

Сахненко Анна Василівна, Доктор філософії (спеціальність 017 – Фізична культура і спорт), Доцент, Доцент кафедри фізичного виховання, Сумський національний аграрний університет, 40000, м. Суми, вул. Г. Кондратьєва 160, тел.: (0542) 62-78-16

e-mail: anna.sakhnenko@snau.edu.ua

<https://orcid.org/0000-0002-8084-3897>

ФОРМУВАННЯ ЗМІСТУ ПРОФЕСІЙНО ОРІЄНТОВАНОГО ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ АГРАРНИХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ НА ЗАСАДАХ АКМЕОЛОГІЇ

Анотація. Становлення демократичної держави вимагає створення якісно нової системи національної освіти з метою забезпечення відродження інтелектуального та духовного потенціалу українського народу. Перетворення суспільного життя, його економічної й соціальної сфер, передбачають новий зміст освіти, орієнтованої на особистість студента та його професійну самореалізацію.

Людина визначається не тільки соціальними, а й біологічними якостями. Здоровою можна вважати людину, що відзначається гармонійним фізичним та розумовим розвитком і добре адаптована до оточуючого природного та соціального середовища. Гармонія фізичного, психічного, соціального й духовного потенціалів їх нероздільна єдність повинна стати головною методологічною позицією в підході до процесу засвоєння й удосконалення людиною цінностей фізичної культури, в основі якої лежить рухова активність особистості, тобто використання нею фізичних вправ, спрямованих на розвиток і збереження фізичних якостей, покращення психофізіологічних процесів тощо.

Пріоритетна спрямованість на підготовку кваліфікованих фахівців аграрної вищої освіти, усвідомлення особистості як цінності освітянського процесу, визначають необхідність створення для неї такого соціокультурного середовища, в якому вона може повноцінно реалізувати свої професійні та особистісні інтереси і здібності. За таких умов важливої ролі набуває оновлення змісту фізичного виховання майбутніх аграріїв, як підсистеми цілісного педагогічного процесу, з урахуванням в організації освітнього процесу у вищій школі професійної зорієнтованості та акмеологічної спрямованості фізичної підготовки студентів аграрних спеціальностей.

У представлений статті автором визначено мету й завдання фізичного виховання майбутніх аграріїв, сформовано і теоретично обґрунтовано зміст професійно орієнтованого фізичного виховання студентів аграрних спеціальностей на засадах акмеології.

Ключові слова: освітній процес, фізичне виховання, професійно орієнтоване, акмеологія, засади, зміст, завдання, мета.

Sakhnenko Anna Vasylivna, Doctor of Philosophy (specialty 017 – Physical Culture and Sports), Docent, Associate Professor of Physical Education Department, Sumy National Agrarian University, 40000, Sumy, st. G. Kondratieva 160, tel.: (0542) 62-78-16

e-mail: anna.sakhnenko@snau.edu.ua

[https // orcid.org / 0000-0002-8084-3897](https://orcid.org/0000-0002-8084-3897)

CONTENT FORMATION OF STUDENTS' PROFESSIONALLY ORIENTED PHYSICAL OF AGRICULTURAL SPECIALTIES ON ACMEOLOGY BASIS

Abstract. The formation of a democratic state requires the creation of a qualitatively new system of national education in order to ensure the revival of the intellectual and spiritual potential of the Ukrainian people. The public life transformation, its economic and social spheres, provide for a new educational content, focused on the student's personality and professional self-realization.

A person has become not only social, but also biological qualities. A person can be considered healthy if he is distinguished by harmonious physical intelligence and development and is well adapted to the surrounding natural and social environment. The harmony of physical, mental, social and spiritual potentials, their inseparable unity, should become the main methodological position in the approach to the process of consolidating and improving human values of physical culture, on the basis of which lies the individual's motor activity, that is, the use of physical exercises aimed at developing and preserving physical qualities, improving psychophysiological processes, etc.

Priority focus on training qualified specialists of agricultural higher education, awareness of the individual as the value of the educational process, the need to create for such a socio-cultural environment in which is able to fully realize her professional and personal interests and opportunities. Under such conditions, the content of updating the physical education of future agrarians, as a subsystem of a purposeful pedagogical process, takes on an important role, taking into account the organization of the educational process in higher education of professional orientation and acmeological orientation of physical training of students of agricultural specialties.

In the presented article, the author defines the goal and objectives of physical education of future agrarians, forms and theoretically substantiates the content of professionally oriented physical education of students of agricultural specialties on the acmeology principles.

Keywords: educational process, physical education, professionally oriented, acmeology, principles, content, tasks, goal.

Постановка проблеми. В умовах реформування системи вищої освіти нашої країни все частіше постає питання відповідності організації фізичного виховання у закладах вищої освіти інтересам студентства і потребам професійної підготовки кваліфікованих спеціалістів, здатних до саморозвитку і самовдосконалення, постійного пошуку нестандартних способів вирішення будь-якого виробничого завдання, використання досягнень науково-технічного прогресу та успішної особистісної і професійної самореалізації [1].

Потреба модернізації системи фізичного виховання зумовлює пошук нових форм і методів організації занять, які б відповідали інтересам студентів, підвищували рівень здоров'я та виховували вміння і навички, необхідні для успішної подальшої професійної діяльності майбутніх спеціалістів.

Формування, професійне становлення та розвиток особистості майбутнього фахівця, його самовдосконалення протягом життя, є важливим питанням, на вирішення якого спрямовані наукові дослідження у галузі акмеології. Саме тому, в умовах зростання конкурентоспроможності на сучасному ринку праці, професійно орієнтоване фізичне виховання майбутніх

фахівців аграрної промисловості повинно здійснюватись на засадах акмеології, що, у свою чергу, зумовлює потребу в оновленні та обґрунтуванні змісту освітнього процесу у вищій школі.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. За Великим словником сучасної української мови категорія «зміст» – це «розумна основа, мета, призначення чого-небудь» [2, с. 467]. У педагогіці поняття «зміст вищої освіти» трактується як «система знань, умінь і навичок, професійних світоглядних і громадянських якостей, що має бути сформована в процесі навчання з урахуванням перспектив розвитку суспільства, науки, техніки, технологій, культури та мистецтва» [3].

