

УДК 613:796.015.6-057.875

## Вплив технології формування навичок здорового способу життя на зміни фізичної активності студентів

Лідія Щур<sup>1</sup>  
Ірина Грибовська<sup>2</sup>  
Вікторія Іваночко<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Львівська національна академія мистецтв, Львів, Україна  
<sup>2</sup>Львівський державний університет фізичної культури,  
Львів, Україна

**Мета:** визначити вплив технології формування навичок здорового способу життя на фізичну активність студентів.

**Матеріал і методи:** у дослідженні брали участь 90 студентів III курсу спеціальності «Образотворче та декоративно-ужиткове мистецтво» Львівської національної академії мистецтв. Використовувались наступні методи: теоретичний аналіз і узагальнення даних наукової та методичної літератури, соціологічні методи (анкетування), методи математико-статистичної обробки даних.

**Результати:** виявлено, що оптимізація процесу формування навичок здорового способу життя можливе за умови логічного поєднання у програмі фізичного виховання теоретичної, методичної і практичної компоненти; з'ясовано, що зміст дисципліни «Фізичне виховання» у вищих навчальних закладах мистецького спрямування повинен сприяти формуванню відповідних умінь і навичок, які сприятимуть правильному фізичному самовдосконаленню студентів. Визначено, що у студентів експериментальної групи відбулися позитивні зрушення по всіх характеристиках, що вивчалися.

**Висновки:** доведено, що для студентів спеціальності «Образотворче та декоративно-ужиткове мистецтво» новостворена технологія здоров'язбережувального навчання є більш ефективною, ніж традиційна.

**Ключові слова:** здоровий спосіб життя, фізична активність, студенти, технологія.

### Вступ

Як свідчить вітчизняний та міжнародний досвід, фізичне виховання і спорт у вищій школі є невід'ємною складовою формування загальної та професійної культури особистості відповідно до вимог часу і має забезпечити підвищення рівня працездатності, збереження і зміцнення здоров'я, сприяти продовженню активного довголіття людини [3].

Фізкультурна освіченість – це цілісний комплекс знань, умінь і навичок, психологічних особливостей (якостей), переконань у необхідності ведення здорового способу життя [5]. У непрофільних вищих навчальних закладах процес фізичного виховання у першу чергу спрямовано на покращення фізичної підготовленості, а вже потім на формування у студентів знань, умінь і навичок, що у майбутньому нададуть їм змогу повною мірою здійснювати фізкультурно-оздоровчу діяльність.

Безперечно, високий рівень сформованості здорового способу життя в студентів залежить більшою мірою від якості організації роботи з фізичного виховання, педагогічних умов управління руховою активністю [6; 7; 8]. Однак досліджень, які характеризують методіку формування навичок здорового способу життя студентів вищих навчальних закладів різного професійного спрямування, у тому числі й людей творчих професій, на сьогодні є недостатньо.

Зміна пріоритетів у системі фізичного виховання студентів-митців щодо оздоровлення задля оптимізації процесу формування у них навичок здорового способу

життя зводиться до зміни цільової спрямованості змісту й організаційних аспектів, а саме – переходу від, свого роду, ультимативних вимог щодо виконання студентами завдань до вивчення їхніх інтересів і потреб у сфері тілесного й духовного самовдосконалення. Особливо, на нашу думку, це стосується студентів творчих професій.

Ми вважаємо, що процес формування навичок здорового способу життя належить до сфер як навчання, так і виховання студентів-митців, оскільки в умовах управління поведінкою, тобто навчанням, необхідно виховувати у студентів культуру здоров'я. Дослідження М. Амосова [1], В. Бароненко [2], Н. Брайко [4], Т. Круцевич [5] і багатьох інших також переконують у тому, що фізичне довголіття є інтегральним результатом багатьох обставин життя, форм виховання та видів професійної діяльності людини.

**Зв'язок дослідження з науковими програмами, планами, темами.** Роботу виконано відповідно до Зведеного плану науково-дослідної роботи у сфері фізичної культури і спорту Міністерства України у справах сім'ї, молоді та спорту за темою 3.9 «Удосконалення наукових засад спорту для всіх, фітнесу та рекреації» на 2011–2015 рр. (номер державної реєстрації 0111U001735).

