

---

# ПЕРЕДУМОВИ ВПРОВАДЖЕННЯ ПРОГРАМИ ФІЗИЧНОЇ РЕКРЕАЦІЇ В ДОЗВІЛЛЄВУ ДІЯЛЬНІСТЬ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ З ВАДАМИ СЛУХУ В УМОВАХ ВИЩИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ

---

*Анна Оріховська*

**Аннотация.** *Раскрыты предпосылки внедрения физической рекреации в досуговую деятельность студенческой молодежи с нарушениями слуха в условиях высшего учебного заведения. Разработана программа физической рекреации студенческой молодежи с нарушениями слуха, которая позволяет удовлетворить их мотивационные приоритеты путем использования вариативных форм оздоровительно-рекреационной двигательной активности, сформировать целевую установку на формирование здорового образа жизни. Программа будет способствовать всестороннему развитию молодежи, социализации и интеграции указанного контингента, повышению показателей их физического и психоэмоционального состояния и увеличению уровня двигательной активности. Представленная программа представляет единую систему, направленную на комплексное решение ряда актуальных проблем в современном молодежном досуге студентов с нарушениями слуха.*

**Ключевые слова:** *физическая рекреация, студенты, нарушения слуха, программа, досуговая деятельность, высшее учебное заведение.*

**Abstract.** *Prerequisites for introducing physical recreation in leisure activities of students with hearing impairment in the conditions of a higher educational institution are revealed. A program for the physical recreation of student youth with hearing impairments has been developed that allows to satisfy their motivational priorities by using variational forms of health related and recreational motor activity, to form a target setting for the formation of a healthy lifestyle. The program will promote the all-round development of youth, socialization and integration of this contingent, enhancement of the indices of their physical and psycho-emotional state and the level of motor activity. Suggested program represents a unified system aimed at a complex solution of a number of topical problems in the modern youth leisure of students with hearing impairments.*

**Keywords:** *physical recreation, students, health disorders, program, leisure activity, higher educational institution.*

**Постановки проблеми. Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Студентську молодь з вадами слуху слід розглядати як актив суспільства, здатний забезпечити вагомий внесок у його розвиток і процвітання. Для цього необхідно лише створити відповідні умови, усуваючи фізичні та соціальні бар'єри [7]. Доведено, що популяризація фізичної рекреації в умовах вищого навчального закладу (ВНЗ), її фізичний, соціальний, гуманістичний потенціал виступають як ідеальний інструмент для зниження стигми, пов'язаної з інвалідністю, а також сприяють незалежності, розширенню можливостей і повноцінній соціальній інтеграції осіб з інвалідністю [7].

Сучасна парадигма освітньої ситуації, її реформування та проблеми обґрунтування навчально-виховного, соціально-педагогічного потенціалу оздоровчо-рекреаційної сфери відмічаються як вітчизняними, так і зарубіжними авторами [1, 5, 8, 10, 12]. Фізична рекреація у структурі ВНЗ вимагає розробки сучасних інноваційних, оновлених і методично виправданих концепцій, технологій, програм, які мають за мету соціалізацію та інтеграцію тих, хто займається [8]. Відповідно до цього, створюючи програму фізичної рекреації для студентів з вадами слуху, необхідно враховувати

фізіологічні особливості осіб з даною нозологією, норми рухової активності, мотивацію та інтереси студентів до пріоритетних видів рухової діяльності. Тематичний діапазон наявних досліджень спрямований на вирішення різноманітних питань, проте важливим залишається подальше узагальнення та адаптація сучасних підходів до організації оздоровчо-рекреаційної рухової активності студентської молоді з вадами слуху, що врахує сучасні умови навчання у ВНЗ, а також особливості залучення студентів до рухової активності в політрі конкретних умов (політико-економічних, соціально-психологічних, навчально-виховних, матеріально-технічних, природно-географічних, особистісно-зорієнтованих) з урахуванням традицій навчального закладу та фахової спеціалізації викладачів.

Нами проаналізовано та узагальнено досвід вітчизняних фахівців з питань застосування сучасних рекреаційно-оздоровчих технологій, програм, методик для студентської молоді [4, 6, 9, 13, 15]. На сьогодні дослідниками встановлено недостатній рівень організації дозвілля для усієї студентської молоді, відсутність навичок раціоналізації вільного часу та проведення його з користю для здоров'я. Численні дослідження засвідчують [4,

6], що найпоширенішими є інертний спосіб проведення вільного часу, а саме – студенти надають перевагу проведенню часу за комп'ютером, перегляду телепередач, фільмів, спілкуванню з друзями та сім'єю, прослуховуванню музики.

