

ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ, ФІТНЕС І РЕКРЕАЦІЯ. ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ РІЗНИХ ГРУП НАСЕЛЕННЯ. ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ, ЕРГОТЕРАПІЯ

Корекція фізичного стану школярів 15–16 років засобами спортивного туризму

Алла Альошина, Олена Дем'янчук

Волинський національний університет імені Лесі Українки, Луцьк, Україна

Анотація. На основі проведеного констатувального експерименту теоретично обґрунтовано й розроблено технологію корекції фізичного стану школярів 15–16 років із використанням засобів спортивного туризму, яка включає мету, завдання, принципи, методи, діагностику фізичного стану, умови реалізації програми його корекції, що містить інформаційно-теоретичний і практичний модулі, складовими частинами яких є техніка туризму: робота з мотузками, в'язання вузлів, наведення та проходження технічних етапів, заняття на стаціонарних смугах перешкод, техніка безпеки; техніка орієнтування: рух за азимутом, рух по лінії, рух у заданому напрямку, визначення відстані; фізична підготовка – загальна й спеціальна, контроль та самоконтроль на кожному етапі її реалізації, а також критерії ефективності (зміни показників фізичного розвитку, фізичного здоров'я, даних фізичної підготовленості, а також технічної підготовленості зі спортивного туризму). **Мета.** Розробити та експериментально перевірити технологію, спрямовану на корекцію фізичного стану школярів 15–16 років із використанням засобів спортивного туризму. **Методи.** Аналіз науково-методичної літератури, вкопювання, опитування, тестування, методи математичної статистики. **Результати.** Проведений педагогічний експеримент підтвердив ефективність розробленої нами технології корекції фізичного стану школярів 15–16 років із використанням засобів спортивного туризму в позачасовий час, що дає підстави рекомендувати її для використання в процесі фізичного виховання в загальноосвітніх школах для школярів цього віку.

Ключові слова: школярі, технологія, фізичний стан, корекція, технічна підготовленість, спортивний туризм.

Alla Aleshyna, Olena Demianchuk

CORRECTION OF PHYSICAL CONDITION OF 15-16-YEAR-OLD SCHOOL STUDENTS BY MEANS OF OUTDOOR SPORTS

Summary. On the basis of the conducted ascertaining experiment, the technology of correction of physical condition of 15–16-year-old male school students using the means of outdoor sports was theoretically substantiated and developed, that included the purpose, objectives, principles, methods, diagnosis of physical condition, and implementation conditions for the program of its correction, and consisted of information-theoretical and practical modules, which included the following parts: technical skills: rope skills, knots tying techniques, guiding and passing technical stages, training on stationary obstacle courses, safety; orienteering technique: following an azimuth, following a line, following a given direction, distance determination; physical training: general and specific, control and self-control at each stage of its implementation, as well as criteria for its effectiveness (changes in the indicators of physical development, physical health, physical fitness, as well as technical preparedness in outdoor sports). **Objective.** To develop and experimentally test the technology aimed at correcting the physical condition of 15–16-year-old school students using the means of outdoor sports. **Methods.** Analysis of scientific and methodological literature, data extraction, surveying, testing, methods of mathematical statistics. **Results.** The conducted pedagogical experiment confirmed the effectiveness of the developed technology of correction of physical condition of 15–16-year-old school students using the means of outdoor sports in extracurricular activities that gives grounds to recommend it for use in physical education in secondary schools for school students of this age group.

Keywords: school students, technology, physical condition, correction, technical preparedness, outdoor sports.

Aleshyna A., Demianchuk O. Correction of physical condition of 15–16-year-old school students by means of outdoor sports. *Theory and Methods of Physical education and sports.* 2021; 4: 19–23
DOI: 10.32652/tmfv.2021.4.19–23

Альошина А., Дем'янчук О. Корекція фізичного стану школярів 15–16 років засобами спортивного туризму. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту.* 2021; 4: 19–23
DOI: 10.32652/tmfv.2021.4.19–23

Вступ. В останні роки на тлі складної та нестабільної соціально-економічної ситуації в країні багатьма фахівцями [7, 9, 12, 14] відмічено негативні тенденції динаміки стану здоров'я школярів. Великий обсяг навчального навантаження призводить до систематичного накопичення втоми в дітей, що негативно позначається на загальному стані їхнього здоров'я [9, 12, 13, 15]. Виражені негативні зрушення у фізичному стані підлітків уже нині призвели до серйозних медико-соціальних наслідків: погіршення репродуктивного здоров'я, зменшення чисельності юнаків, придатних до військової служби [10–12, 15]. У зв'язку з цим проблема збереження й зміцнення здоров'я підлітків має високу соціальну значущість, оскільки вони в найближчому майбутньому визначатимуть можливість динамічного поступального розвитку українського суспільства [11, 14, 16].