Досліджуючи особливості організації фізичного виховання студентів-аграріїв, Г. П. Грибан визначає наступні принципи формування його змісту [4, с. 188]:

- принцип генералізації і концентрації змісту на основі концепцій, закономірностей, ідей та інноваційних технологій фізкультурно-оздоровчої освіти, теорії і методики фізичного виховання, педагогіки і психології, на яких базується навчальний предмет «Фізичне виховання» [4, с. 188];

- принцип наукової цілісності, який вимагає засвоєння окремих видів спорту, розвитку фізичних якостей, набуття вмінь і навиків як частини загального процесу фізичного виховання [4, с. 188];

- принцип відповідності змісту фізичного виховання майбутній професійній діяльності фахівців-аграріїв [4, с. 188];

- принцип єдності змісту фізичного виховання та інших навчальних дисциплін з метою створення у майбутнього фахівця цілісної наукової картини для забезпечення стійкої життєдіяльності [4, с. 188];

- принцип перспективності розвитку знань, практичних і методичних умінь і навиків, мотиваційно-ціннісного ставлення до засобів фізичного виховання з метою збереження і дотримання здорового способу життя після закінчення ЗВО [4, с. 188].

Дослідниця Л. С. Ібрагімова стверджує, що формування структури і змісту навчальної дисципліни «Фізичне виховання» детерміновано метою і завданнями, що вирішуються у процесі її реалізації [5, с. 612].

Науковець М. М. Фіцула тлумачить дефініцію «зміст освіти» як науково обґрунтовану систему дидактичного та методично оформленого навчального матеріалу для різних освітніх і освітньо-кваліфікаційних рівнів. На думку автора, зміст освіти визначають [6, с. 96-97]:

- освітньо-професійні програми підготовки фахівців з вищою освітою певних освітньо-кваліфікаційних рівнів;

- програми навчальних дисциплін;

- структурно-логічні схеми підготовки;

- інші нормативні документи та навчальна і навчально-методична література.

Мета статті: визначити мету і основні завдання професійно орієнтованого фізичного виховання на засадах акмеології у вищій школі. На основі проведеного аналізу сформуванню та теоретично обґрунтувати зміст професійно орієнтованого фізичного виховання студентів аграрних спеціальностей на засадах акмеології.

Виклад основного матеріалу дослідження. Метою викладання навчальної дисципліни «Фізичне виховання» є послідовне формування фізичної культури особистості фахівця-професіонала аграрної промисловості, здатного до саморозвитку і самовдосконалення на шляху до досягнення акме.

Відповідно до реалізації мети було визначено наступні завдання фізичного виховання: акмеологічні, професійно орієнтовані, освітні, виховні та оздоровчі. Розглянемо більш детально кожен групу завдань.

Дослідниця О. П. Цюняк зазначає, що акмеологічна спрямованість впливає на особистісно-професійне становлення суб'єктів освітнього процесу та їхню взаємодію. Водночас вона спрямовує освітній процес на акмеологічне (творчо-вершинне, самоактуалізаційне, самореалізаційне) особистісне та професійне становлення людини, тобто на досягнення нею вершин у фізичному, духовно-моральному й професійному розвитку [7, с. 236].

Вирішення акмеологічних завдань акмеологічно спрямованого професійно орієнтованого фізичного виховання передбачає формування у майбутніх фахівців мотивації до саморозвитку й самоактуалізації, прагнення до самовдосконалення та реалізації свого акмеологічного потенціалу як особистості й професіонала.

Великий словник сучасної української мови визначає дефініцію «потенціал» як приховані здатності, сили для здійснення якої-небудь діяльності, що можуть виявитися за певних умов [2, с. 1087].

Науковець В. Марков виокремлює наступні структурні складові акмеологічного потенціалу особистості фахівця [8]:

- «хочу» – відображає мотиваційну складову;
- «можу» – відображає можливості особистості;
- здібності особистості (загальні і професійні);
- досвід (суб'єктний та професійний) що становить проміжну ланку між акмеологічним потенціалом особистості та її практичною діяльністю;
- здатність до саморозвитку, що конкретизується у здібності до самоосвіти і самовдосконалення.

На думку А. Кузнєцова і С. Селезньової, розвиток особистості визначається внутрішніми та зовнішніми факторами, що перебувають у нерозривному зв'язку та взаємообумовленості. З огляду на це, дослідники виділяють наступні внутрішні (природна активність індивіда, суб'єктність (механізм «само»), потреба у досягненнях, мисленнєва діяльність) і зовнішні (інституціональні (фірма, ринок, освіта, цінності), соціальні (зміст професії, діяльність, спілкування, колектив) фактори, що визначають розвиток акмеологічного потенціалу фахівця [9].

Науковець Д. Мотигуллін розглядає професійні вміння фахівця як його готовність до професійного самовдосконалення і в той же час – як критерій формування акмеологічного потенціалу [10].

Таким чином, акмеологічними завданнями було визначено формування акмеологічного потенціалу і здатності його реалізації, що передбачає засвоєння теоретичних знань у сфері акмеології, розвиток професійно важливих якостей і формування мотивації до саморозвитку і самовдосконалення майбутніх фахівців.

Вирішення професійно орієнтованих завдань передбачає профілювання фізичного виховання згідно вимог майбутньої професії. Науковці у галузі теорії і методики фізичного виховання головними чинниками формування змісту та завдань професійно орієнтованої фізичної підготовки майбутніх фахівців визначають професійно важливі якості та особливості майбутньої професійної діяльності [11; 12; 13]. На думку А. А. Ребрини, професійно орієнтована фізична підготовка повинна бути спрямована на розвиток професійно важливих психофізичних здібностей і фізичних якостей, формування професійно важливих навиків і вмінь та виховання особистісних якостей [13, с. 40].

Отже, професійно орієнтовані завдання передбачають засвоєння теоретичних знань у сфері професійно орієнтованої фізичної підготовки і особливостей майбутньої професії, практичних умінь та навичок організовувати самостійні заняття фізичними вправами і розвиток професійно важливих фізичних якостей студентів аграрних спеціальностей.

Вирішення освітніх завдань передбачає засвоєння студентами теоретичних знань у сфері фізичної культури і спорту, практичних умінь і навичок та техніки виконання фізичних вправ.

Виховні завдання вирішуються шляхом здійснення естетичного, морально-вольового та інтелектуального виховання студентства в умовах освітнього процесу з акмеологічно спрямованого професійно орієнтованого фізичного виховання.