**Мета дослідження:** визначити вплив технології формування навичок здорового способу життя у фізичному вихованні на фізичну активність студентів.

**Завдання дослідження:**

1. Визначити шляхи оптимізації процесу формування у студентів мистецьких спеціальностей навичок здорового способу життя.

2. З'ясувати ступінь сформованості навичок здорово-

го способу життя студентів спеціальності «Образотворче та декоративно-ужиткове мистецтво».

**Матеріал і методи дослідження**

У дослідженні брали участь 90 студентів III-го курсу спеціальності «Образотворче та декоративно-ужиткове мистецтво» Львівської національної академії мистецтв. Усі студенти були розподілені на дві групи: контрольну (КГ) – 45 осіб та експериментальну (ЕГ) – 45 осіб. Студенти контрольної групи навчалися за традиційною навчальною програмою фізичного виховання, а процес навчання студентів експериментальної групи супроводжувався впровадженням здоров'язбережувальної технології навчання.

Для вирішення поставлених завдань використовували наступні методи дослідження: теоретичний аналіз і узагальнення даних наукової та методичної літератури, соціологічні методи (анкетування); методи математико-статистичної обробки даних.

**Результати дослідження та їх обговорення**

На попередньому етапі дослідження було розроблено технологію здоров'язбереження, що узагальнює в певну систему не лише використання засобів фізичної культури, а й сам процес удосконалення особистісних якостей, фізичного розвитку, стану здоров'я, психофізіологічного потенціалу через формування переконань у необхідності постійного фізичного самовдосконалення. Узагальнена технологія здоров'язбереження відображає і враховує специфіку професійної діяльності студентів-митців, їх індивідуальні особливості і багато інших факторів. Створена здоров'язбережувальна технологія навчання має міждисциплінарну, інтегративну, комплексну, фундаментальну структуру і зміст. У розділах програми створеного нами інтегративного навчального курсу «Основи здорового способу життя» було зосереджено увагу на вивченні студентами виключно ґрунтовних, спеціально виокремлених тем, що визначатимуть у майбутньому їхній спосіб життя [9; 10].

Для виявлення впливів використання новоствореної технології формування навичок здорового способу життя на зміни фізичної активності студентів; визначення результативності впливів змісту міждисциплінарного курсу та відповідного спеціально підготовленого навчально-методичного комплексу на формування здоров'язбережувальних знань, умінь і навичок було проведено анкетування, яке проводилося перед проведенням педагогічного експерименту та після його завершення.

Загальновідомо, що у непрофільних вищих навчальних закладах у змісті дисципліни «Фізичне виховання» відводиться мало годин на засвоєння студентами теоретичних знань, в основному ця дисципліна представлена практичними заняттями. Разом з тим, загальний обсяг інформації, методик і технологій у сфері здоров'язбереження збільшується нині такими ж темпами, як і вся сукупність наукової інформації. На нашу думку, неможливість представлення впродовж занять з фізичного виховання навіть частини такої інформації очевидна, а це негативно впливає на формування у студентів потреби використання засобів фізичної культури для зміцнення власного здоров'я. Підтвердженням цьому є представлені дані у таблиці 1.

На початку нашого експерименту лише 56,1% респон-

**Таблиця 1**

**Аналіз відповідей щодо позитивного впливу занять фізичними вправами на стан здоров'я (у %)**

Група	Відповіді	До ПЕ	Після ПЕ
ЕГ	Не замислювався	42,4	6,8
	Не вірю	2,9	0
	Вірю	54,7	93,2
КГ	Не замислювався	40,7	22,5
	Не вірю	3,2	2,8
	Вірю	56,1	74,7

дентів контрольної групи та 54,7% – експериментальної впевнені в позитивному впливі занять фізичними вправами на стан здоров'я. Також виявилось, що деякі студенти як контрольної, так і експериментальної груп взагалі не вірять у корисність фізичних вправ (відповідно 3,2% і 2,9%).

Після експерименту в експериментальній групі кількість студентів, які повірили в корисність фізичних вправ, зросла на 38,5%; тих, хто не замислювався над цим запитанням, залишилося всього 6,8% осіб; і не залишилося жодного студента, який би не вірив у корисність фізичних вправ. Незначні зрушення відбулися у контрольній групі: всього на 18,6% зросла кількість студентів, які повірили у корисність фізичних вправ; майже четверта частина (22,5%) залишилося таких, хто не замислювався над цим питанням і у 2,8% студентів так і не з'явилася віра у корисність фізичних вправ.