В останні роки в науковій літературі [5, 7, 12, 17, 18] велику увагу приділено проблемі розробки та впровадження програм, підходів, технологій корекції фізичного стану школярів у процесі фізичного виховання. На переконання фахівців [4, 9, 13, 15], важливе значення для покращення фізичного стану школярів має впровадження в освітній процес із фізичного виховання сучасних форм оздоровчої рухової активності. За даними наукового пошуку [5, 7, 12, 15], на сьогодні накопичено певний досвід їх використання.

Спортивний туризм посідає особливе місце в системі оздоровчої рухової діяльності [1, 5–7, 11, 15]. Він, передусім, покликаний сприяти вихованню в підростаючого покоління потреби дотримання здорового способу життя, збереження навколишнього при-

родного середовища, духовних і фізичних якостей та пізнавальних інтересів. Упродовж останніх років науковим співтовариством накопичено значний досвід із питань корекції фізичного стану школярів засобами туризму, але ці розробки стосуються переважно молодшого шкільного віку [5, 7, 15].

Мета дослідження – розробити та експериментально перевірити технологію, спрямовану на корекцію фізичного стану школярів 15–16 років із використанням засобів спортивного туризму.

Методи дослідження: аналіз та узагальнення даних науково-методичної літератури й інформаційних джерел мережі Інтернет; вкопювання; соціологічні (анкетне опитування), педагогічні (педагогічне тестування, педагогічний експеримент) методи, методи антропометрії, фізіометрії, індексів, який дав можливість отримати показники, що покладені в основу визначення фізичного здоров'я за методикою Г. Л. Апанасенка; Фремінгемська методика для визначення добової рухової активності; методи математичної статистики та пакет прикладних програм «Statistika 7.0».

Результати дослідження та їх обговорення. Дослідження проводили на кафедрі спортивно-масової та туристичної роботи Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки, а також на базі ЗОШ № 4 м. Ківерці, де школярі займалися у гуртку спортивного туризму двічі на тиждень. У дослідженні взяли участь 82 діти 15–16 років, із них 45 – 15-річні (31 хлопець і 14 дівчат) та 37 – 16 років (25 хлопців і 12 дівчат).

Узагальнивши дані наукового дослідження вітчизняних і зарубіжних учених, можемо констатувати наявність значної кількості досліджень корекції фізичного стану школярів у процесі фізичного виховання. Проте поза увагою науковців залишилася розробка сучасної технології, спрямованої на корекцію фізичного стану учнів 15–16 років із використанням засобів спортивного туризму в процесі фізичного виховання.

Передумовами обґрунтування та розробки технології корекції фізичного стану підлітків були результати аналізу літературних джерел, констатувального експерименту й проведеного анкетування [3, 5, 7, 10, 17].