Вирішення оздоровчих завдань передбачає засвоєння теоретичних знань стосовно правил техніки безпеки під час занять фізичними вправами і на виробництві, методів самоконтролю, формування ціннісних установок на ведення здорового способу життя і профілактики захворювань, формування і підтримки належного рівня здоров'я і фізичної підготовленості – як результату занять акмеологічно спрямованим професійно орієнтованим фізичним вихованням.

Таким чином, у результаті занять акмеологічно спрямованим професійно орієнтованим фізичним вихованням, студенти аграрних спеціальностей повинні:

- володіти значним обсягом теоретичного матеріалу у сфері акмеології, фізичної культури, спорту, професійно орієнтованої фізичної підготовки (визначення основних понять, методики розвитку фізичних якостей тощо), техніки безпеки і особливостей умов праці спеціалістів агропромислового комплексу;

- знати техніку виконання вправ професійно орієнтованої і загальної фізичної підготовки;

- вміти самостійно складати комплекси ранкової та виробничої гімнастики за обраним напрямком спеціальностей;

- знати основні засоби та принципи складання тренувань з професійно орієнтованої і загальної фізичної підготовки;

- вміти правильно підбирати засоби і дозувати навантаження, використовуючи методи самоконтролю, у процесі самостійних занять з фізичного виховання;

- знати основи здорового способу життя, наслідки негативного впливу на організм шкідливих звичок;

- вміти організовувати заходи активного відпочинку у вільний від навчання та роботи час.

- підвищити рівень професійно орієнтованої фізичної підготовленості;
- покращити рівень фізичного здоров'я;
- мати належний рівень акмеологічної професійної фізичної готовності.

При розробці змісту професійно орієнтованого фізичного виховання на засадах акмеології студентів аграрних спеціальностей ми спирались на наукові дослідження щодо впливу обраних засобів і методів на розвиток професійно важливих якостей та стан здоров'я майбутніх аграріїв і професіографічні вимоги до підготовки фахівців природничо-аграрної групи спеціальностей.

Відповідно до професіограми, розробленої Л. П. Пилипеєм для фахівців природничо-аграрної групи спеціальностей, до професійно важливих фізичних якостей зазначеної групи віднесено: загальну витривалість, статичну силову витривалість, швидкісну витривалість, вибухову силу, силу м'язів плечового поясу і координаційні здібності. Для майбутніх фахівців зазначеної групи науковцем було запропоновано перелік вправ для ввільної та ранкової гімнастики і видів спорту, що позитивно впливають на розвиток професійно важливих якостей аграріїв. Серед них [12]:

- легка атлетика;
- важка атлетика;
- плавання;
- спортивні ігри (волейбол, баскетбол, футбол) тощо;
- лижний спорт;
- спортивна аеробіка;
- туризм і спортивне орієнтування;
- настільний теніс;
- стрільба.

У працях сучасних науковців доведено позитивний вплив використання засобів футболу на розвиток швидкісних, швидкісно-силових, координаційних якостей, вибухової сили та загальної витривалості людини [14-19]. Зазначені автори наголошують на тому, що ігрова та змагальна діяльність у футболі виступають засобами розвитку морально-вольових якостей, прагнення до перемоги, комунікативних навичок взаємодії в команді, колективізму, взаємодопомоги, швидкості і самостійності у прийнятті рішень.

Науковці В. М. Гузар і С. М. Юськів, розглядаючи заняття з елементами футболу як засіб фізичного виховання студентів, визначають їх наступні характерні ознаки [20, с. 47]:

- наявність елементів суперництва і емоційності в ігрових діях, що дозволяє відтворювати складні взаємини між суб'єктами освітнього процесу;
- умови виконання рухових дій, що постійно змінюються і вимагають швидкої пристосованості до них;
- варіативність ігрових ситуацій, що викликає необхідність прояву самостійності у прийнятті рішень і виборі тактики дій;
- необхідність комплексного прояву різноманітних психофізичних якостей.

Однією з вимог, що висувуються до освітнього процесу з акмеологічно спрямованого професійно орієнтованого фізичного виховання майбутніх

працівників агропромислового сектору є необхідність вироблення у них у процесі занять фізичними вправами стійкості до впливу на організм високих і низьких температур, високого і низького атмосферного тиску, підвищеної вологості зовнішнього середовища [12]. Зважаючи на це, важливого значення набуває можливість застосування засобів футболу в різних кліматичних і метеорологічних умовах, що на думку дослідників І. Г. Петренко та В. Р. Петровського, сприяє фізичному загартуванню, підвищує опірність до захворювань і підсилює адаптаційні можливості організму [21, с. 507]. Вироблення у студентів-аграріїв звички дотримуватись побутового, трудового, навчального та спортивного режимів, що відбувається під впливом використання засобів футболу, є основою формування здорового способу життя як однієї з умов досягнення особистісного і професійного акме.

На думку дослідника А. А. Головача, доцільність використання засобів футболу у навчальному процесі фізичного виховання студентів закладів вищої освіти зумовлена наступними чинниками [14]:

- футбол розвиває інтелектуальні, психологічні, психофізичні та рухові якості людини;
- систематичні заняття футболом покращують функціональні можливості рухового апарату, нервової системи, вегетативних органів, вдосконалюються координаційні та адаптаційні здібності;
- футбол виховує у студентів такі важливі якості характеру як воля, сміливість, ініціативність, рішучість, почуття колективізму;
- футбол сприяє фізичному загартуванню, підвищенню опірності організму і покращенню адаптаційних можливостей, що є основою для розвитку стійкості до впливу шкідливих факторів у професійній діяльності.
- футбол впливає на розвиток почуття відповідальності, взаєморозуміння і готовності до взаємодопомоги у кожного гравця команди;
- футбол сприяє розвитку особливостей зорового сприйняття, спостережливості, уваги, уяви, мислення, емоційної стійкості та вольових якостей.

Науковець Ю. В. Юрчишин зазначає, що особливості колективної взаємодії у футболі виховують почуття дружби, товариства, взаємодопомоги і впливають на розвиток таких цінних моральних якостей, як почуття відповідальності, повага до партнерів і суперників, дисциплінованість, активність. Автор підкреслює, що використання засобів футболу у навчально-виховному процесі створює можливості особистісного прояву самостійності, ініціативи, творчості кожного студента і, водночас, специфіка гри вимагає підпорядкування особистих прагнень інтересам колективу [22].