Аналіз наукової літератури та практичного досвіду науково-педагогічних працівників вищих навчальних закладів дозволяє відзначити багаті традиції вітчизняної та зарубіжної педагогічної практики з організації оздоровчо-рекреаційної діяльності студентської молоді [1–6, 9, 10]. Дослідниками встановлено, що заняття фізичною рекреацією позитивно впливають на показники функціонального стану студентської молоді, залучення до фізкультурно-оздоровчих заходів, підвищення працездатності та опірності організму до несприятливих чинників довкілля.

Пріоритетною ознакою такої діяльності є те, що вона здійснюється за бажанням і можливостями особистісної автономності, свободи вибору та самовизначення молоді, тому має ефективніший вплив на залучення її до рухової активності, аніж примусові заняття. Проте, якщо самій організації позаакадемічних занять з фізичного виховання студентів у ВНЗ у вільний час приділяється постійна увага, то питання розробки програм залучення студентів з вадами слуху до оздоровчо-рекреаційної діяльності з використанням доступних і привабливих видів рухової активності, визначення умов їх оптимальної реалізації під час дозвілля залишаються поза нею і потребують детального вивчення з урахуванням сучасних тенденцій розвитку, психофізіологічних можливостей і мотивації таких студентів, що засвідчує актуальність проблеми. Зазначимо, що у працях Л. О. Акимової [1] розглядається стратегія соціальної адаптації дітей і молоді з обмеженими можливостями здоров'я засобами адаптивної рухової рекреації. Проте поза межами наукових розробок залишаються проблеми реалізації рекреаційно-оздоровчої діяльності як у теорії, так і у практиці сучасної вузівської освіти для студентської молоді з вадами слуху. Проведення комплексних досліджень у цьому напрямі не лише підвищить ефективність рекреаційної складової особистості, а й сприятиме підвищенню рівня рухової активності, покращенню показників фізичного та психоемоційного стану, формуванню мотивації до систематичної рекреаційної діяльності, раціональної організації активного дозвілля, що позитивно позначиться на рівні соціокультурного і морального розвитку студентства в цілому.

Таким чином, соціальна значущість вирішення зазначених проблем, їх недостатня концептуальна розробленість, відсутність комплексного теоретичного та практичного обґрунтування шляхів їх вирішення обумовили та підкреслили її актуальність.

Роботу виконано відповідно до плану науково-дослідної роботи НУФВСУ на 2016–2020 рр. згід-

но із темою кафедри здоров'я, фітнесу та рекреації НУФВСУ 3.15 «Теоретико-методологічні заходи оздоровчо-рекреаційної рухової активності різних груп населення (номер держреєстрації 0116U001630).

**Мета дослідження** – обґрунтувати підходи до впровадження програми фізичної рекреації в дозвілльєву діяльність студентської молоді з вадами слуху, спрямовану на соціальну інтеграцію, підвищення рівня рухової активності, покращення показників фізичного та психоемоційного стану та підвищення мотивації студентів до систематичних оздоровчо-рекреаційних занять в умовах ВНЗ.

**Методи та організація дослідження.** У ході дослідження використано теоретичний аналіз і узагальнення даних науково-методичної літератури та аналіз документальних матеріалів; метод системного аналізу; соціологічні; педагогічні методи. Дослідження проводили на базі Національного університету фізичного виховання і спорту України, Відкритого міжнародного університету розвитку людини «Україна».

**Результати дослідження та їх обговорення.** Для досягнення поставленої мети нами було проведено анкетування студентської молоді з вадами слуху, в якому взяли участь 65 студентів, із них 30 юнаків та 35 дівчат. Виявлено, що переважна більшість студентів (48,5 %) лише частково задоволені організацією рекреаційно-оздоровчої діяльності у ВНЗ, третину (30,3 %) така діяльність влаштовує, та 21,2 % не задоволені взагалі. Причому, що перешкоджають залученню студентів до рекреаційної діяльності, є велика інтенсифікація навчального процесу у ВНЗ, відсутність рекреаційно-оздоровчих груп, що цікавлять студентів; нераціональна організації вільного часу; відносна свобода студентського життя; проблеми в соціальному та міжособистісному спілкуванні, що підтверджує дані спеціальної літератури. Також нами було виявлено, що основними мотивами, які спонукають дівчат до оздоровчо-рекреаційних занять, є спілкування і розширення можливостей знайти нових друзів – 86,6 %, поліпшення зовнішнього вигляду, фігури, постави – 80 %, збереження і зміцнення здоров'я – 73,3 %, підвищення функціонального стану організму – 60 %.