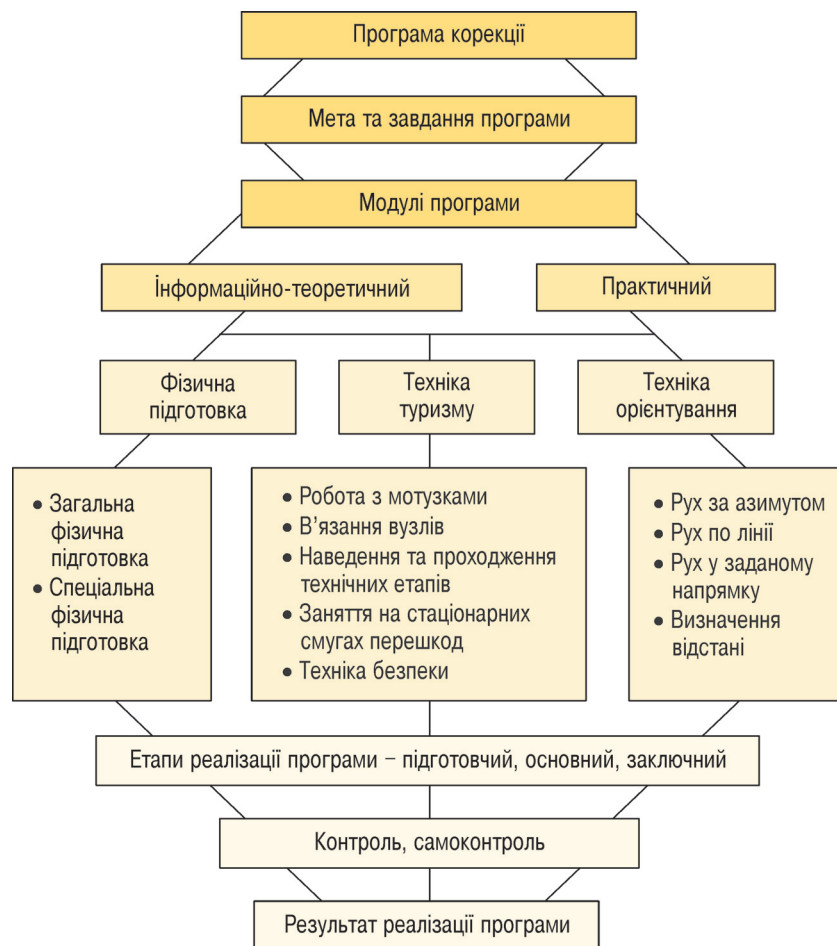


Рисунок 1 – Структура програма корекції фізичного стану школярів 15–16 років засобами спортивного туризму

Розроблена нами технологія має на меті корекцію фізичного стану школярів 15–16 років у процесі фізичного виховання. Відтак ми поставили ряд завдань, основними серед яких є діагностика фізичного стану учнів; розробка програми корекції відповідно до реального рівня фізичного стану; визначення організаційних, педагогічних і соціальних умов реалізації технології; визначення критеріїв її ефективності [1, 2].

Діагностика фізичного стану підлітків спрямована на отримання об'єктивної інформації про показники фізичного розвитку, фізичного здоров'я, добову рухову активність, рівень фізичної підготовленості й технічної підготовленості зі спортивного туризму.

Умови реалізації технології розглянуто в трьох аспектах: організаційні, соціальні та педагогічні. До критеріїв ефективності впровадження технології корекції фізичного стану школярів

віднесено зміни показників фізичного розвитку, фізичного здоров'я, фізичної підготовленості, а також зміни в технічній підготовленості зі спортивного туризму.

Розроблену нами програму корекції фізичного стану школярів 15–16 років засобами спортивного туризму як складову частину технології представлено на рисунку 1.

У ході реалізації програми виконуються оздоровчі, освітні та виховні завдання. До розробленої програми входять два модулі – інформаційно-теоретичний та практичний.

Інформаційно-теоретичний модуль має на меті збагачення необхідною інформацією педагогів і школярів про будову й функціонування опорно-рухового апарату та його значення в життєдіяльності людини, роль оздоровчої рухової активності в зміцненні здоров'я, засоби, форми і методи корекції фізичного стану.

Практичний модуль. До його складу входять три блоки: «Фізична підготовка», «Техніка туризму», «Техніка орієнтування». Цей модуль передбачає реалізацію запропонованих засобів техніки туризму й орієнтування та комплексів фізичних вправ із метою корекції фізичного стану підлітків, які сформовано на основі результатів факторного аналізу. Розроблена нами програма передбачає застосування контролю й самоконтролю за впливом на організм школярів різноманітних засобів і форм спортивного туризму на всіх етапах її втілення в життя.

Програма корекції фізичного стану реалізується протягом трьох етапів: підготовчого, який триває протягом чотирьох тижнів (жовтень). У цей період заняття гуртка проходять двічі на тиждень – у вівторок та четвер – у позаурочний час, також школярі беруть участь у змаганнях у вихідний день згідно з календарем; основного, який триває двадцять чотири тижні – із листопада по квітень; розклад занять аналогічний попередньому етапу, але з третього тижня вводиться колове тренування, що проводиться зазвичай на місцевості (за умови несприятливих погодних умов – у спортивному залі). Станції формуються залежно від місця проведення: якщо на місцевості – включають усі етапи техніки туризму та орієнтування; якщо в залі – кількість етапів скорочується; завершального, який триває чотири тижні (травень), схема занять така сама, як у підготовчий період.