Дослідженню впливу засобів легкої атлетики на всебічний розвиток особистості присвячено праці багатьох сучасних науковців. На думку дослідника І. О. Ячнюка, використання засобів легкої атлетики у навчальному процесі сприяє всебічному фізичному розвитку людини, оскільки до їх складу входять майже всі життєво-важливі рухи: ходьба, біг, стрибки, метання. Науковець підкреслює, що легка атлетика відрізняється своєю багатогранністю і можливістю розвинути не одну фізичну якість, а комплексно впливати на рівень фізичної підготовленості, що зумовлює її оздоровче, виховне, освітнє та професійно орієнтоване значення [23].

Т. Г. Приставський, В. Й. Лемешко і Т. І. Дух зазначають, що засоби легкої атлетики, окрім покращення стану серцево-судинної, дихальної, нервової системи і опорно-рухового апарату, позитивно впливають на розвиток вибухової сили, витривалості, спритності, швидкісних і швидкісно-силових якостей людини [24, с. 83].

За твердженням В. Л. Волкова, підвищення ефективності навчального процесу з фізичного виховання у закладах вищої освіти засобами легкої атлетики зумовлено можливістю покращення розвитку фізичних якостей у процесі засвоєння техніки виконання легкоатлетичних вправ [25].

Розглядаючи напрямки фізичного вдосконалення студентів в контексті здоров'язбережувального навчання, науковці Н. Базилевич, М. Волківський і А. Самолук вважають засоби легкої атлетики важливим чинником гармонізації індивідуального розвитку майбутнього фахівця і формування у нього потреби у самовихованні і самовдосконаленні. На думку авторів, важливого значення при цьому набуває засвоєння студентами фундаментальних знань, вмінь і навичок в галузі фізичної культури і спорту взагалі і легкої атлетики зокрема, що є передумовою особистісної і професійної самореалізації у подальшому житті [26].

Питанням підвищення ефективності освітнього процесу з фізичного виховання у закладах вищої освіти та розвитку фізичних якостей студентів засобами настільного тенісу присвятили свої наукові розвідки В. В. Афанасьєв, Г. В. Барчукова, А. Н. Мизин, І. Д. Бірук, Є. А. Захаріна, Т. А. Глоба, Т. В. Маленюк, А. В. Пустовіт, А. І. Габрид, Ю. С. Чехівська та ін. [27-30].

На думку В. В. Афанасьєва і Т. А. Глоби, заняття з елементами настільного тенісу відрізняються високодинамічною і складнокоординаційною руховою діяльністю, що вимагає прояву швидкості складної рухової реакції, швидкості прогнозування, оперативного мислення, концентрації й переключення уваги [27; 30]. Під час гри у студентів спостерігається значна рухова діяльність у плечових, ліктьових, променево-зап'ястних, тазостегнових суглобах, і в хребетному стовпі. За твердженням Т. А. Глоби, заняття з використанням засобів настільного тенісу сприяють розвитку спеціальної ігрової витривалості [30].

Особливістю ігрової та змагальної діяльності у настільному тенісі, як стверджують науковці Г. В. Барчукова і А. Н. Мизин, є те, що впродовж гри студент повинен бути здатним швидко оцінювати обстановку та реагувати на дії суперника, стартувати та виконувати замахи, швидко пересуватися та міняти напрям переміщень, що сприяє розвитку швидкості і спритності рухів. Використання засобів настільного тенісу у навчальному і тренувальному процесі в умовах закладу вищої освіти позитивно впливає на нервову систему студентства: зростає сила, рухливість і врівноваженість нервових процесів, удосконалюється функція аналізаторів, що обумовлено великою різноманітністю подразників в процесі навчальних і тренувальних занять [28].

Вивчаючи особливості використання засобів настільного тенісу в умовах навчального процесу закладів вищої освіти, дослідниці Є. А. Захаріна та Т. А. Глоба наголошують, що заняття настільним тенісом мають важливе значення для покращення фізичної підготовленості взагалі і розвитку координаційних

здібностей зокрема. Такі заняття сприяють гармонійному розвитку студентства, виховуючи у них зібраність, рішучість, та наполегливість [30].

Особливості впливу засобів атлетичної гімнастики на всебічний розвиток студентської молоді в останні роки були об'єктом низки досліджень відчизняних фахівців у галузі теорії та методики фізичної культури і спорту.

На думку дослідниці О. К. Сиротинської, важливим ефектом використання спеціальних вправ атлетичної гімнастики в навчальному процесі є формування умінь і навичок силових переміщень власного тіла в різних режимах силової роботи, що є дуже важливим в життєзабезпеченні людини [31, с. 41-42].

Науковці О. В. Ханікянц і В. З. Максим стверджують, що комплексне використання вправ атлетичної гімнастики з фізичними вправами аеробного характеру (біг, плавання, аеробіка, спортивні ігри) чинить позитивний вплив на поставу, фізичний розвиток, нормалізацію маси тіла, рівень фізичної підготовленості, життєвий тонус та працездатність студентської молоді [32, с. 19].

У результаті проведеного дослідження, О. С. Мельник, О. М. Підсадочна і О. В. Столяр засвідчили позитивний вплив засобів атлетичної гімнастики на психоемоційний стан, швидкість концентрації, переключення і швидкість об'єму уваги студентів [33, с. 295].

На думку Р. Гаха, виконання вправ атлетичної гімнастики сприяє розвитку сили, швидкості, витривалості, позитивно впливає на серцево-судинну систему, органи дихання, виховує самодисципліну і формує ціннісні установки на ведення здорового способу життя [34, с. 153].

Дослідники А. Г. Крилов і М. М. Корюкаєв підкреслюють, що правильно підібравши вправи із арсеналу засобів атлетичної гімнастики можна істотно підвищити рівень здоров'я, фізичного розвитку і фізичної підготовленості людини. На їхню думку, систематичне використання засобів атлетичної гімнастики покращує координацію і точність рухів, формує уміння диференціювати величину виконуваної силової роботи з обтяженням і без обтяження [35, с. 61].

Одним із експериментальних нововведень у змісті професійно орієнтованого фізичного виховання студентів аграрних спеціальностей на засадах акмеології стало використання засобів і методики системи кросфіт, яка ідеально підходить для вирішення завдань професійно орієнтованої фізичної підготовки на засадах акмеології як юнаків так і дівчат аграрних спеціальностей.

Пошук раціональних підходів підвищення рівня розвитку професійно важливих фізичних якостей та оздоровлення організму студентів із застосуванням засобів і методики кросфіту у фізкультурно-оздоровчій роботі є, на наш погляд, одним із шляхів оптимізації освітнього процесу з акмеологічно спрямованого професійно орієнтованого фізичного виховання закладів вищої освіти.