Також ми з'ясовували думку студентів щодо впливів рухового режиму на зменшення кількості захворювань. На початку експерименту, а це фактично після двох років навчання, таких студентів як у контрольній групі (16,8%), так і в експериментальній (15,9%) небагато. Проте після експерименту в експериментальній групі кількість таких студентів, які визнали фізичну активність фактором зменшення ризику виникнення захворювань зросла до 71,2%, а в контрольній – усього до 22,4% осіб.

Ми також вивчали студентські вподобання щодо вибору форм занять фізичними вправами та здійснення ними самоаналізу з приводу позитивних (негативних) відчуттів, що доводилося переживати від фізичних навантажень. Упродовж експерименту у контрольній групі кількість тих, кому зовсім не подобаються фізичні навантаження, знизилася з 24,7% лише до 19,6% осіб, а в експериментальній із 26,7% до 7,4% студентів.

Узагальнюючи, слід зазначити, що після завершення апробації розробленої нами технології формування навичок здорового способу життя кількість студентів експериментальної групи, яким взагалі не подобалися фізичні навантаження в порівнянні з кількістю таких студентів контрольної групи виявилася майже втричі меншою.

Позитивним результатом, на нашу думку, можна вважати той факт, що 87,5% опитаних студентів експериментальної групи після завершення експерименту вказали, що найчастіше ними використовується у якості фізичних навантажень оздоровчий біг (на початку експерименту їх кількість становила 23,4%). Загальновідомо, що попри доступність оздоровчого бігу, молодь рідко називає цей вид улюбленим.

Ми вважаємо, що такий результат вдалося отримати завдяки зміні технології проведення занять зі студентами

цієї групи та впровадження міждисциплінарного інтегративного курсу навчання у систему фізичного виховання. Адже, очевидно, що саме розуміння студентами експериментальної групи користності оздоровчого бігу, свідомого їх відношення до необхідності використання засобів фізичної культури для покращення власного здоров'я, призвело до збільшення кількості учасників цього виду занять.

А от у контрольній групі, попри те, що оздоровчий біг є найдоступнішим видом фізкультурно-оздоровчих занять, кількість студентів, яким подобається такий вид фізкультурно-оздоровчих занять, знизилася з 25,8% до 3,1% студентів.

Крім того, ми з'ясували, чи сприяє зміст дисципліни «Фізичне виховання» формуванню навичок здорового способу життя. До експерименту негативну відповідь надали 87,6% студентів експериментальної групи, а після його завершення, тобто навчального року, організованого з використанням новоствореної педагогічної технології формування навичок здорового способу життя у системі фізичного виховання, кількість таких респондентів знизилася до 6,4%. Стверджувальну ж відповідь надали 93,6% цієї групи (табл. 2).

**Таблиця 2**

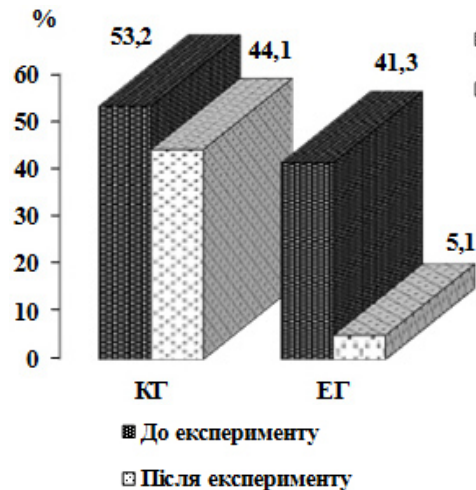
**Результати самооцінки студентами змісту дисципліни «Фізичне виховання» щодо формування навичок здорового способу життя (у %)**

Група	Відповіді	До ПЕ	Після ПЕ
ЕГ	Ні	87,6	6,4
	Так	12,4	93,6
КГ	Ні	84,8	82,6
	Так	15,2	17,4

Також слід зазначити, що на початку експерименту студенти, як контрольної, так і експериментальної групи, скаржилися: на нерозуміння психофізіологічних процесів, що відбуваються у них під дією фізичних навантажень; на незнання методики добору фізичних вправ різного спрямування; на невміння організувати свій день, харчування і створити для себе безпечні умови праці й відпочинку. Якщо після експерименту для студентів контрольної групи ці питання так і залишилися незрозумілими, то студенти експериментальної групи вказали на користність прослуханих ними теоретико-методичних занять, що входили у програму міждисциплінарного навчального курсу «Основи здорового способу життя»; не знайшлося жодного студента, хто вказав би на свою необізнаність у питаннях, що стосуються здорового способу життя.