Фізичне навантаження на організм школярів залежно від віку, статі та рівня фізичного стану ми регулювали за допомогою таких параметрів, як тривалість виконання вправ, кількість повторень, темп виконання вправ, вихідне положення, паузи відпочинку між вправами, амплітуда рухів, застосування вправ на гнучкість, розслаблення, дихальних вправ.

Про ефективність упровадження розробленої технології корекції фізичного стану [8] свідчить статистично значуще ($p < 0,05$) покращення всіх показників фізичного здоров'я хлопців 15–16 років. Так, у них відбулося зростання показників життєвого (ЖІ) й силового індексів (СІ), а також оцінки відповідності маси довжині їхнього

тіла, водночас зменшилися показники індексу Робінсона та індексу Руф'є. Причому для обох вікових груп характерне максимальне зниження індексу Руф'є (23,02 % у 15- і 22,41 % – у 16-річних хлопців), що свідчить про значне підвищення їхньої фізичної роботоздатності.

У дівчат 15–16 років відбулося статистично значуще ($p < 0,05$) зменшення значення ЖІ, що зумовлено більш швидким темпом зростання показників фізичного розвитку (зокрема маси тіла), ніж показників дихальної системи. Доведено статистично значуще ($p < 0,05$) збільшення оцінки відповідності маси довжині тіла, а також статистично значуще ($p < 0,05$) зменшення індексу Руф'є у дівчат як 15, так і 16 років, що вказує на поліпшення зазначених показників їхнього фізичного здоров'я.

Подальші розрахунки дали змогу встановити підвищення оцінки фізичного здоров'я підлітків 15–16 років після запровадження технології незалежно від статі (рис. 2).

Розподіл іспитованих за рівнями фізичного здоров'я після проведення експерименту засвідчив, що серед них є такі, що характеризуються вищим за середній рівнем, зокрема це 16,13 % хлопців 15 та 8,0 % 16 років. Причому виявлено, що кількість хлопців 15 років із вищим за середній рівнем фізичного здоров'я після експерименту статистично значуще ($p < 0,05$) зросла. І хоча статистично значущого ($p > 0,05$) збільшення чисельності 16-річних хлопців із вищим за се-

редній рівнем фізичного здоров'я підтвердити не вдалося, усе ж можемо простежити позитивну динаміку до збільшення відсотка хлопців, котрі характеризуються вищим за середній рівнем фізичного здоров'я.

Показники фізичної та технічної підготовленості підлітків зі спортивного туризму після експерименту також підтверджують їх покращення. Так, у хлопців і дівчат 15 років статистично значуще ($p < 0,05$) поліпшились усі характеристики фізичної підготовленості.

У хлопців 15 років максимальний приріст зафіксовано за даними статичної рівноваги в тестах із розплющеними та заплющеними очима, а також значний приріст за показником сили. У 15-річних дівчат спостерігали максимальний приріст за показником сили й значний приріст статичної рівноваги в тесті із розплющеними очима.

У підлітків 16 років також статистично значуще ($p < 0,05$) поліпшились усі показники фізичної підготовленості, за винятком результатів тестової вправи «піднімання в сід за 1 хв», де в дівчат статистично значущих ($p > 0,05$) відмінностей наприкінці експерименту не встановлено. У 16-річних хлопців максимальний приріст виявлено за показниками статичної рівноваги в тесті із розплющеними очима й показником сили, у дівчат – максимальний приріст показників сили.

У хлопців 15 років за період експерименту статистично значуще ($p < 0,05$) зросла технічна підготовленість за всіма досліджуваними показниками, причому найбільше покращення