Результати анкетування юнаків з вадами слуху показали, що на перше місце вони виносять підтримання фізичної підготовки, удосконалення фізичних якостей, досягнення високого рівня фізичної підготовленості – 82,6 %, поліпшення зовнішнього вигляду, фігури, постави – 78,2 %, розширення комунікації – 69,5 %, збереження і зміцнення здоров'я – 65,21 %. З огляду на психологічні аспекти юнацького віку можна констатувати, що отримані дані є могутнім стимулом до прояву своєї активності. З одного боку, прагнення зміни форми тіла засобами фізичної рекреації є особистісним мотивом самовдосконалення, а з іншого – соціальним, комунікаційним (мета – сподоба-

тись оточуючим, знайти нових друзів за допомогою фізичного іміджу переважає над іншими мотивами). Доцільність розробки програми впровадження засобів фізичної рекреації в дозвілльєву діяльність студентської молоді з вадами слуху обумовлена рядом причин: незадовільними показниками фізичного стану та рухової активності, низьким рівнем мотивації до занять руховою активністю; недостатнім рівнем організації дозвілля; низькою кваліфікацією викладачів-інструкторів, інших фахівців і взагалі відсутністю системного підходу до організації рекреаційно-оздоровчої діяльності студентів з вадами слуху у ВНЗ.

Головною метою оздоровчо-рекреаційної діяльності студентської молоді з вадами слуху є створення у ВНЗ певних умов для позитивного орієнтованої соціалізації особистості, яка сприяє соціальному розвитку та самореалізації молодого покоління в інтересах особистості та суспільства. Грунтуючись на комплексному аналізі науково-методичної літератури, інформації мережі Інтернет, міжнародних та національних законодавчих документів, результатів експертного оцінювання, враховуючи сучасні тенденції розвитку вітчизняного суспільства, результатом наших досліджень стало виокремлення основних складових програми фізичної рекреації для студентів з вадами слуху. Враховуючи основні положення і передумови створення програми, визначали стратегію її реалізації, мету, завдання, умови, структурні компоненти, з'ясовували показники ефективності та розробляли педагогічні заходи її впровадження.

Метою авторської програми є підвищення рівня соціальної інтеграції студентської молоді з вадами слуху за рахунок раціональної організації оздоровчо-рекреаційної діяльності в умовах ВНЗ, що сприяє залученню до регулярної рухової активності; відновлення психоемоційного стану. Основними завданнями програми є:

- розширення світогляду студентів через підготовку матеріалів, поширення відео-, Інтернет і друкованих матеріалів пропагандистського та інформаційного характеру з метою популяризації здорового способу життя, різних видів рухової активності для створення стійкої мотивації студентської молоді до участі у рекреаційно-оздоровчій діяльності в умовах ВНЗ;

- інформування підростаючого покоління про надзвичайну важливість фізичної активності для профілактики функціональних порушень і покращення якості життя;

- виховання стійкої потреби до систематичних занять фізичною рекреацією за рахунок підвищення рівня теоретичних знань серед студентської молоді;

- опрацювання та впровадження освітніх матеріалів у навчальний процес для студентів з вадами слуху з обов'язковим включенням у навчальні програми тем із адаптивної фізичної рекреації.

В основу розробленої програми фізичної рекреації студентської молоді з вадами слуху покладено основні принципи (базові теоретичні положен-

ня, які об'єктивно відображають сутність, фундаментальні закономірності навчання, виховання, всебічного розвитку особистості, ставлення суспільства до цього процесу) фізичного виховання, дозвілльєвої та оздоровчо-рекреаційної діяльності: системності як цілеспрямованої комплексної організації рекреаційно-дозвілльєвої діяльності з метою раціонального використання вільного часу, розвитку соціальної активності та індивідуальної ініціативи студентської молоді; добровільності як певної незалежності дозвілля, вільного вибору індивідом занять на дозвіллі; доступності та якості рекреаційних послуг як задоволення потреб і запитів студентів, систематичне вивчення їхніх бажань; відповідності рекреаційних занять кліматичним умовам та матеріально-технічним можливостям ВНЗ – соціальним, економічним, культурно-освітнім, практичній діяльності; принцип зацікавленості, що враховує інтереси особистості та їх задоволення, формує нові духовні цінності, пробуджує нові потреби й запити означеного контингенту [3].

