

необхідних для практичної реалізації програми профілактики студентського травматизму, є спеціальна підготовка магістрів фізичної культури і спорту. У зв'язку з безумовною актуальністю та практичною значимістю даних питань нами розроблено 8-годинну програму "Профілактика травматизму засобами фізичного виховання", яка включена в програму курсу "Методика викладання фізичного виховання у вищих навчальних закладах".

**ВИСНОВКИ.** Отримані дані переконливо свідчать про високу ефективність запропонованої нами програми профілактики травматизму студентів засобами фізичних вправ та необхідність її впровадження в програму занять з фізичного виховання вищих навчальних закладів.

**ПЕРСПЕКТИВИ ПОДАЛЬШИХ РОЗВІДОК** у цьому напрямі полягають у визначенні стану поширення травматизму під час проведення занять фізичними вправами і спортом різних груп населення.

#### ЛІТЕРАТУРА

1. Бріжата І. А. Впровадження технологій травмопрофілактики школярів у підготовці майбутніх учителів фізичної культури / І. А. Бріжата // Освіта і здоров'я: формування здоров'я дітей, підлітків та молоді в умовах навчального закладу. – Суми: СумДПУ ім. А. С. Макаренка, 2008. – С. 36-40.

2. Бойченко Ю. Профілактика травматизму на уроках фізичної культури і перша долікарська допомога / Ю. Бойченко, К. Білоус // Фізичне виховання в школі. – 2009. – № 4. – С. 21-24.

3. Luchko O. Injuries in martial arts / O. Luchko, A. Alnikina // Bulletin Precarpathian University. Physical Education. – Issue 14, 2011. – S. 96-101.

4. Mardar G. Injury Prevention in the preparation of athletes / G. Mardar, I. Yachnyuk // Physical education, sport and culture of health in modern society: Coll. Science. pr. Wolin. nat. Univ them. Lesya Ukrainian. – Т. 3 – Lutsk: RIO "Tower" Wolin. nat. Univ them. Ukrainian Lesya, 2008. – P. 82-87.

5. Platonov V.N. Injuries in sport: problems and prospects of solutions / V.N. Platonov // Sports Medicine. – 2006. – № 1. – S. 54-77.

УДК 378.016:796 (043.3)

*Кривобок Тетяна Петрівна, Касіч Наталія Петрівна*  
*Національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова, м. Київ*

### ВІКОВІ ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ СТРУКТУРИ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ СТУДЕНТОК ПЕДАГОГІЧНОГО УНІВЕРСИТЕТУ

*Розглянуті питання функціонування системи фізичного виховання студентської молоді на сучасному етапі. Виявлені суперечності між соціальним замовленням на молодого фахівця, захисника Батьківщини та ставленням до галузі фізичної культури вітчизняних чиновників. Здійснено тестування фізичних здібностей дівчат 18 та 19 років, які навчаються у педагогічному університеті та визначені вікові особливості формування факторної структури фізичної підготовленості вищезгаданого контингенту.*

**Ключові слова:** студентки; фізична підготовленість; факторна структура; педагогічні спеціальності.

**Кривобок Татьяна Петровна, Касич Наталья Петровна. Возрастные особенности формирования структуры физической подготовленности студенток педагогического университета.**

*Рассмотрены вопросы функционирования системы физического воспитания студентов высших учебных заведений на современном этапе. Выявлены противоречия между потребностями общества и программно-нормативным обеспечением процесса физического совершенствования молодежи. Кроме этого, ситуация усложняется многолетним отсутствием научно обоснованного методического обеспечения процесса развития физических способностей студентов, которое учитывает не только половые, а и возрастные особенности контингента, а так же особенности будущей профессиональной деятельности. Следовательно, реализация оздоровительных задач, что осуществляется преимущественно средствами общей физической подготовки, не только имеет низкую эффективность, а и может способствовать перенапряжению функций организма за счет подмены приоритетов и игнорирования сенситивных периодов.*

*Анализ факторной структуры физической подготовленности студенток 18 и 19 лет позволил определить средства с наибольшими коэффициентами значимости, что обеспечивает наличие научно обоснованных приоритетов педагогических воздействий, а так же содержания контроля за развитием физических способностей девушек.*

*В 18 лет таковыми являются: прыжок в длину с места; челночный бег 4 x 9 м; бег на 100 м; кистевая динамометрия; сгибание и разгибание рук в упоре лежа; подъемы туловища за 1 мин.*