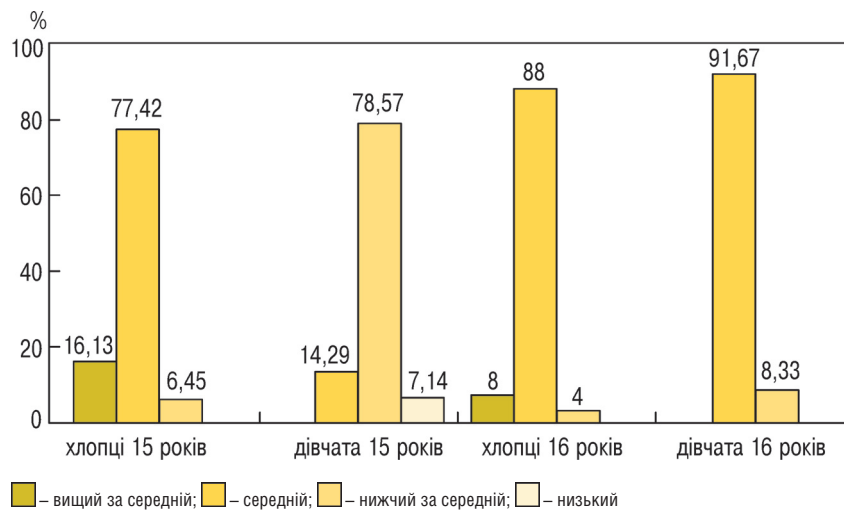


Рисунок 2 – Розподіл підлітків за рівнями фізичного здоров'я після проведення експерименту

щення простежено за характеристикою «підйом траверс–спуск», де скорочення часу подолання дистанції коливалось від 13,9 до 16,7 %.

У хлопців 16 років протягом експерименту також відбулося статистично значуще ($p < 0,05$) поліпшення показників технічної підготовленості, найбільше покращення спостерігали у тесті «в'язання вузлів», де зафіксовано скорочення часу, що становило від 8,63 до 16,89 %.

У дівчат обох груп також зафіксовано статистично значуще ($p < 0,05$) поліпшення характеристик технічної підготовленості. При цьому максимальне покращення в них спостерігали за часом подолання «підйом траверс–спуск»: у дівчат 15 років зменшення часу за виконанням цього тесту варіювало від 19,2 до 25 %, а в 16-річних від'ємний приріст коливався між 15,94 та 17,19 %.

Висновки:

1. На основі проведеного констатувального експерименту теоретично обґрунтовано й розроблено технологію корекції фізичного стану школярів 15–16 років із використанням засобів спортивного туризму, яка включає мету, завдання, принципи, методи, діагностику фізичного стану, умови реалізації, програму корекції фізичного стану, що містить інформаційно-теоретичний і практичний модулі, складовими частинами яких є техніка туризму: робота з мотузками, в'язання вузлів, наведення та проходження технічних етапів, заняття на стаціонарних смугах перешкод, техніка безпеки; техніка орієнтування: рух за азимутом, рух по лінії, рух у заданому напрямку, визначення відстані; фізична підготовка – загальна й спеціальна, контроль та самоконтроль на кожному етапі її реалізації, а також критерії ефективності (зміни показників фізичного розвитку, фізичного здоров'я, даних фізичної підготовленості, а також технічної підготовленості зі спортивного туризму).

2. Упровадження розробленої авторської технології в процес фізичного виховання загальноосвітньої школи дало змогу досягти протягом перетворювального експерименту позитивної динаміки за такими показниками:

- статистично значуще ($p < 0,05$) збільшення рівня оцінки фізичного здоров'я підлітків 15–16 років у кожній статево-віковій групі. Так, відбулися позитивні зміни в розподілах підлітків за рівнями фізичного здоров'я: на 45,16 % ($p < 0,05$) збільшилася частка хлопців 15 років із середнім і на 22,58 % зменшилася частка дівчат 15 років із низьким рівнями фізичного здоров'я. Простежено скорочення на 44,0 % ($p < 0,05$) частки хлопців 16 років із нижчим за середній та збільшення на 50,0 % ($p < 0,05$) дівчат 16 років із середнім рівнями фізичного здоров'я;

- статистично значуще ($p < 0,05$) вдосконалення всіх показників фізичного здоров'я хлопців 15–16 років. Так, відбулося зростання характеристик життєвого та силового індексу, а також оцінки відповідності маси довшині їхнього тіла й зменшення індексу Робінсона та індексу Руф'є (причому для обох вікових груп характерним було максимальне зниження індексу Руф'є (23,02 % у 15 і 22,41 % у 16-річних хлопців), що свідчить про значне підвищення їхньої фізичної роботоздатності);

- у дівчат 15–16 років відбулося статистично значуще ($p < 0,05$) збільшення оцінки відповідності маси довшині тіла, а також статистично значуще ($p < 0,05$) зменшення життєвого індексу й індексу Руф'є, що вказує на покращення зазначених показників їхнього фізичного здоров'я;