Розроблена нами програма фізичної рекреації студентської молоді з вадами слуху являє собою сукупність поглядів, об'єднаних передумовами, провідною ідеєю і метою. До передумов розроблення нами було віднесено ті положення, від яких доцільно відштовхуватися під час побудови, підготовки та організації фізичної рекреації в умовах ВНЗ, а саме: соціально-педагогічні; особистісні та біологічні (рис.1).

Сьогодні більшість навчальних закладів культивує певне коло видів оздоровчо-рекреаційної діяльності, що часто не відповідає потребам, інтересам студентів, тому мотивація до такої діяльності у обстежуваного контингенту переважно внутрішня, що ускладнює зовнішнє мотивування і у подальшому призводить до збільшення нервово-психічної втоми, до певної замкнутості та соціальної дезадаптації. Тому підбір форм організації занять та видів рухової активності у спеціально розробленій програмі фізичної рекреації визначався не стихійно.

Ми переконані: щоб повернути студентську молодь з вадами слуху до систематичних занять, необхідно розвивати такі види рухової активності, які будуть насичені яскравими емоційно-образними рухами, володітимуть значним оздоровчим ефектом та здійснюватимуть комплексний вплив на особистість. Зважаючи на різноманіття підходів до організації рекреаційної діяльності, нами запропоновано атрактивні, доступні для використання в практиці ВНЗ засоби оздоровчо-рекреаційної рухової активності, які враховують особливості студентського контингенту, їхній режим навчальної та дозвілльєвої діяльності, матеріально-технічне та кадрове забезпечення. Розроблена програма передбачала використання таких активних компонентів, як спортивно-оздоровчі, розважальні, ігрові, туристичні та оздоровчі заходи. Підбір тих чи інших видів занять у рамках діяльності програми

