподілились за всіма варіантами відповідей.

Висновки. Виявлено взаємозв'язок між індивідуально-типологічними характеристиками студентів СМГ та їх ставленням до власних фізичних можливостей. Відповідно до приналежності до типу вищої нервової діяльності студенти СМГ по різному сприймають та оцінюють фізичний стан, можливу мету, перспективи власного тіла. Так, ін-

троверти дають більш реалістичну та критичну самооцінку своїх фізичних можливостей, а амбіверти та екстраверти більш оптимістичні та позитивно налаштовані. Виявлено також значні розходження у питанні очікування студентів від фізичного стану свого тіла. Урахування зазначеного фактора є важливою складовою індивідуалізації процесу фізичного виховання та базовою передумовою формування позитивної довгострокової мотивації до занять фізичним вихованням.

Конфлікт інтересів. Автор заявляє, що відсутній будь-який конфлікт інтересів.

Література

1. Блавт О. Система контролю у фізичному вихованні студентів спеціальних медичних груп: монографія. Львів: Видавництво Львівської політехніки, 2016. 512 с.
2. Васильєва ОС. Исследование представлений о здоровом образе жизни. Психологический вестник РГУ. 2015.
3. Власова ТС, Сунгатуллин РИ, Закирова НМ. Особенности физического воспитания студентов, имеющих отклонения в здоровье. Проблемы мотивации физкультурной активности студентов в вузе. Молодой ученый. 2015; 5: 441–443.
4. Вржесневский ИИ, Дейнеко ИВ, Ракитина ТИ, Хачатрян ВВ. Фактор «отношение» студентов к физическим упражнениям в контексте оценки и самооценки физических возможностей. Вісник Національного авіаційного університету. вип. 2(11). Київ: Національний авіаційний університет; 2017. 35–38.
5. Вржесневський ІІ, Акімова ВО, Турчина НІ, Ракитіна ТІ, Дейнеко ІВ. Порівняльний аналіз ставлення студенток ІІ курсу НАУ до деяких факторів, пов'язаних з індивідуальною руховою активністю. Науковий часопис Національного педагогічного університету ім. М. П. Драгоманова: зб. наук. пр. вип. 12(53)14. Київ: НПУ ім. М. П. Драгоманова; 2014. 23–26.
6. Гладощук ОГ, Тонконог ВМ. Психолого-педагогічні аспекти проведення оздоровчих занять зі студентами в спеціальних медичних групах. Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова; зб. наук. пр. вип. 3К (97). Київ.: НПУ ім. М. П. Драгоманова; 2018. 146–150.
7. Дакал НА. Визначення індивідуального стилю діяльності борців високої кваліфікації з урахуванням психофізіологічних характеристик [автореферат]. Київ; 2017. 20 с.
8. Дубогай О, Євтушок М. Роль пізнавальної діяльності в системі занять фізичного виховання студентів спеціальних медичних груп у процесі соціалізації їх особистості. Науковий часопис НПУ ім. М. П. Драгоманова: зб. наук. пр. 2015; 3(1): 135–138.
9. Ильин ЕП. Психофизиология состояний человека. Санкт-Петербург: Питер; 2005. 412 с.
10. Коробейнікова ЛГ, Коробейніков ГВ, Радченко ЮА, Данько ТГ. Діагностика психофізіологічного стану організму як одна з ключових проблем спортивної медицини. Спортивна медицина і фізична реабілітація. 2016; 1: 3–10.
11. Корягін ВМ, Блавт ОЗ. Педагогічні умови формування рухової компетенції у фізичному вихованні студентів спеціальних медичних груп. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2016; 3: 3–7.
12. Котова ОВ, Сергєєв ВВ. Формування культури здоров'я у студентів вищих навчальних закладів в умовах навчально-виховного процесу. зб. статей, тез і доп. Всеукр. наук.-практ. конф. «Філософія здоров'я – здоровий спосіб життя – здорова нація». Херсон: ДВНЗ «ХДАУ»; 2018. 141, 142.
13. Міщук ДМ. Критерії визначення ігрового амплуа на основі психофізіологічних особливостей волейболістів [автореферат]. Київ, 2015. 20 с.
14. Непша ОВ, Суханова ГП. Значення фізичної культури для студентів, що займаються у спеціальних медичних групах. Наука ІІІ тисячоліття: пошуки, проблеми, перспективи розвитку: матеріали І Всеукр. наук.-практ. інтернет-конф. Бердянськ: БДПУ, 2017. 307–309.
15. Присяжнюк СІ. Теорія і методика фізичного виховання студентів спеціальних медичних груп з використанням здоров'язбережувальних технологій [автореферат]. Київ, 2013. 36 с.
16. Присяжнюк СІ, Оленев ДГ, Парчевський ЮМ. Оздоровча фізична культура студентів вищих навчальних закладів ІТ-технологій: підручник. Київ: НУБіП України, 2016. 508 с.
17. Про внесення змін до Закону України «Про фізичну культуру і спорт» та інших законодавчих актів України: Закон України від 17 листопада 2009 р. № 1724-VI // Відомості Верховної Ради України. 2010. № 7. Ст. 50.
18. Сидоренко ОР. «Здоров'язбережувальні технології у фізичному вихованні студентів спеціальних медичних груп». Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології. 2015; 9(53): 409–415.