- у підлітків 15–16 років також статистично значуще ($p < 0,05$) поліпшились усі показники фізичної підготовленості, за винятком результатів тестової вправи «піднімання в сід за 1 хв», де в дівчат 16 років статистично значущих ($p > 0,05$) відмінностей наприкінці експерименту не встановлено. Водночас у хлопців 15 років максимальний приріст зафіксовано за даними статичної рівноваги в тестах із розплющеними (19,9 %) і заплющеними очима (18,4 %), а також значний приріст показника сили (15,82 і 13,44 %); у дівчат 15 років максимальний приріст показника сили (38,1 %), а також значний приріст за даними статичної рівноваги в тесті із розплющеними очима (21,1 %); у хлопців 16 років максимальний приріст виявлено за по-

казниками статичної рівноваги в тесті з відкритими очима (34,74 %) й сили (32,55 %); у дівчат максимальний приріст показника сили (27,29 і 31,15 %).

3. Технічна підготовленість підлітків 15–16 років за період експерименту статистично значуще ($p < 0,05$) зростала за всіма досліджуваними показниками:

- у хлопців 15 років найбільше вдосконалення відбулося за показником тесту «підйом траверс–спуск», де скорочення часу подолання дистанції в середньому становило 15,48 %;

- у хлопців 16 років, на відміну від 15-річних, найбільше вдосконалення спостерігали за показником тесту «в'язання вузлів», де зафіксовано скорочення часу в середньому 12,78 %;

- у дівчат обох вікових груп максимальне поліпшення відбулось у тесті «підйом траверс–спуск»: у 15-річних школярів зменшення часу за виконанням цього тесту в середньому становило 21,5 %, а в 16-річних скорочення часу в середньому дорівнювало 16,65 %.

Перспективи подальших досліджень передбачають вивчення питання розробки технології корекції фізичного стану школярів 13–14 років з використанням засобів спортивного туризму.

Конфлікт інтересів. Автори заявляють, що відсутній будь-який конфлікт інтересів.

ЛІТЕРАТУРА

1. Альошина А, Дем'янчук О. Обґрунтування технології корекції фізичного стану школярів із використанням засобів спортивного туризму. Вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки. Фізичне виховання і спорт. 2019;33:45-8. <https://sportvisnyk.vnu.edu.ua/index.php/sportvisnyk/article/view/778>
2. Альошина А, Дем'янчук О. Зміст та структура технології корекції фізичного стану школярів засобами спортивного туризму. Вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки. Фізичне виховання і спорт. 2019;34:47-56. <https://sportvisnyk.vnu.edu.ua/index.php/sportvisnyk/issue/view>
3. Альошина А, Дем'янчук О. Факторна структура фізичного стану та технічної підготовленості старшокласників, які займаються спортивним туризмом. Вісник Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини. 2020;16:5-10. DOI: <https://doi.org/10.32626/2309-8082.2020-16.5-10>
4. Асаулюк Ю. Теоретико-методичні основи професійно-прикладної фізичної підготовки студентів мистецьких спеціальностей [дисертація]. Київ: НУФВСУ; 2020. 462 с.
5. Бліснів ТВ. Організаційно-методичне забезпечення оздоровчо-рекреаційної діяльності учнівської молоді у закладах позашкільної ос-

віти туристсько-краєзнавчого напрямку [дисертація]. Київ: НУФВСУ; 2019. 258 с.

6. Випасняк ІП. Корекційно-профілактичні технології у процесі фізичного виховання студентів із функціональними порушеннями опорно-рухового апарату: монографія. Івано-Франківськ: Вид. Кушнір Г. М.; 347 с.

7. Гончарова НМ. Теоретико-методичні основи здоров'яформуючих технологій в процесі фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку [дисертація]. Київ: НУФВСУ; 2019. 541 с.

8. Дем'янчук О. Ефективність технології корекції фізичного стану школярів засобами спортивного туризму. Вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки. <https://sportvisnyk.vnu.edu.ua/index.php/sportvisnyk/issue/view/29> Фізичне виховання і спорт. 2019;35:59-66.

9. Имас ЕВ, Дутчак МВ, Трачук СВ. Стратегии и рекомендации по здоровому образу жизни и двигательной активности: сб. материалов ВОЗ. Киев: Олимпийская лит. 2013; 528 с.