До засобів кросфіту можна віднести вправи важкої атлетики, легкої атлетики, пліометрики (стрибкових тренувань), пауерліфтингу (присідання зі штангою на плечах, жим штанги лежачи на горизонтальній лаві, тяга штанги), гімнастики, гирьового спорту та різноманітні вправи з інших видів спорту [36].

Згідно реформ у галузі освіти, студентська молодь та працівники закладів вищої освіти мають право формувати змістовне наповнення навчальної програми у межах від 25 до 50% від загального обсягу. В свою чергу, керівництво закладу вищої освіти повинно забезпечити матеріально-технічну, науково-методичну та організаційну підтримку навчального процесу у відповідності до інтересів студентства [37]. Але універсальність засобів і методів кросфіту полягає у тому, що для занять за його системою не потрібен особливий інвентар та обладнання. Займатись можна як на спортивному майданчику, залі, так і в звичайному приміщенні, використовуючи у якості обтяження вагу власного тіла. Таким чином, обираючи заняття за системою кросфіт у якості експериментального чинника, ми врахували результати наших досліджень щодо сучасного стану матеріально-технічної бази в закладах вищої освіти аграрного профілю. Крім того, така особливість дозволяє проводити заняття із залученням великої кількості студентства, попередньо поділивши їх на групи і забезпечивши належним викладацьким складом.

Висновки. Планування навчального процесу розпочинається з проектування мети і завдань навчання. На наступному етапі планування визначається його зміст. Таким чином, метою професійно орієнтованого фізичного виховання студентів аграрних спеціальностей на засадах акмеології є послідовне формування фізичної культури особистості фахівця-професіонала аграрної промисловості, здатного до саморозвитку і самовдосконалення на шляху до досягнення акме. Відповідно до реалізації мети було визначено наступні завдання акмеологічно спрямованого професійно орієнтованого фізичного виховання студентів аграрних спеціальностей: акмеологічні, професійно орієнтовані, освітні, виховні та оздоровчі. До змісту професійно орієнтованого фізичного виховання студентів аграрних спеціальностей на засадах акмеології було віднесено засоби футболу, настільного тенісу, легкої атлетики, атлетичної гімнастики та кросфіту.

Література

1. Сахненко А. В., Лазоренко С. А. Рівень фізичної підготовленості студентів аграрних спеціальностей. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури. Фізична культура і спорт*, 2018. № 2. С. 77-80.
2. Великий тлумачний словник сучасної української мови / за заг. ред. В. Т. Бусела. К., Ірпінь: ВТФ Перун, 2005.
3. Лекції з педагогіки вищої школи / за заг. ред. В. І. Лозової. Харків: «ОВЗ», 2006.
4. Грибан Г. П. *Фізичне виховання студентів аграрних вищих навчальних закладів*. Житомир: Рута, 2012.
5. Ібрагімова Л. С. Стратегічні напрямки вдосконалення системи фізичного виховання студентів ВУЗів. *Молодий вчений*, 2016. № 3. С. 611-615.
6. Фіцула М. М. Педагогіка вищої школи. К.: «Академвидав», 2006.
7. Цюняк О. П. Реалізація акмеологічного підходу у професійній підготовці майбутніх магістрів початкової освіти до інноваційної діяльності. *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах*, 2020. № 68. С. 235-238.
8. Марков В. Н. Личностно-профессиональный потенциал кадров управления: психолого-акмеологическая оценка и оптимизация: дис. ... доктора психол. наук. М., 2004.
9. Кузнецов А. Г., Селезнева С. М. Факторы развития акмеологического потенциала менеджера. *Психология. Психофизиология*, 2012. № 45. С. 12-19.
10. Мотыгуллин Д. Н. Формирование акмеологического потенциала будущего учителя: дис. ... канд. пед. наук. К, 2001.

11. Карабанов Є. О. Професійно-прикладна фізична підготовка майбутніх фахівців агропромислового виробництва. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*, 2015. № 1. С. 34-38.
12. Пилипей Л. П. Теоретико-методичні основи професійно-прикладної фізичної підготовки студентів вищих навчальних закладів: дис. ... д-ра наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.02. Київ, 2011.
13. Ребрина А. А. Професійно важливі якості та особливості трудової діяльності маркетологів як чинник змісту їх ППФП. *Теорія та методика фізичного виховання*, 2007. № 3. С. 38-40.
14. Головач А. А. Вплив занять з футболу на формування особистості студентів вищих навчальних закладів. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія: Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт*, 2016. № 139 (2). С. 31-34. Режим доступу: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/VchdpuPN_2016_139\(2\)_10](http://nbuv.gov.ua/UJRN/VchdpuPN_2016_139(2)_10)
15. Журавльов С. О. Розвиток швидкісної сили і швидкісно-силової витривалості у футболістів команд ВНЗ. *Areas of scientific thought – 2018/2019: materials of the XV international scientific and practical conference*. 2018. С. 37-40.
16. Маляр Е. І. Вплив засобів футболу на рівень функціональної підготовленості студентів-податківців. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*, 2007. № 7. С. 101-104.
17. Оксьом П. М., Шумаков О. В. Міні-футбол – ефективний засіб фізичного виховання студенток вищого педагогічного навчального закладу. *Проблеми та перспективи розвитку ігрових видів спорту*: зб. наук. пр. V Всеукр. наук.-практ. конф. Львів, 2007. С. 54-58.
18. Соколова О. В., Миленко В. М. Вплив секційних занять з футболу на фізичний стан дітей середнього шкільного віку. *Вісник Запорізького національного університету*, 2017. № 1. С. 91-97.
19. Стасюк І. І. Вплив занять міні-футболом на фізичний розвиток студентів. *Вісник Кам'янець-Подільського національного університету. Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини*, 2009. № 2. С. 83-84.
20. Гузар В., Юськів С. Вплив занять футболом на формування професійно-прикладних фізичних якостей морських фахівців. *Проблеми і перспективи розвитку спортивних ігор та одноборств у закладах вищої освіти*, 2020. № 1. С. 46-50.
21. Петренко І. Г., Петровський В. Р. Теоретичні основи оптимізації процесу фізичного виховання студентів засобами футболу. *Молодий вчений*, 2015. № 2 (6). С. 505-508.
22. Юрчишин Ю. В. Стан та особливості мотивації студентів до рухової активності оздоровчої спрямованості на сучасному етапі реалізації фізичного виховання у ВНЗ. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*, 2012. № 4. С. 118-123.
23. Ячнюк І. О., Ячнюк Ю. Б., Ячнюк М. Ю. Формування рухових умінь і навичок в учнів на уроках фізичної культури легкоатлетичними вправами. *Вісник Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини*, 2018. № 11. С. 406-412.
24. Приставський Т. Г., Лемешко В. Й., Дух Т. І. *Легка атлетика – основа оздоровлення, навчання і виховання студентів вищих навчальних закладів*. Л.: ЛНУВМ та БГ ім. С. З. Гжицького, 2012.
25. Волков В. Л. *Основи теорії та методики фізичної підготовки студентської молоді*. К.: Освіта України, 2008.
26. Базилевич Н., Волківський М., Самолук А. Корекція фізичної підготовленості студентів засобами легкої атлетики в межах здоров'язбережувальної технології. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія № 15. «Науково-педагогічні проблеми фізичної культури /фізична культура і спорт»*, 2014. 3К(44)14. С. 57-61.
27. Афанасьєв В. В. Учебно-тренировальные занятия по настольному теннису как средство повышения реакции. *Pedagogy of Physical Culture and Sports*, 2007. № 4. С. 3-5.
28. Барчукова Г. В., Мизин А. Н. *Настольный теннис в ВУЗе*. М.: СпортАкадемПресс, 2002.