*В 19 лет: прыжок в длину с места; челночный бег 4 x 9 м; бег на 100 м; бег на 1000 м; сгибание и разгибание рук в упоре лежа; подъемы туловища за 1 мин; 50% от максимального усилия без зрительного ориентира; динамика частоты движений в различных отрезках за 30 секунд.*

**Ключевые слова:** студентки; физическая подготовленность; факторная структура; педагогические специальности.

**Krivobok Tatiana Petrovna, Kasich Natalia Petrovna. Age peculiarities of the formation of the structure of physical readiness of students of pedagogical University**

*The issues of functioning of system of physical education of students of higher educational establishments on the modern stage. Revealed contradictions between the needs of society and program-normative provision of the process of physical perfection of youth. Contradictions are characterized on one side by destruction of corresponding of the educational process in the context of higher education, on the other hand, the declarations of officials about the need for reformatting of all the structural connections of different industries at the expense of inflow of young specialists with a high level of functionality.*

*In addition, the situation is complicated by the long absence of scientifically grounded methodological support of the process of development of physical abilities of students, which takes into account not only the sex and age peculiarities of the contingent, as well as the features of future professional activity. Therefore, the implementation of the Wellness problems that is carried out mainly by means of General physical training, not only has low efficiency, and can contribute to overexertion of body functions at the expense of shifting priorities and neglect the sensitive periods.*

*Analysis of the factor structure of physical fitness of students 18 and 19 years has allowed us to determine the means with the highest weight, thus providing a scientifically based priorities of pedagogical influence, as well as content control over the development of physical abilities of the girls.*

*In 18 years these effects are: long jump; Shuttle run 4 x 9 m, women's 100 meters; carpal dynamometry; bending and unbending of hands in push-up position; a lifting of torso for 1 min.*

*In 19 years these effects are: long jump; Shuttle run 4 x 9 m, women's 100 meters; running at 1000 m; flexion and extension of hands in push-up position; a lifting of torso for 1 min; 50% of maximum effort without the visual landmark; the dynamics of the frequency of movements in different intervals of 30 seconds.*

**Key words:** *students; physical fitness; factor structure; pedagogical specialties.*

**Актуальність теми.** За даними О.В. Тимошенка [5], удосконалення системи професійної і вищої освіти, що викликано соціально-економічними змінами у суспільстві, передбачає формування особистості майбутнього фахівця не тільки із значними обсягами спеціальних знань, а й високим рівнем морально-вольової, функціональної і фізичної підготовленості.

Питання різкого зростання кількості студентів з низьким рівнем здоров'я та фізичної працездатності сьогодні залишається важливою проблемою галузі фізичної культури, загострення якої відбувається у більшості вищих навчальних закладів України за рахунок винесення відповідної дисципліни за межі обов'язкових. Причому така абсурдна ситуація відбувається на фоні активізації роботи військоматів щодо залучення молоді до строкової служби та констатації офіційними джерелами значної кількості юнаків та дівчат призовного віку, які мають наднизький рівень фізичної підготовленості.

Аналіз закордонного досвіду показує [6-10] не тільки реалізацію основних форм організації процесу фізичного виховання студентів найбільш розвинених країн Світу, а впровадження додаткових занять фізичними вправами в умовах підвищеної індивідуалізації навантажень за рахунок впровадження науково обґрунтованих технологій. В той же час вітчизняне програмно-нормативне забезпечення галузі вищої освіти, перенавантажено загально-розвиваючими дисциплінами, а зміст профільюючих предметів не рідко дублює один одного. В такій ситуації безумовно спостерігається пріоритет реалізації комплексу освітніх завдань, що в цілому нажалі забезпечує дисбаланс між розумовим і фізичним розвитком особистості. В результаті, численні дослідники [1, 3] констатують не тільки зниження рівню фізичної підготовленості майбутніх фахівців, а й систематичне збільшення контингенту спеціальних медичних груп у вітчизняних ВНЗ. А від так, Р. Раєвський та С. Канишевський [4] свідчать про фізичну неспроможність більшої половини молодих спеціалістів виконувати свої функціональні обов'язки у тих обсягах і з тією інтенсивністю, яких вимагають сучасні умови.

За даними В. Волкова [2], одним із стратегічних прорахунків в управлінні системою фізичного виховання майбутніх фахівців, що унеможлиблює впровадження навіть групового підходу, є ігнорування вікових особливостей розвитку організму юнаків та дівчат, що навчаються у вищих навчальних закладах.