19. Уейнберг Роберт С, Гуд Деніел. Основи психології спорту і фізичної культури. Київ: Олімпійська л-ра, 1998. 336 с.
20. Філософський енциклопедичний словник: енциклопедія. Київ: Абрис, 2002. 742 с.

Literature

1. Blavt O. Control system in physical education of students of special medical groups: monograph. Lviv: Vydavnytstvo Lvivskoi politekhniki, 2016. – 512 p.
2. Vasilyeva OS. Study of notions about healthy life style. *Psikhologicheskii vestnik RGU*. 2015.
3. Vlasova TC, Sungatullin RI, Zakirova NM. Features of physical education of students with disabilities. Problems of motivation of physical culture activity of students in high school. *Molodoy ucheny*. 2015; 5: 441–443.
4. Vrzhesnevsky II, Deyneko IB, Rakitina TI, Khachatryan VV. Factor “attitude” of students to physical exercises in the context of assessment and self-assessment of physical capabilities. *Visnyk Natsionalnoho aviatyynoho universytetu*; 2017. 35–38.
5. Vrzhesnevsky II, Akimova VO, Turchyna NI, Rakytna TI, Deyneko IB. Comparative analysis of the attitude of second-year students of NAU to some factors related to individual motor activity. *Naukovyi chasopys Natsionalnoho pedahohichnoho universytety imeni M. P. Drahomanova*. Київ; 2014. 23–26.
6. Hladoshchuk OH, Tonkonoh BM. Psychologo-pedagogical aspects of conducting health classes with students in special medical groups. *Naukovyi chasopys Natsionalnoho pedahohichnoho universytety imeni M. P. Drahomanova*. Київ. 2018. 146–150.
7. Dakal NA. Determining individual style of activity of highly qualified wrestlers taking into account psychophysiological characteristics [author’s abstract]. Kyiv; 2017. 20 p.
8. Dubogay O, Ievtushok M. The role of cognitive activity in the system of physical education classes for students of special medical groups in the process of socialization of their personality. *Naukovyi chasopys Natsionalnoho pedahohichnoho universytety imeni M. P. Drahomanova*. 2015; 3(1): 135–138.
9. Ilyin EP. *Psychophysiology of human states*. Saint Petersburg: Piter; 2005. 412 p.
10. Korobeynikova LH, Korobeynikov HV., Radchenko IA., Danko TH. Diagnosis of the psychophysiological state of the body as one of the key problems of sports medicine. *Sportyvna medytsyna i fizychna reabilitatsiia*. 2016; 1: 3–10.
11. Koriahin BM., Blavt OZ. Pedagogical conditions of formation of motor competence in physical education of students of special medical groups. *Teoriia i metodyka fizykhovannia i sportu*. 2016; 3: 3–7.
12. Kotova OV, Serheiev VV. Formation of health culture in students of higher educational institutions in the conditions of educational process. *Vseukrainska naukovo-praktychna konferentsiia*. Kherson: DVIZ «KDAU»; 2018. 141, 142.
13. Mishchuk DM. Criteria for determining the role of the game based on the psychophysiological characteristics of volleyball players [author’s abstract]. Kyiv, 2015. 20 p.
14. Nepsha OV, Sukhanova HP. The importance of physical culture for students involved in special medical groups. *Science of the III millennium: searches, problems, prospects of development: materialy I Vseukrainskoi naukovo-praktychnoi konferentsii*. Berdiansk: BSPU, 2017. 307–309.
15. Prysiazhniuk SI. Theory and methods of educating students of special medical groups with application of health preserving technologies [author’s abstract]. Kyiv, 2013. 36 p.
16. Prysiazhniuk SI, Oleniev DH, Parchevlyi IM. Health-improving physical culture of students of higher educational establishments of IT-technologies: textbook. Kiev: NUBiP Ukrainy, 2016. 508 p.
17. On Amendments to the Law of Ukraine “On Physical Culture and Sports” and Other Legislative Acts of Ukraine: Law of Ukraine of November 17, 2009 № 1724-VI // *Bulletin of the Verkhovna Rada of Ukraine*. – 2010. – № 7. – Cl. 50
18. Sydorenko OR. «Health technologies in physical education of students of special medical groups». *Pedahohichni nauky: teoriia, istoria, innovatsiyni tekhnolohii*. 2015; 9(53): 409–415.
19. Weinberg Robert S, Good Daniel. *Bases of sports psychology and physical culture*. Kyiv: Olimpiyska literatura, 1998. 336 p.
20. *Philosophical encyclopedic dictionary: encyclopedia*. Kyiv: Abrys, 2002. 742 p.

Надійшла 31.10.2019

Інформація про автора

Вржесневська Ганна Іванівна
<https://orcid.org/0000-0002-6005-7506>
 wrzhesn@gmail.com

Національний університет
 фізичного виховання і спорту України,
 03150, Київ, вул. Фізкультури, 1.

Information about the author

Vrzhesnevskaya Hanna
<https://orcid.org/0000-0002-6005-7506>
 wrzhesn@gmail.com

National University
 of Ukraine on Physical Education and Sport,
 03150, Kyiv, Fizkul'tury str., 1.