Наступним аспектом, що ми з'ясували впродовж анкетування студентів-митців, є вивчення причин пропусків занять з дисципліни «Фізичне виховання» та небажання ними відвідувати фізкультурно-оздоровчі заходи. Найбільшою виявилася кількість студентів контрольної (53,2% осіб) та експериментальної (41,3% осіб) груп, які на початку експерименту вказали, що є байдужими до занять фізичними вправами і відвідують їх лише для отримання заліку з дисципліни «Фізичне виховання», оскільки зміст занять не відповідає їх потребам. Після експерименту кількість таких респондентів контрольної групи майже не змінилася (44,1%), а в експериментальній групі таких студентів залишилось лише 5,1% (рис. 1).

Слід також зазначити, що на початку експерименту



**Рис. 1. Динаміка змін кількості респондентів, які вважають, що зміст дисципліни «Фізичне виховання» не відповідає їх потребам (у %)**

кількість студентів, що відвідували секції, оздоровчі гуртки та займалися фізичним самовдосконаленням в позачасний час, становила 19,1% в експериментальній групі і 18,3% – у контрольній. Після закінчення експерименту 69,5% студентів експериментальної групи почали відвідувати різноманітні секції та оздоровчі гуртки, у контрольній – кількість студентів, котрі додатково почали займатися фізичним самовдосконаленням становила лише 18,7%.

Окрім того, у студентів експериментальної групи відбувся перерозподіл мотивів, що вказує на наявність переконань у необхідності фізичної активності. Після експерименту в експериментальній групі для більшості студентів (67,3% осіб) мотивом стало усвідомлення ними користності фізичних вправ для покращення стану здоров'я.

Враховуючи викладене вище, стає зрозумілим, що оптимізація процесу формування у студентів мистецьких спеціальностей навичок здорового способу життя можлива лише за умови логічного поєднання у змісті фізичного виховання теоретичної, методичної і практичної компоненти. Зокрема, студенти обох груп, як на початку, так і в кінці експерименту, основним завданням дисципліни «Фізичне виховання» визнали отримання знань і умінь, які знадобляться їм у майбутній життєдіяльності, а от покращення спортивних результатів не є для них пріоритетом. Причому, кількість таких студентів експериментальної групи після того, що вони прослухали міждисциплінарний навчальний курс формування навичок здорового способу життя згідно спеціально створеної програми, зросла до 70,1% осіб.

Наступне питання анкети стосувалося самооцінки студентами вміння організувати активний відпочинок у вихідні дні. Кількість студентів експериментальної групи, які визнали сформовані у них вміння організувати рекреаційні заходи у вихідні, зросла до 87,4% осіб.

Позитивні зрушення ми отримали, здійснивши аналіз відповідей на запитання, що стосувалося самооцінки студентами знань, вміння і навичок щодо організації лікувальної гімнастики та реабілітаційних заходів у разі виникнення такої необхідності. В експериментальній групі кількість тих, хто вміє складати комплекси вправ лікувальної гімнастики та здійснювати, при потребі, реабілітаційні

заходи, після завершення експерименту становила 82,7% осіб, тоді як у контрольній – лише 23,4% респондентів. На початку експерименту ці дані в обох групах були практично однаковими і становили 24,3% і 22,8% осіб відповідно.

Порівняльний і факторний аналіз отриманих даних на формульованому етапі педагогічного експерименту свідчить, що у студентів експериментальної групи, порівняно зі студентами контрольної групи, відбулися позитивні зрушення по всіх характеристиках, що нами вивчалися, а це дозволяє констатувати факт позитивного впливу новоствореної технології навчання на формування у студентів-митців відповідних знань, вмінь і навичок щодо ведення здорового способу життя.