Слід додати, що дотримання принципу взаємозв'язку дисципліни з майбутньою професійною діяльністю також вимагає врахування особливостей структури фізичної підготовленості студентів, формування якої відбувається під впливом як фізіологічних чинників, так і профільюючих предметів і навчальної практики.

Однак, сучасна практика фізичного виховання майбутніх педагогів нажалі не володіє достовірною інформацією про вікові зміни навіть основних, найбільш впливових факторів вищезгаданої структури, що забезпечує актуальність обраної проблеми та спонукає до авторського її вирішення.

**Мета роботи** – визначити вікові особливості формування структури фізичної підготовленості студенток педагогічного університету, які навчаються в умовах основної медичної групи.

**Методологічною основою** дослідження є підхід, який дозволив вивчити особистість студенток, як динамічну систему, що має вікові особливості.

В процесі реалізації завдань дослідження використовувалися наступні методи: теоретичний аналіз і узагальнення досвіду педагогічної та спортивної практики; педагогічний експеримент із застосуванням динамометрії, метрометрії, тонометрії, спірометрії, теплінг-метрії; методи математичної статистики.

Під час педагогічного експерименту було застосоване спостереження, опитування, тестування. Отримані результати оброблено за допомогою центроїдного методу факторного аналізу.

Дослідження організовано та проведено на базі Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова з залученням 82 студенток, які навчаються на 1–2-х курсах природо-охоронного, фізико-математичного інститутів та інституту інформатики та раніше не займалися спортом.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Для визначення найбільш вагомих показників, які забезпечують як пріоритет педагогічних дій, так і зміст оперативного контролю за розвитком фізичних здібностей, здійснений аналіз

факторної структури фізичної підготовленості студенток педагогічного університету.

Так вищезгадана структура у дівчат 18 років складається з п'яти ортогональних факторів, сума внесків яких дорівнює 83,8% (табл. 1).

У генеральному факторі (22,4%) найбільшим коефіцієнтом володіють показники стрибка у довжину з місця (0,804) та кистьової динамометрії (0,781), що визначає пріоритетами контроль за розвитком швидкісно-силових здібностей і максимальної сили дівчат та назву відповідного фактора – «швидкісно-силові здібності та максимальна сила».

Таблиця 1

Факторна структура фізичної підготовленості студенток 18 років

№	Показник	Фактори				
		1-й	2-й	3-й	4-й	5-й
1	Стрибок у довжину з місця, см	0,804	0,102	0,082	0,184	0,247
2	Човниковий біг 4 x 9 м, с	0,354	0,350	0,786	0,524	0,179
3	Біг 1000 м, с	0,191	0,483	0,398	0,002	0,697
4	Біг 100 м, с	0,238	0,614	0,780	0,240	0,485
5	Нахил тулуба, см	0,245	0,603	0,500	0,709	0,422
6	Кистьова динамометрія, кг	0,781	0,067	0,061	0,302	0,207
7	Згинання та розгинання рук в упорі лежачи, раз.	0,403	0,716	0,203	0,084	0,078
8	Підйоми тулуба за 1 хв, разів	0,375	0,748	0,247	0,116	0,125
9	50% від макс. зусилля без зор. орієнтиру, кг, % відхилення	0,518	0,067	0,015	0,682	0,054
10	$\bar{X}$ теппінг-тесту, к-сть разів	0,362	0,111	0,164	0,054	0,702
11	Сума навантажувальних змінних	5,191	2,384	0,840	0,810	1,783
12	Внесок фактора у структуру, %	22,4	19,0	17,8	16,2	8,4
13	Сума внесків факторів у структуру, %	83,8				

Наступний фактор (19,0%) структури фізичної підготовленості позначений значною вагою показників кількості підйомів тулуба у положення «сидячи» за 1 хв (0,748), а також згинання та розгинання рук в упорі лежачи (0,716). Відповідні вправи мають силову спрямованість, що забезпечує взаємозв'язок отриманих результатів студенток педагогічного університету, та дозволяє інтерпретувати другий фактор як «силова витривалість та динамічна сила».

У третьому факторі (17,8%) зафіксований найбільший внесок показників човникового бігу 4 x 9 м (0,786) та бігу на 100 м (0,780). Вказані показники характеризують координаційні та швидкісні здібності, а визначений взаємозв'язок можна обґрунтувати максимальною інтенсивністю виконання бігових вправ в обох випадках. Причому слід також відзначити, що як в першому, так і в другому різі обсяг виконання рухового завдання є мінімальним, але ці обставини не дозволяють об'єднати показники і найбільш доцільною назвою фактора є «спритність та швидкість».