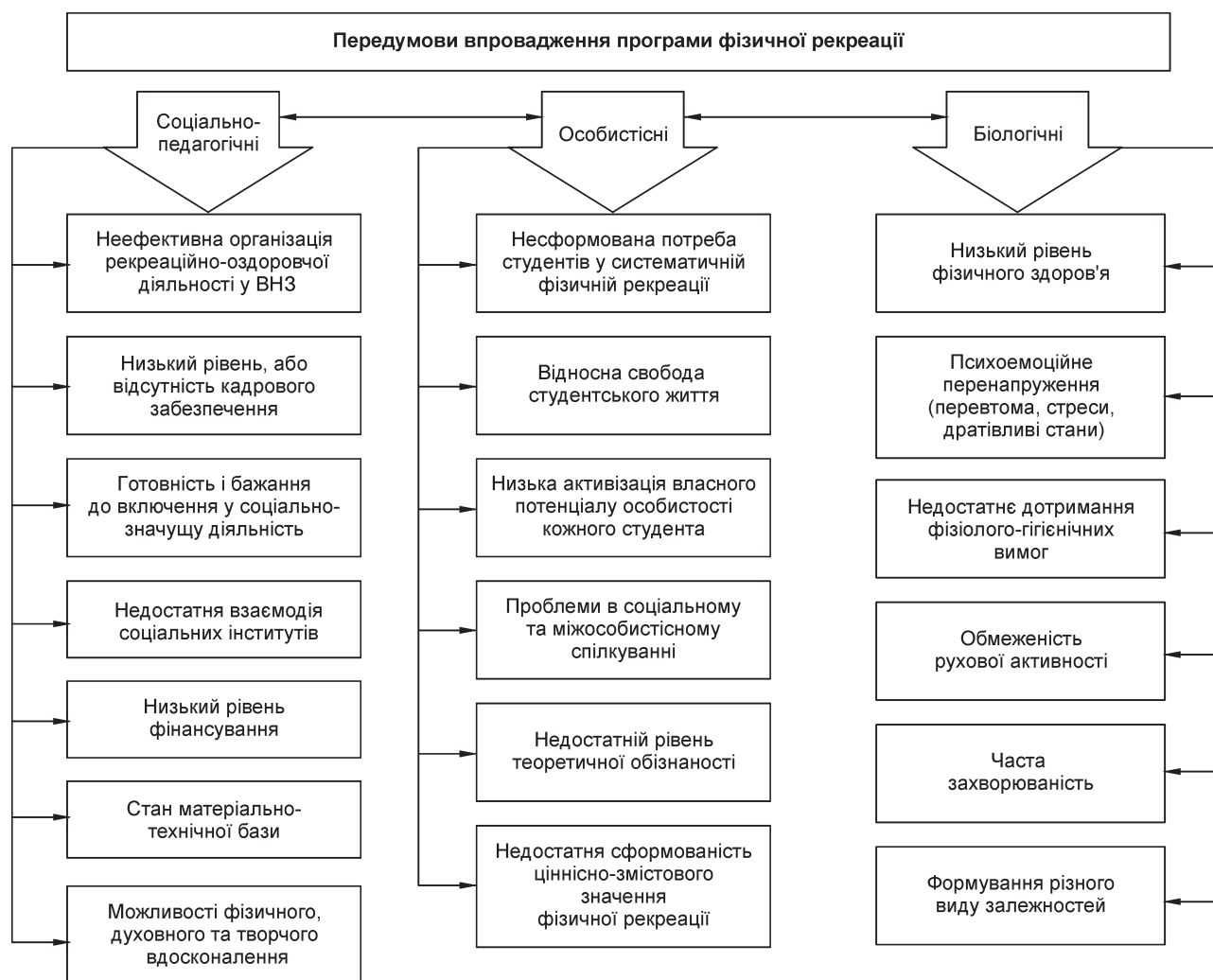


Рисунок 1 – Передумови впровадження програми фізичної рекреації для студентів з вадами слуху

здійснювали з урахуванням сезонності та динаміки інтересів студентів у процесі занять.

Розробка програми передбачала дотримання ряду організаційних та соціально-педагогічних умов. До організаційних віднесено створення системи залучення студентів до рекреаційно-оздоровчої діяльності; оптимальне співвідношення занять, що сприяють розвитку активності, творчості; занять, що задовольняють потреби та інтереси студентів; формування у них позитивного ставлення до занять; впровадження ефективних інноваційних форм рекреаційно-оздоровчої роботи в цілісну систему рекреаційно-оздоровчої діяльності. До соціально-педагогічних умов включено створення освітнього середовища, сприятливого для розвитку особистості; ознайомлення з інноваційними формами організації рекреаційно-оздоровчої роботи; раціональне структурування вільного часу студентів; впровадження соціально-педагогічних механізмів підвищення загальної культури, важливим компонентом якої є культура вільного часу; підвищення рівня кадрового забезпечення сфери

дозвілля студентської молоді. Програма побудована за модульним принципом і містить:

- виховний модуль – передбачає організацію позанавчальної діяльності студентської молоді з вадами слуху в умовах ВНЗ, спрямовану на формування у студентів стійкої мотивації до рекреаційної діяльності, прагнення до фізичного і морального самовдосконалення; оптимальний режим праці, відпочинку та харчування; формування у студентів здатності до самостійної діяльності, нестандартного мислення й ініціативності;

- освітній модуль – пропонує розробку і впровадження найефективніших засобів і методів фізичної рекреації, який включає інтеграцію інтерактивних методів навчання за рахунок інформаційних технологій у базову програму з фізичного виховання для підвищення рівня теоретичних знань і практичних умінь у сфері здійснення рекреаційної діяльності, ознайомлення з новими формами і видами рухової активності;

- оздоровчий – характеризується забезпеченням належного рівня фізичного розвитку, фізичної під-

готовленості, рівня рухової активності, покращенням міжособистісних довірливих стосунків, підвищення самооцінки та комунікативних навичок.