Таким чином, нами доведено, що для студентів спеціальності «Образотворче та декоративно-ужиткове мистецтво» новостворена технологія здоров'язбережувального навчання є більш ефективною, ніж традиційна. Організація фізичного виховання за цією технологією зумовило статистично достовірне поліпшення фізичної активності студентів; рівня знань, умінь і навичок та зменшення пропусків занять через респіраторні захворювання.

## Висновки

1. Доведено, що використання новоствореної педагогічної технології у системі фізичного виховання сприяло формуванню навичок здорового способу життя. Так, 87,6% студентів експериментальної групи до початку експерименту стверджували, що зміст дисципліни «Фізичне виховання» не сприяє формуванню навичок здорового способу життя, тоді як після його завершення, кількість

таких респондентів становила 6,4% осіб.

2. Визначено, що у студентів експериментальної групи відбувся перерозподіл мотивів до занять руховою активністю. Після експерименту в експериментальній групі для більшості студентів (67,3% осіб) мотивом стало усвідомлення ними корисності фізичних вправ для покращення стану здоров'я.

3. Встановлено, що 87,5% студентів експериментальної групи після завершення експерименту зазначили, що застосовують оздоровчий біг (на початку експерименту кількість таких студентів становила 23,4% осіб). У контрольній групі кількість студентів, яким подобається такий вид фізкультурно-оздоровчих занять, на жаль, знизилася з 25,8% до 3,1% студентів.

4. З'ясовано, що у студентів експериментальної групи відбулися позитивні зрушення щодо самооцінки ними знань, умінь та навичок зі складання комплексів вправ лікувальної гімнастики та застосування реабілітаційних заходів. Так, після завершення експерименту кількість таких студентів становила 82,7%, тоді як у контрольній – лише 23,4%. На початку ж експерименту в обох групах ці дані були практично однаковими і становили 24,3% і 22,8% осіб, відповідно.

**Перспективою подальших досліджень** є створення програм проведення студентами спостережень за власним самопочуттям, змінами у стані здоров'я; розроблення й використання в системі фізичного виховання оздоровчих систем, моделей, програм, які спонукатимуть студентів вищих навчальних закладів мистецького спрямування до використання сучасних оздоровчих технологій у повсякденній життєдіяльності.

**Конфлікт інтересів.** Автори заявляють, що немає конфлікту інтересів, який може сприйматися таким, що може завдати шкоди неупередженості статті.

**Джерела фінансування.** Ця стаття не отримала фінансової підтримки від державної, громадської або комерційної організації.

## Список використаної літератури

1. Амосов Н. М. Энциклопедия Амосова. Алгоритм здоровья. Человек и общество / Н. М. Амосов. – Донецк : Сталкер. – М. : АСТ, 2002. – 464 с.
2. Бароненко В. А. Здоровье и физическая культура студента : Учеб. пособие для студентов учреждений сред. проф. образования, обучающихся по группе спец. 0300 «Образование» / В. А. Бароненко, Л. А. Рапопорт. – Москва : Альфа-М, 2003. – 351 с.
3. Березка С. М. Теоретичні та методичні знання студентів з навчальної дисципліни «Фізичне виховання» / С. М. Березка // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2011. – № 1. – С. 12–14.
4. Брайко Н. І. Рухова активність як засіб оздоровлення студентів / Н. І. Брайко, Н. В. Ігнатенко // Науковий часопис [Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова]. – 2015. – Вип. 12. – С. 22–25.
5. Завидівська Н. Н. Особливості формування загальної фізкультурно-оздоровчої освіти студентів у умовах здоров'язбережувального навчання / Н. Н. Завидівська // Слобожанський науково-спортивний вісник : [наук.-теорет. журн.]. – Харків : ХДАФК, 2014. – № 1(39). – С. 37–42.
6. Круцевич Т. Ставлення студенток до предмета «Фізичне виховання» у вищих навчальних закладах / Тетяна Круцевич, Олександр Нестеренко // Спортивний вісник Придніпров'я. – 2004. – № 7. – С. 57–59.
7. Круцевич Т. Ю. Формування фізичної культури студентів у системі вищої освіти / Т. Круцевич, О. Марченко // Теорія і методика фіз. виховання і спорту. – 2008. – № 2. – С. 78–81.
8. Кузнецова З. М. Исторические предпосылки формирования физкультурного образования [Электронный ресурс] / З. М. Кузнецова, Ю. П. Симаков // Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. – 2007. – № 5. – Режим доступа : <http://journals.tsu.ru/vestnik/&journal>.
9. Щур Л. Р. До проблеми фізкультурно-оздоровчої освіти студентів / Л. Р. Щур, І. Б. Грибовська, В. В. Іваночко, Ф. В. Музика, Н. Н. Завидівська // Науковий часопис [Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова]. – 2014. – Вип. 11(52)14. – С. 149–153.
10. Organizational conditions of healthy lifestyle promotion for arts students. / Hribovska Iryna, Danylevych Myroslava, Ivanochko Viktoriya, Shchur Lydia // Journal of Physical Education and Sport. Vol. 15 (2), Art. 34. P. 218–224.