Внесок четвертого фактору у загальну дисперсію вибірки зафіксований в обсязі 16,2%, а найбільшою вагою у даному випадку володіють показники нахилу тулуба вперед (0,709) та 50% від максимальної динамометрії без зорового орієнтиру (0,682). Безумовно еластичність м'язового волокна та відповідних з'єднань впливає на проходження імпульсу від кисті до коркового центру головного мозку, який відповідає за тактильні аналізатори.

Однак різна спрямованість виконання вправ та характеристики відповідних властивостей не дозволяють об'єднати два показники і найбільш коректною інтерпретацією, на нашу думку, буде «гнучкість і м'язове відчуття».

Останній фактор (8,4%) характеризується високими значеннями коефіцієнтів результатів бігу на 1000 м (0,697) та середнього арифметичного теппінг-тесту (0,702). В обох випадках спостерігається прояв витривалості, що дозволяє позначити даний фактор як «загальної витривалості та витривалості нервової системи».

Аналіз структури фізичної підготовленості студенток 19 років показав наявність такої самої кількості факторів (табл. 2), однак сума їх внесків зменшилася до 82,5%, що може характеризувати розширення загальної дисперсії за рахунок професійно-прикладної спрямованості навчально-виховного процесу.

Так, вага генерального фактора в даному випадку становить 25,8%, а найвищими коефіцієнтами володіють показники згинання і розгинання рук в упорі лежачи (0,821), кількості підйомів тулуба за 1 хв (0,791) та 50% від максимального зусилля без зорового орієнтиру (0,768).

Наявність у головному факторі показника професійної спрямованості, який характеризує м'язове відчуття, свідчить про збільшення відповідних засобів на заняттях з фізичного виховання, а також може бути викликано впливом як профілюючих предметів, так і проходженням навчальної практики на 2-му курсі. Причому для ефективного виконання двох перших вправ силового характеру необхідний правильний розрахунок енергоресурсів, що забезпечується саме високим рівнем розвитку м'язового відчуття, що забезпечує взаємодію визначених показників.

Таблиця 2

Факторна структура фізичної підготовленості студенток 19 років

№	Показник	Фактори				
		1-й	2-й	3-й	4-й	5-й
1	Стрибок у довжину з місця, см	0,332	<b>0,812</b>	0,258	0,097	0,018
2	Човниковий біг 4 x 9 м, с	0,451	<b>0,802</b>	0,357	0,205	0,335
3	Біг 1000 м, с	0,184	0,381	<b>0,743</b>	0,306	0,069

4	Біг 100 м, с	0,415	<b>0,778</b>	0,299	0,156	0,294
5	Нахил тулуба, см	0,515	0,378	0,529	0,348	<b>0,697</b>
6	Кистьова динамометрія, кг	0,223	0,080	0,195	<b>0,720</b>	0,271
7	Згинання та розгинання рук в упорі лежачи, раз.	<b>0,821</b>	0,029	0,139	0,316	0,415
8	Підйоми тулуба за 1 хв, разів	<b>0,791</b>	0,039	0,354	0,477	0,357
9	50% від макс. зусилля без зор. орієнтиру, кг, % відхилення	<b>0,768</b>	0,083	0,187	0,028	0,281
10	$\bar{X}$ теплінг-тесту, к-сть разів	0,406	0,185	<b>0,721</b>	0,386	0,252
12	Сума навантажувальних змінних	4,938	1,612	2,207	1,299	1,002
13	Внесок фактора у структуру, %	25,8	21,3	16,8	14,4	4,2
13	Сума внесків факторів у структуру, %	82,5				

Але різна спрямованість вищезгаданих засобів фізичної підготовки не дозволяє їх об'єднати, що на нашу думку, дає підстави для інтерпретації даного фактора як «динамічної сили, силової витривалості та м'язового відчуття».

У другому факторі, з вагою у 21,3%, найбільші коефіцієнти мають показники стрибка у довжину з місця (0,812), човникового бігу 4 x 9 м (0,802) та бігу на 100 м (0,778), що, на нашу думку, пов'язано з малими обсягами навантаження відповідних контрольних засобів, а також впливом стану розвитку вибухової сили в процесі реалізації стартових відрізків бігових вправ.