Заняття фізичною рекреацією у рамках спеціально розробленої програми студентської молоді з вадами слуху передбачали певний ряд варіативних підходів, а саме: індивідуальний, особистісно-гуманістичний, діагностичний та корекційний (профілактика, протидія відхилень у психофізичному розвитку); компенсаційний (вирівнювання, компенсація вади: підвищення рухової активності); інтеграційний (можливість розширення кола знайомства, створення груп за інтересами, інтеграція у суспільство); мотиваційний (основою виступає бажання змін на краще, здатності до сприйняття допомоги); соціально-психологічний (передбачає сприйняття особистості з особливими потребами, визнання її повноправним членом суспільства, повага до її прав); соціально-ідеологічний (формування адекватних взірців здорового способу життя для даного контингенту, рекреаційної активності широких верств населення); адаптаційний (допомога у прискоренні темпів адаптації, соціалізації студентів з вадами слуху у суспільному, виховному та навчальному житті ВНЗ); гедоністичний (отримання задоволення від рекреаційної діяльності); локалізаційний (уміння та способи проведення рекреаційної активності для локалізації студентів у соціальному рейтингу); стимуляційний (сприяння адекватному психофізичному розвитку організму студента). Програма фізичної рекреації студентської молоді базується на таких структурних компонентах: організаційному, діагностично-корекційному, методичному, єдність яких надає програмі цілісності і завершеності.

Організаційна складова полягала у забезпеченні адекватних умов реалізації рекреаційно-оздоровчих занять та забезпечувалася гнучким реагуванням на швидко змінювану соціально-педагогічну та дозвілєву ситуацію, прагненням чітко виконати рекреаційне завдання. Вона базувалася на таких положеннях: варіативний часовий режим (можна продовжити рекреаційне заняття за часом, або скоротити його, якщо в цьому виникає необхідність); креативність занять (заняття повинні бути цікавими, креативними для студентів, повинні викликати бажання до докладання зусиль (візуальний супровід: застосування різноманітного інвентарю та обладнання, слайд-шоу, заохочувальний контакт із друзями тощо)); партнерські відносини (залучення до занять студентів з іншими нозологічними відхиленнями); задоволення потреби контакту, комунікаційного аспекту з іншими студентами; створення відчуття повноцінності, можливостей (за рахунок мінімального зусилля можна досягти максимального ефекту); екстремальність (прагнення до пригод, заняття екстремальними видами фізичної рекреації, отримання нових, невідомих досі вражень).

Діагностично-корекційний компонент включав діагностику вихідного рівня показників фізично-

го та психоемоційного стану, оцінку мотивації студентів до рекреаційно-оздоровчих занять та оцінювання ефективності запропонованих занять, внесення коректив.

Методична складова пов'язана з прагненням у кожному випадку підібрати для певного студента індивідуальну траєкторію соціальної інтеграції, адаптації, соціалізації з урахуванням його психологічних особливостей, здібностей і схильностей; забезпечення постійного психолого-педагогічного контролю в процесі занять. На основі власних досліджень та експертного оцінювання було визначено такі критерії ефективності програми занять: підвищення рівня рухової активності, соціальна інтеграція, підвищення мотивації, покращення показників психоемоційного та фізичного стану.

**Висновки.** Аналіз та узагальнення науково-методичної літератури дозволили підкреслити актуальність і доцільність розробки та впровадження програми фізичної рекреації для студентської молоді з вадами слуху, що зумовлено потребою суспільства у залученні даної категорії осіб до рухової активності, підвищенні рівня їхньої фізичної підготовленості, здоров'я і відсутності системи науково-методичної підтримки цього процесу.

Іntenсивна навчальна діяльність студентської молоді з вадами слуху при мінімальних фізичних затратах супроводжується неухильним зниженням їхньої рухової активності і разом з іншими несприятливими факторами загрожує здоров'ю. Відповідно до теоретичного аналізу структури та сутності рекреаційно-оздоровчої діяльності студентської молоді, на підставі вивчення спеціальної літератури встановлено, що значним потенціалом підвищення рівня залучення молоді до рухової активності, формування у них культури дозвілля є засоби фізичної рекреації, які обмежені у використанні у практиці роботи ВНЗ. Визначено основні передумови розробки та впровадження в умовах ВНЗ програми фізичної рекреації для студентів з вадами слуху (соціально-педагогічні, особистісні, біологічні).

Розроблена програма фізичної рекреації для студентської молоді з вадами слуху спрямована на підвищення рівня рухової активності, відновлення психоемоційного стану після навчальних занять, залучення студентів до регулярної рухової активності; їх соціалізації; формування позитивного ставлення до занять фізичними вправами та організації змістовного дозвілля, яка базується на структурних компонентах: організаційному, діагностично-корекційному, методичному, єдність яких надає програмі цілісності і завершеності.