29. Бірук І. Д. Настільний теніс в системі фізичного виховання студентської молоді. *Психолого-педагогічні основи гуманізації навчально-виховного процесу в школі та ВНЗ*, 2019. № 1. С. 182-190.
30. Захаріна Є. А., Глоба Т. А. Використання засобів настільного тенісу в процесі фізичного виховання студентів. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*, 2011. № 4. С. 73-76.
31. Сиротинська О. К. Вплив засобів атлетичної гімнастики на фізичний розвиток студентів. *Актуальні наукові дослідження в сучасному світі*, 2017. № 10 (30). С. 40-44.
32. Ханікянц О. В., Максим В. З. Атлетична гімнастика як засіб профілактики порушень постави студентської молоді. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*, 2012. № 1 (17). С. 108-112.
33. Мельник О. С., Підсадочна О. М., Столяр О. В. Вплив занять атлетичною гімнастикою на психоемоційний стан студентів УАД. *Науковий вісник ЛНУВМБТ імені С.З. Гжицького*, 2011. № 4(50). С. 293-295.
34. Гах Р. В. Атлетична гімнастика в системі фізичного виховання студентів-економістів другого року навчання. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*, 2013. № 1 (21). С. 153-156.
35. Крилов А. Г., Корюкаєв М. М. Вплив занять атлетичною гімнастикою на розвиток фізичних якостей в умовах технічних вузів України. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені МП Драгоманова. Серія 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*, 2016. № 11. С. 60-64.
36. Базилевич Н. О., Тонконог О. С. Особливості використання нового виду спорту «Crossfit» у самостійній фізкультурно-оздоровчій роботі студентів. *Гуманітарний Вісник ДВНЗ «Переяслав-Хм. ДПУ імені Григорія Сковороди»*, 2016. Спецвипуск. С. 136-142.
37. Хоменко О. С. Удосконалення процесу фізичного виховання студентів аграрних спеціальностей на основі секційних занять військово-спортивним багатоборством: автореф. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.02. Суми, 2019.

References

1. Sakhnenko, A. V., Lazorenko, S. A. (2018). Riven fizychnoi pidhotovlenosti studentiv ahrarnykh spetsialnostei [The level of physical fitness of agricultural specialties students]. *Naukovyi chasopys NPU imeni M. P. Dragomanova. Naukovo-pedahohichni problemy fizychnoi kultury. Fizychna kultura i sport – Scientific journal of the National University named after M. P. Dragomanov. Scientific and pedagogical problems of physical culture. Physical culture and sport*, 2, 77-80. [in Ukrainian].
2. Busela, V. T. (2005). *Velykyi tlumachnyi slovnyk suchasnoi ukrainskoi movy / za zah. red. V. T. Busela [The Great Explanatory Dictionary of the Modern Ukrainian Language / edited by V. T. Busela]*. K., Irpin: VTF Perun [in Ukrainian].
3. Lozova, V. I. (2006). *Lektsii z pedahohiky vyshchoi shkoly / za zah. red. V. I. Lozovoi. Kharkiv: «OVZ» [Lectures on higher school pedagogy / ed. by V. I. Lozova]* [in Ukrainian].
4. Hryban, H. P. (2012). *Fizychno vykhovannia studentiv ahrarnykh vyshchykh navchalnykh zakladiv [Physical education of students of agricultural higher educational institutions]*. Zhytomyr: Ruta [in Ukrainian].
5. Ibrahimova, L. S. (2016). Stratehichni napriamky vdoskonalennia systemy fizychnoho vykhovannia studentiv VUZiv [Strategic directions for improving the system of physical education of university students]. *Molodyi vchenyi – Young scientist*, 3, 611-615 [in Ukrainian].
6. Fitsula, M. M. (2006). *Pedahohika vyshchoi shkoly [Pedagogy of higher school]*. K.: «Akademvydav» [in Ukrainian].
7. Tsiuniak, O. P. (2020). Realizatsiia akmeolohichnoho pidkhodu u profesiinii pidhotovtsi maibutnikh mahistriv pochatkovoi osvity do innovatsiinoi diialnosti [Implementation of the acmeological approach in the professional training of future masters of primary education for innovative activities]. *Pedahohika formuvannia tvorchoi osobystosti u vyshchii i zahalnoosvitnii shkolakh – Pedagogy of the formation of a creative personality in higher and general education schools*, 68, 235-238 [in Ukrainian].

8. Markov, V. N. (2012). Lychnostno-professyonalnyi potentsyal kadrov upravleniya: psykholoho-akmeolohycheskaia otsenka y optymyzatsyi [Personal and professional potential of management personnel: psychological and acmeological assessment and optimization]. *Doctor's thesis*. [in Russian].

9. Kuznietsov, A. H., Selezneva, S. M. (2012). Faktory razvytiya akmeolohycheskoho potentsyala menedzhera [Factors of development of manager's acmeological potential]. *Psykholohiya. Psykhofyziolohiya – Psychology. Psychophysiology*, 45,12-19 [in Russian].