Безумовно, у даному випадку спостерігається взаємозв'язок вищезгаданих показників, однак найбільш прийнятною назвою даного фактору є «швидкісно-силові здібності, спритність і швидкість».

Внесок третього фактору дорівнює 16,8%, а найбільшою вагою в ньому володіють показники бігу на 1000 м (0,743) та середнього арифметичного теплінг-тесту (0,721), що також як і у минулій віковій групі дозволяє наступну інтерпретацію – «загальна витривалість та витривалість нервової системи».

Четвертий (14,4%) та п'ятий (4,2%) фактори мають тільки по одному показнику з високим коефіцієнтом значущості. У першому випадку це кистьова динамометрія, а в другому – нахил тулуба, що дозволяє однойменну назву: «максимальна сила» та «гнучкість» відповідно.

Таким чином, здійснений аналіз показав наявність динамічних процесів, які були визначені за результатами дослідження вікової динаміки розвитку фізичних здібностей. Причому підтверджені не тільки вікові особливості, а й спрямованість природного удосконалення функцій організму за рахунок ваги показників.

#### ВИСНОВКИ:

1. Виявлено, що стан здоров'я та фізичної підготовленості студентської молоді України має вікові та статеві особливості, на які в свою чергу впливають умови навчально-виховної діяльності, професійна спрямованість вищого навчального закладу, соціальні та клімато-географічні фактори.

Однак на сучасному етапі спостерігається загально утворююча та багаторічна тенденція до зниження рівню розвитку фізичних здібностей, фізичного та психічного благополуччя молодих людей, що характеризує ознаки кризи у вітчизняній системі фізичного виховання юнаків і дівчат.

Не зважаючи на значний науково-дослідницький інструментарій, визначення пріоритетних засобів та отримання оперативної інформації про стан студентів з урахуванням вікових, організаційних, соціальних і клімато-географічних особливостей, неможливо у зв'язку із відсутністю відповідних методичних розробок. Ситуація ускладнюється впровадженням невдалих механізмів реформування системи фізичного виховання, які передбачають винесення відповідної дисципліни за межі обов'язкових та знищенням основного чинника, що забезпечував мотивацію студентів до систематичних занять фізичними вправами – отримання заліку;

2. Аналіз факторної структури фізичної підготовленості дівчат 18 та 19 років показав наявність вікових змін як в обсягах внесків факторів (83,8 та 82,5%), так і у змісті факторів, але в обох випадках їх кількість дорівнює п'яти. Так, вищезгадана структура у 18 років складається з наступних факторів:

- «швидкісно-силові здібності та максимальна сила» - 22,4%;
- «силова витривалість та динамічна сила» - 19,0%;
- «спритність та швидкість» - 17,8%;
- «гнучкість і м'язове відчуття» - 16,2%;
- «загальної витривалості та витривалості нервової системи» - 8,4%.

У 19 років ситуація змінюється і фактори інтерпретовані наступним чином:

- «динамічної сили, силової витривалості та м'язового відчуття» - 25,8%;
- «швидкісно-силові здібності, спритність і швидкість» - 21,3%;
- «загальна витривалість та витривалість нервової системи» - 16,8%;
- «максимальна сила» - 14,4%;
- «гнучкість» - 4,2%;

3. Отримані результати свідчать про вікові зміни пріоритетів у розвитку фізичних здібностей студенток педагогічних спеціальностей 18 та 19 років, що забезпечує науково обґрунтований фундамент для вибору засобів фізичної підготовки, планування співвідношення обсягів фізичних навантажень різної спрямованості та визначення змісту оперативного контролю в процесі фізичного виховання дівчат означеного віку, які навчаються в умовах педагогічного університету.

**У ПОДАЛЬШОМУ ПЛАНУЄТЬСЯ ДОСЛІДЖЕННЯ особливостей формування факторної структури юнаків 18 та**

19 років, які здійснюють навчання у педагогічному університеті в умовах основної медичної групи.