Стаття надійшла до редакції: 10.06.2016 р.  
Опубліковано: 31.08.2016 р.

**Анотація.** Щур Л., Грибовська І., Іваночко В. Влияние технологии формирования навыков здорового образа жизни на изменение физической активности студентов. *Цель:* определить влияние технологии формирования навыков здорового образа жизни на физическую активность студентов. *Материал и методы:* в исследовании принимали участие 90 студентов III курса специальности «Изобразительное и декоративно-прикладное искусство» Львовской национальной академии искусств. Испол-

зовались следующие методы: теоретический анализ и обобщение данных научной и методической литературы, социологические методы (анкетирование), методы математико-статистической обработки данных. **Результаты:** обнаружено, что оптимизация процесса формирования навыков здорового образа жизни возможна при условии логического сочетания в программе физического воспитания теоретической, методической и практической компоненты; выяснено, что содержание дисциплины «Физическое воспитание» в высших учебных заведениях художественного направления должно способствовать формированию соответствующих умений и навыков, которые будут способствовать правильному физическому самосовершенствованию студентов. Определено, что у студентов экспериментальной группы произошли положительные сдвиги по всем характеристикам, которые изучались. **Выводы:** доказано, что для студентов специальности «Изобразительное и декоративно-прикладное искусство» созданная технология здоровьезберегающего обучения является более эффективной, чем традиционная.

**Ключевые слова:** здоровый образ жизни, физическая активность, студенты, технология.

**Abstract. Shchur, L., Gribovskaya, I. & Ivanochko, V. Influence of technology of formation of skills of healthy lifestyle on changes of physical activity of students. Purpose:** to define influence of technology of formation of skills of healthy lifestyle on physical activity of students. **Material & Methods:** 90 students of the III course of the specialty "Fine and decorative and applied arts" of Lviv national academy of arts took part in the research. The following methods were used: theoretical analysis and synthesis of data of scientific and methodical literature, sociological methods (questioning), methods of mathematico-statistical data processing. **Results:** it is revealed that the optimization of process of formation of skills of healthy lifestyle is possible on condition of logical combination in the program of physical education of theoretical, methodical and practical components; it is found out that the content of the discipline "Physical education" in higher educational institutions of the art direction has to promote the formation of the corresponding skills which will promote the correct physical self-improvement of students. It is defined that students of the experimental group had positive shifts according to all characteristics which were studied. **Conclusions:** it is proved that the created technology of healthcare education is more effective, than traditional for students of the specialty "Fine and decorative and applied arts".