10. Круцевич Т, Марченко О. Структура моделі ціннісних орієнтирів індивідуальної фізичної культури школярів різних вікових груп. Слобожанський науково-спортивний вісник. 2018; 5(67): 5–10.

11. Мулик КВ, Мулик ВВ. Мотивація школярів та студентів до спортивно-оздоровчих занять з туризму. В: Єрмаков СС, редактор. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: зб. наук. праць. 2015; 7, 33–8.

12. Чернявський МВ. Рекреаційно-оздоровчі технології у процесі фізичного виховання молодших школярів [дисертація]. Київ: НУФВСУ; 2012. 196 с.

13. Andriieva O, Kashuba V, Carp I, Blystiv T, Palchuk M, Kovalova N, Khrypko I. Assessment of emotional state and mental activity of 15-16 year-old boys and girls who had a low level of physical activity *Journal of Physical Education and Sport* © (JPES). 2019; 19(147): 1022–1029.

14. Imas YV, Dutchak MV, Andriieva OV, Kashuba VO, Kentsytska IL, Sadovskiy OO. Modern approaches to the problem of values' formation of students' healthy lifestyle in the course of physical training. *Physical Education of Students*. [цитовано 2018 Жовт 3]. 2018; 22(4): 182–189. Взято з <https://doi.org/10.15561/20755279.2018.0403>

15. Kashuba V, Goncharova N, Butenko H. Practical Implementation of the Concept of Health-Forming Technologies into the Process of Physical Education of Primary School Age Children. *Education, Health and Sport formerly Journal of Health Sciences*. Kazimierz Wielki University in Bydgoszcz. Bydgoszcz, Poland. 2016; 8(6): 469–77. Взято з <http://www.ojs.ukw.edu.pl/index.php/johs/article/view/6579>.

16. Kashuba V, Golovanova N. Increase in efficiency of professionally applied physical training of pupils of 16–17 years old based on application of informational and methodical systems. *Physical education of students*. 2018; 22(2): 57–62.

17. Kashuba V, Savliuk S, Chalii L, Zakharina I, Yavorskyu A, Panchuk A, Grygus I, Ostrowska M. Technology for correcting postural disorders in primary school-age children with hearing impairment during physical education. *Journal of Physical Education and Sport* © (JPES). 2020. (Supplement issue 2). 133: 939–945.

18. Savliuk S, Kashuba V, Vypasniak I, Yavorskyu A, Kindrat P, Grygus I, Vakoliuk A, Panchuk I, Hagner-Derengowska M. Differentiated approach for improving the physical condition of children with visual impairment during physical education. *Journal of Physical Education and*

Sport © (JPES). 2020. (Supplement issue 2). 136: 958–965.

LITERATURE

1. Aleshyna A, Demianchuk O. Substantiation of the technology of physical condition correction of schoolchildren with the use of sports tourism. *Youth Scientific Journal Lesya Ukrainka Eastern European National University. Physical education and sport*. 2019;33:45-8. <https://sportvisnyk.vnu.edu.ua/index.php/sportvisnyk/article/view/778>

2. Aleshyna A, Demianchuk O. Content and structure of technology of physical condition correction of schoolboys by means of sports tourism. *Youth Scientific Journal Lesya Ukrainka Eastern European National University. Physical education and sport*. 2019;34:47-56. <https://sportvisnyk.vnu.edu.ua/index.php/sportvisnyk/issue/view/31>

3. Aleshyna A, Demianchuk O. Factor structure of physical condition and technical preparedness of children aged 15–16 years who are engaged in sports tourism. *Visnyk of Kamianets-Podilsky Ivan Ohienko National University. Physical education, sport, and human health*. 2020;16:5-10. DOI: <https://doi.org/10.32626/2309-8082.2020-16.5-10>

4. Asauliuk IO. Theoretico-methodological bases of professional and applied physical training of students of art specialties. [dissertation]. Kyiv: NUPESU; 2020. 462 p.

5. Blystiv TV. Organizational and methodological support for health-enhancing and recreational activities of students in out-of-school educational institutions focused on outdoor and local leisure activities [dissertation]. Kyiv: NUPESU; 2019. 258 p.

6. Vypasniak IP. Corrective and preventive technologies in the physical education process for students with functional disorders of the musculoskeletal system: monograph. Ivano-Frankivsk: Publ. house Kushnir H. M.; 347 p.