10. Motyhullyn, D. N. (2001). Formyrovanye akmeolohycheskoho potentsyala budushcheho uchytelia [Formation of acmeological potential of a future teacher]: K. – *Candidate's thesis* [in Russian].

11. Karabanov, Ye. O. (2015). Profesiino-prykladna fizychna pidhotovka maibutnikh fakhivtsiv ahropromyslovoho vyrobnytstva [Professional and applied physical training of future specialists in agro-industrial production]. *Pedahohika, psykholohiia ta medyko-biolohichni problemy fizychnoho vykhovannia i sportu – Pedagogy, psychology and medical and biological problems of physical education and sports*, 1, 34-38 [in Ukrainian].

12. Pylypei, L. P. (2011). Teoretyko-metodychni osnovy profesiino-prykladnoi fizychnoi pidhotovky studentiv vyshchyykh navchalnykh zakladiv [Theoretical and methodological foundations of professional and applied physical training of students of higher educational institutions]. Kyiv. – *Candidate's thesis* [in Ukrainian].

13. Rebryna, A. A. (2007). Profesiino vazhlyvi yakosti ta osoblyvosti trudovoi diialnosti marketolohiv yak chynnyk zmistu yikh PPFP [Professionally important qualities and features of the work of marketers as a factor in the content of their PPFP]. *Teoriia ta metodyka fizychnoho vykhovannia – Theory and methods of physical education*, 3, 38-40 [in Ukrainian].

14. Holovach, A. A. (2016). Vplyv zaniat z futbolu na formuvannia osobystosti studentiv vyshchyykh navchalnykh zakladiv [The influence of football classes on the formation of the personality of students of higher educational institutions]. *Visnyk Chernihivskoho natsionalnoho pedahohichnoho universytetu. Serii: Pedahohichni nauky. Fizychno vykhovannia ta sport – Bulletin of the Chernihiv National Pedagogical University. Series: Pedagogical Sciences. Physical Education and Sports*, 139 (2), 31-34. – Retrieved from: Rezhym dostupu: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/VchdpuPN_2016_139\(2\)_10](http://nbuv.gov.ua/UJRN/VchdpuPN_2016_139(2)_10) [in Ukrainian].

15. Zhuravlov, S. O. (2018). Rozvytok shvydkisnoi syly i shvydkisno-sylovoi vytryvalosti u futbolistiv komand VNZ [Development of speed strength and speed-strength endurance in football players of university teams]. *Areas of scientific thought – 2018/2019: materials of the XV international scientific and practical conference – Areas of scientific thought – 2018/2019: materials of the XV international scientific and practical conference*, 37-40 [in Ukrainian].

16. Maliar, E. I. (2007). Vplyv zasobiv futbolu na riven funkttsionalnoi pidhotovlenosti studentiv-podatktivtsiv [The influence of football equipment on the level of functional preparedness of tax students]. *Pedahohika, psykholohiia ta medyko-biolohichni problemy fizychnoho vykhovannia i sportu – Pedagogy, psychology and medical and biological problems of physical education and sports*, 7, 101-104 [in Ukrainian].

17. Oksom, P. M., Shumakov, O. V. (2007). Mini-futbol – efektyvnyi zasib fizychnoho vykhovannia studentok vyshchoho pedahohichnoho navchalnoho zakladu [Mini-football is an effective means of physical education of female students of a higher pedagogical educational institution]. *Problemy ta perspektyvy rozvytku ihrovykh vydiv sportu: zb. nauk. pr. V Vseukr. nauk.-prakt. konf. – Problems and prospects for the development of game sports: collection of scientific works of the V All-Ukrainian Scientific-Practical Conference*. Lviv, 54-58 [in Ukrainian].

18. Sokolova, O. V., Mylenko, V. M. (2017). Vplyv sektsiinykh zaniat z futbolu na fizychnyi stan ditei serednoho shkilnoho viku [The influence of sectional football classes on the physical condition of middle school children]. *Visnyk Zaporizkoho natsionalnoho universytetu – Bulletin of the Zaporizhzhia National University*, 1, 91-97 [in Ukrainian].

19. Stasiuk, I. I. (2009). Vplyv zaniat mini-futbolom na fizychnyi rozvytok studentiv. Visnyk Kamianets-Podilskoho natsionalnoho universytetu [The influence of mini-football classes on the physical development of students]. *Fizychno vykhovannia, sport i zdorovia liudyny – Bulletin*

of the Kamianets-Podilskyi National University. *Physical education, sports and human health*, 2, 83-84 [in Ukrainian].

20. Huzar, V., Yuskiv, S. (2020). Vplyv zaniat futbolom na formuvannia profesiino-prykladnykh fizychnykh yakosti morskykh fakhivtsiv [The influence of football classes on the formation of professional and applied physical qualities of marine specialists]. *Problemy i perspektyvy rozvytku sportyvnykh ihor ta odnoborstv u zakladakh vyshchoi osvity – Problems and prospects for the development of sports games and martial arts in higher education institutions*, 1, 46-50 [in Ukrainian].

21. Petrenko, I. H., Petrovskiy, V. R. (2015). Teoretychni osnovy optymizatsii protsesu fizychnoho vykhovannia studentiv zasobamy futbolu [Theoretical foundations of optimizing the process of physical education of students using football]. *Molodyi vchenyi – Young scientist*, 2 (6), 505-508 [in Ukrainian].

22. Iurchyshyn, Yu. V. (2012). Stan ta osoblyvosti motivatsii studentiv do rukhovoï aktyvnosti ozdorovchoï spriamovanosti na suchasnomu etapi realizatsii fizychnoho vykhovannia u VNZ [The state and features of students' motivation for physical activity of a health-improving nature at the current stage of implementing physical education in universities]. *Pedahohika, psykholohiia ta medyko-biologichni problemy fizychnoho vykhovannia i sportu Pedagogy, psychology and medical and biological problems of physical education and sports*, 4, 118-123 [in Ukrainian].

23. Iachniuk, I. O., Yachniuk, Yu. B., Yachniuk, M. Yu. (2018). Formuvannia rukhovykh umin i navychok v uchniv na urokakh fizychnoi kultury lehkoatletychnymy vpravamy [Formation of motor skills and abilities in students in physical education lessons by athletic exercises]. *Visnyk Kamianets-Podilskoho natsionalnoho universytetu imeni Ivana Ohienka. Fizyчне vykhovannia, sport i zdorovia liudyny – Bulletin of the Ivan Ohienko Kamianets-Podilsky National University. Physical education, sports and human health*, 11, 406-412 [in Ukrainian].