**Keywords:** healthy lifestyle, physical activity, students, technology.

## References

1. Amosov, N. M. (2002), *Jenciklopedija Amosova. Algoritm zdorov'ja. Chelovek i obshchestvo* [Encyclopedia by Amosov. Health algorithm. Human and society], Stalker, Doneck. (in Russ.)
2. Baronenko, V. A. & Rapoport, L. A. (2003), *Zdorov'e i fizicheskaja kul'tura studenta [Students health and physical education]: Ucheb. posobie dlja studentov uchrezhdenij sred. prof. obrazovanija, obuchajushhijja po gruppe spec. 0300 "Obrazovanie", Al'fa-M, Moskva.* (in Russ.)
3. Berezka, S. M. (2001), "The theoretical and methodical knowledge of students of discipline "Physical Education"", *Pedagogika, psy'xologiya ta medy'ko-biologichni problemy' fizy'chnogo vy'xovannya i sportu*, No 1, pp. 12-14. (in Ukr.)
4. Brajko, N. I. & Ignatenko, N. V. (2015), "Motor activity as a means of rehabilitation students", *Naukovij chasopis NPU im. Dragomanorva: nauково-pedagogichni problemi fizichnoi kulturi (fizichna kultura i sport)*. No 12, pp. 22-25. (in Ukr.)
5. Zavy'divs'ka, N. N. (2014), "The main features of formation of general physical health education of students in terms of healthy education", *Slobozhans'kij nauково-sportivnij visnik*, No 1(39), pp. 37-42. (in Ukr.)
6. Krucev'ch, T. & Nesterenko, O. (2004), "The ratio of students to the subject "physical education" in higher education", *Sporty'vny'j visny'k Pry'dniprov'ja*, No 7, pp. 57-59. (in Ukr.)
7. Krucev'ch, T. & Marchenko, O. (2008), "Formation physical culture of students in a system of higher education". *Teoriya i metody'ka fiz. vy'xovannya i sportu*, No 2, pp. 78-81. (in Ukr.)
8. Kuznecova, Z. M. & Simakov, J. P. (2007), "The historical preconditions of formation a physical education", *Pedagogiko-psihologicheskie i mediko-biologicheskie problemy fizicheskoi kul'tury i sporta*, No 5, available at : <http://journals.tsu.ru/vestnik/&journal>. (in Russ.)
9. Shhur, L. R., Gribovskaya, I. B., Ivanochko, V. V., Muzy'ka, F. V. & Zavy'divs'ka, N. N. (2014), "To the Problems of physical health education of students", *Naukovij chasopis NPU im. Dragomanorva: nauково-pedagogichni problemi fizichnoi kulturi (fizichna kultura i sport)*, No 11(52)14, pp. 149-153. (in Ukr.)
10. Hribovskaya, I., Danylyevych, M., Ivanochko, V. & Shchur, L. (2015), "Organizational conditions of healthy lifestyle promotion for arts students", *Journal of Physical Education and Sport*, Vol. 15 (2), Art. 34. P. 218-224.

Received: 10.06.2016.

Published: 31.08.2016.

**Щур Лідія Романівна:** к. фіз. вих.; Львівська національна академія мистецтв: вул. Кубийовича 38, м. Львів, 79000, Україна.

**Щур Лидия Романовна:** к. физ. восп.; Львовская национальная академия искусств: улица Кубийовича 38, г. Львов, 79000, Украина.

**Lydia Shchur:** PhD (Physical Education and Sport); Lviv National Academy of Arts: street Kubiiovych 38, Lviv, 79000, Ukraine.

**ORCID.ORG/0000-0002-3736-9085**

**E-mail: ivv200868@gmail.com**

**Грибовська Ірина Борисівна:** к. фіз. вих.; Львівський державний університет фізичної культури: вул. Костюшка, 11, Львів, 79000, Україна.

**Грибовская Ирина Борисовна:** к. физ. восп.; Львовский государственный университет физической культуры: ул. Костюшко, 11, Львов, 79000, Украина.

**Iryna Hribovska:** PhD (Physical Education and Sport); Lviv State University of Physical Culture Street. Kosciuszko, 11, Lviv, 79000, Ukraine.

**ORCID.ORG/0000-0002-0317-2153**

**E-mail: irunagrub1@gmail.com**

**Іваночко Вікторія Валеріївна:** к. фіз. вих.; Львівський державний університет фізичної культури: вул. Костюшка, 11, Львів, 79000, Україна.

**Иваночко Виктория Валерьевна:** к. физ. восп.; Львовский государственный университет физической культуры: ул. Костюшко, 11, Львов, 79000, Украина.

**Victoria Ivanochko:** PhD (Physical Education and Sport); Lviv State University of Physical Culture Street. Kosciuszko, 11, Lviv, 79000, Ukraine.

**ORCID.ORG/0000-0002-4519-4414**

**E-mail: ivv200868@gmail.com**

**Бібліографічний опис статті:**

Щур Л. Вплив технології формування навичок здорового способу життя на зміни фізичної активності студентів / Лідія Щур, Ірина Грибовська, Вікторія Іваночко // Слобожанський науково-спортивний вісник. – Харків : ХДАФК, 2016. – № 4(54). – С. 123–127. – doi: 10.15391/sns.v.2016-4.022