7. Honcharova NM. Theoretical and methodological background of health-promoting technologies in the process of physical education of primary school-age children. [dissertation]. Kyiv: NUPESU; 2019. 541 p.

8. Demianchuk O. The effectiveness of the correction technology of the physical condition of schoolchildren by means of sports tourism. *Youth Scientific Journal Lesya Ukrainka Eastern European National University*. <https://sportvisnyk.vnu.edu.ua/index.php/sportvisnyk/issue/view/29> Physical education and sport. 2019;35:59-66.

9. Imas EV, Dutchak MV, Trachuk SV. Strategies and recommendations for a healthy lifestyle and physical activity: Sourcebook of the WHO. Kiev: Olympic literature; 2013; 528 p.

10. Krutsevych TYu, Marchenko O. The structure of the model of value orientations of individual physical culture of school students of different age groups. *Slobozhanskyi nauково-sportyvnyi visnyk*. 2018; 5(67): 5–10.

11. Mulyk KV, Mulyk VV. Motivation of schoolchildren and students for health related tourism. In: Yermakov SS, editor. *Pedagogics, psychology, medical-biological problems of physical education and sports: collection of scientific papers*. 2015; 7: 33–8.

12. Cherniavskiy MV. Recreational and health-enhancing technologies in the process of physical education of junior school students [dissertation]. Kyiv: NUPESU; 2012. 196 p.

13. Andriieva O, Kashuba V, Carp I, Blystiv T, Palchuk M, Kovalova N, Khrypko I. Assessment of emotional state and mental activity of 15-16 year-old boys and girls who had a low level of physical activity *Journal of Physical Education and Sport* © (JPES). 2019; 19(147): 1022–1029.

14. Imas YV, Dutchak MV, Andriieva OV, Kashuba VO, Kentsytska IL, Sadovskiy OO. Modern approaches to the problem of values' formation of students' healthy lifestyle in the course of physical training. *Physical Education of Students*. [цитовано 2018 Жовт 3]. 2018; 22(4): 182–189. Взято з <https://doi.org/10.15561/20755279.2018.0403>

15. Kashuba V, Goncharova N, Butenko H. Practical Implementation of the Concept of Health-Forming Technologies into the Process of Physical Education of Primary School Age Children. *Education, Health and Sport formerly Journal of Health Sciences*. Kazimierz Wielki University in Bydgoszcz. Bydgoszcz, Poland. 2016; 8(6): 469–77. Взято з <http://www.ojs.ukw.edu.pl/index.php/johs/article/view/6579>.

16. Kashuba V, Golovanova N. Increase in efficiency of professionally applied physical training of pupils of 16–17 years old based on application of informational and methodical systems. *Physical education of students*. 2018; 22(2): 57–62.

17. Kashuba V, Savliuk S, Chalii L, Zakharina I, Yavorskyu A, Panchuk A, Grygus I, Ostrowska M. Technology for correcting postural disorders in primary school-age children with hearing impairment during physical education. *Journal of Physical Education and Sport* © (JPES). 2020. (Supplement issue 2). 133: 939–945.

18. Savliuk S, Kashuba V, Vypasniak I, Yavorskyu A, Kindrat P, Grygus I, Vakoliuk A, Panchuk I, Hagner-Derengowska M. Differentiated approach for improving the physical condition of children with visual impairment during physical education. *Journal of Physical Education and Sport* © (JPES). 2020. (Supplement issue 2). 136: 958–965.

Надійшла 20.10.2021

ІНФОРМАЦІЯ ПРО АВТОРІВ

Альошина Алла Іванівна E-mail: aleshina1012@gmail.com, E-mail: Aloshina.Alla@vnu.edu.ua, ORCID 0000-0001-6517-1984

Дем'янчук Олена Григорівна E-mail: Demianchuk.Olena@vnu.edu.ua, ORCID 0000-0002-9418-6285
Волинський національний університет імені Лесі Українки

INFORMATION ABOUT THE AUTHORS

Aloshyna Alla E-mail: aleshina1012@gmail.com, E-mail: Aloshina.Alla@vnu.edu.ua, ORCID 0000-0001-6517-1984

Demianchuk Olena E-mail: Demianchuk.Olena@vnu.edu.ua, ORCID 0000-0002-9418-6285

Lesya Ukrainka Volyn National University