Визначено організаційно- та соціально-педагогічні умови ефективної організації занять з фізичної рекреації у процесі рекреаційної діяльності студентської молоді. Програма включає традиційні та інноваційні засоби оздоровчо-рекреаційної рухової активності. Вона, по-перше, забез-

печує визначення та аналіз основних компонентів, які спроможні налагодити взаєморозуміння та співпрацю між студентською молоддю, що приводить до переходу від наміру забезпечувати зниження рівня ізоляції осіб з інвалідністю до конкретних дій – досягнення максимального рівня їх соціальної інтеграції. Розроблена програма допоможе більш стисло та чітко сформулювати основні засади спільної взаєморозвиваючої діяльності осіб з особливими потребами та без відхилень і може слугувати прикладом для інших програм, проектів з аналогічними цілями. По-друге, важливим результатом досліджень є те, що у програмі представлено критерії ефективності, за якими можна аналізувати інші програми, а також ви-

значено напрями, що потребують розвитку та вдосконалення. Ця програма дасть можливість готувати поточні проекти вдосконалення програм за типовими критеріями ефективності, які не лише підвищать ефективність реалізації програми, а й сприятимуть досягненню соціальної інтеграції осіб з інвалідністю та формуванню позитивного ставлення до фізичної рекреації.

**Перспективи подальших досліджень** полягають у практичній реалізації розробленої програми та перевірки її ефективності в умовах вищого навчального закладу з ґрунтовним аналізом потенційних можливостей різних засобів фізичної рекреації, що сприятиме повноцінному здійсненню процесу гармонічного розвитку молоді.

## Література

1. *Акимова Л. А.* Стратегия социальной адаптации детей и молодежи с ограниченными возможностями здоровья средствами адаптивной двигательной рекреации / Л. А. Акимова, Е. М. Голикова // Физ. культура: воспитание, образование, тренировка. – 2013. – № 6. – С. 58–61.
2. *Андреева О.* Соціально-психологічні чинники, що детермінують рекреаційно-оздоровчу активність осіб різного віку / О. Андреева // Теорія і методика фіз. виховання і спорту. – 2014. – № 3. – С. 35–40.
3. *Андреева О. В.* Розробка та впровадження технології проектування активної рекреаційної діяльності різних груп населення / О. В. Андреева // Спорт. вісн. Придніпров'я. – 2015. – № 1. – С. 7–10.
4. *Андреева О.* Аналіз мотивації студентів до позанавчальних форм організації занять з фізичного виховання / О. Андреева, У. Катерина // Фіз. активність, здоров'я і спорт. – 2014. – № 4 (18). – С. 18–27.
5. *Білецька В. В.* Проблемно-цільова спрямованість моніторингу якості фізичного виховання студентів вищих технічних навчальних закладів / В. В. Білецька // Наук. часоп. НПУ ім. М. П. Драгоманова. – 2015. – Вип. 3. – С. 63–66.
6. *Кашуба В. А.* Анализ использования здоровьесберегающих технологий в процессе физического воспитания студенческой молодежи / В. А. Кашуба, С. М. Футорний, Е. В. Андреева // Теория и методика физ. культуры. – 2012. – № 1. – С. 73–81.
7. *Когут І. О.* Соціально-гуманістичні засади розвитку адаптивної фізичної культури в Україні: монографія / І. О. Когут. – Львів: СПОЛОМ, 2015. – 284 с.
8. *Круцевич Т. Ю.* Рекреація у фізичній культурі різних груп населення / Т. Ю. Круцевич, Г. В. Безверхня. – К.: Олімп. л-ра, 2010. – 248 с.
9. *Круцевич Т. Ю.* Проблеми організації рекреаційно-оздоровчих занять в структурі дозвілленої діяльності студентської молоді / Т. Ю. Круцевич, О. В. Андреева, О. Л. Благий // Гуманітар. вісн. ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький ДПУ ім. Г. Сковороди». – 2012. – С. 178–180.
10. *Москаленко Н.* Педагогічні інновації у фізичному вихованні / Н. Москаленко // Спорт. вісн. Придніпров'я. – 2009. – № 1. – С. 19–22.
11. *Національна стратегія з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року «Рухова активність – здоровий спосіб життя – здорова нація»* / Режим доступу: <http://dsmsu.gov.ua/index/ua/material/17627>.
12. *Haines Danell J.* The College Recreational Sports Learning Environment / Haines Danell J., Fortman, Tyler // Recreational Sports J. – Apr. 2008. – Vol. 32, iss. 1. – P. 52–61.
13. *Jack C. Watson.* Student Recreation Centers: A Comparison of Users and Non-Users on Psychosocial Variables / J. C. Watson, S. F. Ayers, S. Zizzi, A. Naoi Recreational Sports Journal. – 2006. – Vol. 30, iss. 1. – May. – P. 9–19.
14. *Kindal A.* Shores West Pursuing Leisure During Leisure – Time Physical Activity / Kindal A. Shores // Journal of Physical Activity & Health. – September 2010. – Iss. 5. – P. 685–694.
15. *Rodney P.* Applying Psychological Theories to Promote Long-Term Maintenance of Health Behaviors / Rodney P. Joseph, Casey L. Daniel, H.Thind. – October 27, 2014.