#### ЛІТЕРАТУРА

1. Апанасенко Г. Л. Книга о здоровье / Г.Л. Апанасенко. – К.: Медкнига, 2007. – 132 с.
2. Волков В. Л. Развитие физических способностей студентов в системе физической подготовки: монография / В. Л. Волков. – К.: Освіта України, 2011. – 420 с.
3. Горбуля В. О. Стан здоров'я, фізичної підготовленості та мотивації до занять фізичним вихованням студентів ЗНУ / В. О. Горбуля, В. Б. Горбуля // Педагогіка, психологія та медико-педагогічні проблеми фізичного виховання і спорту: зб. наук. пр. / за ред. С. С. Єрмакова. – Х.: ХДАДМ (ХХПІ), 2005 – №24. – С. 47-51.
4. Раевский Р. Т. Здоровье, здоровый и оздоровительный образ жизни студентов / Р. Т. Раевский, С. М. Канишевский / под общ. ред. Р. Т. Раевского. – К.: Наука и техника, 2008. – 556 с. – (научно-популярное издание).
5. Тимошенко О. В. Оптимізація професійної підготовки майбутніх вчителів фізичної культури: монографія / О. В. Тимошенко. – К.: НПУ імені М.П. Драгоманова, 2008. – 421 с.
6. Buskirk E.R. Age and aerobic power. – The rate of change in men and women / E.R. Buskirk, J.L. Hodgson // Federation Proceedings, 1987. – #46. – P. 1824-1829.
7. Morgan V.P. Physical activity, fitness and depression / V.P. Morgan // Physical activity, fitness and health / C. Bouchard, R.J. Shephard, N. Stephens. – Champaign: Human Kinetics, 1994. – P. 851-867.
8. Prentice W. E. Fitness for college life / W. E. Prentice. – 5<sup>th</sup> ed. – Boston, 1997. – 393 p.
9. Toshio Seaki. The characteristics of sociological research on sport organization in Japan / Seaki Toshio // International review for the sociology of sport, 1999. – Vol. 25. – #25. – P. 109-123.
10. Zebrowski P. T. Symbol of symmetrical development: the reception of the YMKA in Poland / P.T. Zebrowski // The international journal of the history of sport, 1997. – Vol. 8. – #1. – P. 96-110.

УДК 37.013.2

Кузенков Е. О.

Аспирант института физического воспитания и спорта  
НПУ имени М.П. Драгоманова

#### ОРГАНИЗАЦИЯ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЯХ ТЕХНИЧЕСКОГО ПРОФИЛЯ НА СОВРЕМЕННОМ ЭТАПЕ РАЗВИТИЯ ОБЩЕСТВА

*Проанализирована научно – методическая литература по данному вопросу. Современная концепция оптимизации организации физического воспитания в высших учебных заведениях предусматривает широкую разъяснительную работу среди молодежи.*

**Ключевые слова:** организация физического воспитания, физическая культура, развитие физических качеств, здоровый образ жизни.

**Кузенков Е.О. Організація фізичного виховання у вищих навчальних закладах технічного напрямку на сучасному етапі розвитку суспільства**

*Проаналізовано науково - методична література з даного питання. Сучасна концепція оптимізації організації фізичного виховання у вищих навчальних закладах передбачає широку роз'яснювальну роботу серед молоді.*

**Ключові слова:** організація фізичного виховання, фізична культура, розвиток фізичних якостей, здоровий спосіб життя.

**Kuzenkov E. The organization of physical education in higher educational technical establishments at modern stage of society development.**

*At state papers of the recent years about a development of physical culture it is noted that this culture to be considered as essential sort of society culture as well as a means of bringing up all – round developed person of a specialist. An orientation to increasing level of forming physical culture becomes deeper contradictions between objective needs of developing physical culture with orientation to new social and pedagogical paradigm of preparation of specialists and real state of physical culture development at the process of physical bringing up of students.*

*At the law of Ukraine "About physical culture and sport" it is noted that " basic tasks of physical culture and sport are constant increasing level of health, physical and mental development of a population; promoting to economic and social progress of society as well as confirmation of international authority of Ukraine at world partnership". But a situation with a level of health and physical development is not good. School normatives which are very necessary for control of development of physical qualities of a student are decreased. A volume of educational load has an important role; recently this load increases greatly that leads to hypodynamy and this at it's turn leads to various diseases (G. Apanasenko, A. Dubogay, T. Kruzevich etcetera). That is why at present the one of the main tasks is not to decrease indicators of a development of physical qualities and a present level of student's health; for this we can use various possibilities such as interesting youth new kinds of sport; stimulation grants; conducting talks about healthy mode of life; conducting numerous quantity of youth and family competitions or simply doing more accessible sport equipment as well as sports children's grounds.*

**Key words:** organization physical education, physical culture, development physical qualities, healthy lifestyle.