24. Prystavskiy, T. H., Lemeshko, V. Y., Dukh, T. I. (2012). Lehka atletyka – osnova ozdorovlennia, navchannia i vykhovannia studentiv vyshchykh navchalnykh zakladiv [Athletics – the basis of health improvement, education and education of students of higher educational institutions]. L.: LNUVM ta BH im. S. Z. Hzhyskoho [in Ukrainian].

25. Volkov, V. L. (2008) *Osnovy teorii ta metody fizychnoi pidhotovky studentskoi molodi [Fundamentals of the theory and methods of physical training of student youth]*. K.: Osvita Ukrainy [in Ukrainian].

26. Bazylevych, N., Volkivskiy, M., Samoliuk, A. (2014). Korektsiia fizychnoi pidhotovlenosti studentiv zasobamy lehkoï atletyki v mezhakh zdoroviazberezhualnoi tekhnolohii [Correction of physical fitness of students by means of athletics within the framework of health-saving technology]. *Naukovyi chasopys Natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni M. P. Drahomanova. Serii 15. «Naukovo-pedahohichni problemy fizychnoi kultury /fizychna kultura i sport» – Scientific Journal of the National Pedagogical University named after M. P. Dragomanov. Series No. 15. “Scientific and pedagogical problems of physical culture / physical culture and sports”*, 3K(44)14, 57-61 [in Ukrainian].

27. Afanasiev, V. V. (2007). Uchbovo-trenuvalni zaniattia po nastilnomu tenisu yak zasib pidvyshchennia reaktsii [Educational and training classes in table tennis as a means of increasing the reaction]. *Pedagogy of Physical Culture and Sports – Pedagogy of Physical Culture and Sports*, 4, 3-5 [in Ukrainian].

28. Barchukova, H. V., Myzyn, A. N. (2002). *Nastolnyi tennys v VUZe [Table tennis in the university]*. M.: SportAkademPress [in Russian].

29. Biruk, I. D. (2019). Nastilnyi tenis v systemi fizychnoho vykhovannia studentskoi molodi [Table tennis in the system of physical education of student youth]. *Psykholoho-pedahohichni osnovy humanizatsii navchalno-vykhovnoho protsesu v shkoli ta VNZ – Psychological and pedagogical foundations of humanization of the educational process in schools and universities*, 1, 182-190 [in Ukrainian].

30. Zakharina, Ye. A., Hloba, T. A. (2011). Vykorystannia zasobiv nastilnoho tenisu v protsesi fizychnoho vykhovannia studentiv [The use of table tennis equipment in the process of physical education of students] *Pedahohika, psykholohiia ta medyko-biologichni problemy*

fizychnoho vykhovannia i sportu – Pedagogy, psychology and medical and biological problems of physical education and sports, 4, 73-76 [in Ukrainian].

31. Syrotynska, O. K. (2017). Vplyv zasobiv atletychnoi himnastyky na fizychnyi rozvytok studentiv [The influence of athletic gymnastics equipment on the physical development of students] *Aktualnye nauchnye yssledovaniya v sovremennom myre – Actual scientific studies in the modern world*, 10 (30), 40-44 [in Russian].

32. Khanikiants, O. V., Maksym, V. Z. (2012). Atletychna himnastyka yak zasib profilaktyky porushen postavy studentskoi molodi [Athletic gymnastics as a means of preventing posture disorders in student youth] *Fizychnye vykhovannia, sport i kultura zdorovia u suchasnomu suspilstvi – Physical Education, Sports and Health Culture in Modern Society*, 1 (17), 108-112 [in Ukrainian].

33. Melnyk, O. S., Pidsadochna, O. M., Stoliar, O. V. (2011). Vplyv zaniat atletychnoiu himnastykoiu na psykhoemotsiynyi stan studentiv UAD [The influence of athletic gymnastics on the psycho-emotional state of students of the Ukrainian Academy of Physical Education] *Naukovyi visnyk LNUVMBT imeni S.Z. Gzhytskoho – Scientific Bulletin of the S.Z. Gzhytskyi National University of Physical Education and Sports*, 4(50), 293-295 [in Ukrainian].

34. Hakh, R. V. (2013). Atletychna himnastyka v systemi fizychnoho vykhovannia studentiv-ekonomistiv druhoho roku navchannia [Athletic gymnastics in the system of physical education of second-year economics students] *Fizychnye vykhovannia, sport i kultura zdorovia u suchasnomu suspilstvi Physical Education, Sports and Health Culture in Modern Society*, 1 (21), 153-156 [in Ukrainian].

35. Krylov, A. H., Koriukaiev, M. M. (2016). Vplyv zaniat atletychnoiu himnastykoiu na rozvytok fizychnykh yakosti v umovakh tekhnichnykh vuziv Ukrainy [The influence of athletic gymnastics classes on the development of physical qualities in the conditions of technical universities of Ukraine] *Naukovyi chasopys Natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni M.P. Drahomanova. Serii 15: Naukovo-pedahohichni problemy fizychnoi kultury (fizychna kultura i sport) – Scientific Journal of the National Pedagogical University named after M.P. Dragomanov. Series 15: Scientific and pedagogical problems of physical culture (physical culture and sports)*, 11, 60-64 [in Ukrainian].

36. Bazylevych, N. O., Tonkonoh, O. S. (2016). Osoblyvosti vykorystannia novoho vydu sportu „Srossfit” u samostiinii fizkulturno-ozdorovchii roboti studentiv [Peculiarities of using a new sport „Crossfit” in independent physical culture and health work of students] *Humanitarnyi Visnyk DVNZ “Pereiaslav-Khm. DPU imeni Hryhoriia Skovorody” – Humanitarian Bulletin of the State Higher Educational Institution “Pereiaslav-Khmer. State Higher Educational Institution named after Hryhoriy Skovoroda”*, 136-142 [in Ukrainian].

37. Khomenko, O. S. (2019). Udoskonalennia protsesu fizychnoho vykhovannia studentiv ahrarnykh spetsialnostei na osnovi sektsiinykh zaniat viiskovo-sportyvnyim bahatoborstvom [Improving the process of physical education of students of agricultural specialties based on sectional classes in military-sports all-around]. – *Candidate's thesis* [in Ukrainian].