## Literature

1. *Akimova L. A.* Strategy of social adaptation of children and youth with health deviations by means of adapted motor recreation / L. A. Akimova, E. M. Golikova // Fizkultura: vospitaniye, obrazovaniye, trenirovka. – 2013. – N 6. – P. 58–61.

2. *Andreieva O.* Socio-psychological factors determining recreation and health related activity of different age persons / O. Andreieva // *Teoriya i metodyka fizvykhovannia i sportu.* – 2014. – N 3. – P. 35–40.
3. *Andreieva O. V.* Development and introduction of technology of projecting active recreation activity of different population groups / O. B. Андреева // *Sportyvnyi visnyk Prydniprovia.* – 2015. – N 1. – P. 7–10.
4. *Andreieva O.* Analysis of student motivation to extracurriculum forms of physical education session organization / O. Andreieva, U. Kateryna // *Fizychna aktyvnist, zdorovia i sport.* – 2014. – N 4 (18). – P. 18–27.
5. *Biletska V. V.* Problem targeted monitoring direction pf the quality of physical education of students of the higher technical institutions / V. V. Biletska // *Naukovyi chasopys natsionalnoho universytetu imeni M. P. Drahomanova.* – 2015. – Iss. 3. – P. 63–66.
6. *Kashuba V. A.* Analysis of using health preserving technologies in the process of physical education of student youth / V. A. Kashuba, S. M. Futorny, E. V. Andreyeva // *Teoriya i metodyka fizkultury.* – 2012. – N 1. – P. 73–81.
7. *Kohut I. O.* Socio-humanistic bases of adapted physical culture development in Ukraine: monograph / I. O. Kohut. – Lviv: SPOLOM, 2015. – 284 p.
8. *Krutsevych T. I.* Recreation in physical culture of different population groups / T. I. Krutsevych, H. V. Bezverkhnia. – Kiev: Olimpiyskaya literatura, 2010. – 248 p.
9. *Krutsevych T. I.* Organization problem of recreation and health related sessions in structure of leisure activity of student youth / T. I. Krutsevych, O. V. Andreieva, O. L. Blahiy // *Humanitarnyi visnyk DVNZ «Pereiaslav-Khmelnitskyi SPU imeni H. Skovorody».* – 2012. – P. 178–180.
10. *Moskalenko N.* Pedagogical innovations in physical education / N. Moskalenko // *Sportyvnyi visnyk Prydniprovia.* – 2009. – N 1. – P. 19 – 22.
11. *National strategy in health related motor activity in Ukraine until 2025 «Motor activity – healthy life style – healthy nation»* / Access mode: <http://dsmsu.gov.ua/index/ua/material/17627>.
12. *Haines Danell J.* The College Recreational Sports Learning Environment / Haines Danell J., Fortman Tyler // *Recreational Sports Journal.* – Apr. 2008. – Vol. 32, iss. 1. – P. 52–61.
13. *Jack C. Watson.* Student Recreation Centers: A Comparison of Users and Non-Users on Psychosocial Variables / J. C. Watson , S. F. Ayers, S. Zizzi, A. Naoi *Recreational Sports J.* – 2006. – Vol. 30, iss. 1. – May. – P. 9–19.
14. *Kindal A.* Shores West Pursuing Leisure During Leisure – Time Physical Activity / Kindal A. Shores // *Journal of Physical Activity & Health.* – September 2010. – Iss. 5. – P. 685–694.
15. *Rodney P.* Applying Psychological Theories to Promote Long-Term Maintenance of Health Behaviors / Rodney P. Joseph, Casey L. Daniel, H.Thind. – October 27, 2014.