

**ПОРІВНЯЛЬНИЙ АНАЛІЗ ПОКАЗНИКІВ ФІЗИЧНОЇ
ПІДГОТОВЛЕНOSTІ СТУДЕНТІВ-ХОРТИНГІСТІВ РІЗНИХ ВИЩИХ
НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ**

Постановка проблеми. Аналіз останніх досліджень та публікацій. Актуальність дослідження проблемі фізичної підготовленості студентської молоді зумовлена, з одного боку, необхідністю досягнення найбільш повної корекції показників їхньої фізичної підготовленості, а з іншого, створення сприятливих умов для опанування майбутньої творчої, активної трудової діяльності та суспільного життя. Фізичний стан – згідно визначення міжнародного комітету стандартизації тестів, характеризує особистість індивідуума, стан здоров'я, поставу та конституцію, функціональні можливості організму, фізичну працездатність і підготовленість [1; 2].

Ряд авторів вважає, що одним із основних компонентів управління процесом фізичного виховання є педагогічний контроль рівня фізичної підготовленості. Оцінка показників фізичної підготовленості є важливою складовою розробки програм оздоровчо-тренувальних програм. Орієнтація на показники фізичного стану та фізичної підготовленості дає змогу визначити оптимальні шляхи використання засобів фізичного виховання. Можливість управління фізичним станом і фізичною підготовленістю студентів-хортингістів ґрунтується й реалізується на визначених методологічних постулатах, що враховують закономірності управління фізіологічними системами організму людини [3; 4; 6].

Необхідність щодо систематичного контролю за фізичним станом і фізичною підготовленістю студентської молоді виникає за умов природного біологічного розвитку та вдосконалення рухових функцій у складних умовах взаємодії молоді з навколишнім середовищем. Важливість такого контролю ще гостріше відчувається за тих умов, коли організм студентів піддається штучно спрямованим впливам щодо реалізації тих, чи інших навчальних, соціальних, біологічних, фізичних або інших програм удосконалення їх окремих функцій чи усієї системи зокрема [3; 5; 7].

Навчально-виховний процес із фізичного виховання у вищих навчальних закладах вимагає створення певних умов для індивідуального та диференційованого обсягу фізичного навантаження студентів із урахуванням їх рівня фізичного розвитку, фізичної підготовленості, статі, стану здоров'я, морфо функціонального статусу тощо. Проблемі аналізу та корекції окремих даних фізичного стану й фізичної підготовленості студентської молоді присвячені праці С. М. Канішевського, О. О. Приймакова, С. І. Присяжнюка, Р. Т. Раєвського, А. Г. Рибковського та ін. Однак, комплексних досліджень, що спрямовані на оцінку фізичного стану та фізичної підготовленості студентів-хортингістів у сучасних умовах, а також факторів, що впливають на розвиток окремих їх показників недостатньо, що й зумовило актуальність наших досліджень.

Роботу виконано згідно наукової теми „Взаємозв'язок біологічного віку та стану фізичної підготовленості студентів аграрних вищих навчальних закладів“ Національного університету біоресурсів і природокористування України (номер державної реєстрації 0104U004548) та наукової теми „Вплив здоров'язбережувальних технологій фізичного виховання на зміцнення здоров'я та підвищення розумової працездатності студентів“ Державного університету телекомунікацій (номер державної реєстрації 0115U002257).

Мета дослідження – проаналізувати стан досліджуваної проблеми, оцінити показники рівня фізичної підготовленості студентів даних вищих навчальних закладів.

Методи дослідження: теоретичний аналіз науково-методичної літератури, системний аналіз, соціологічні, педагогічні, фізіологічні методи дослідження, методи

оцінки рівня соматичного здоров'я, оцінка рівня фізичної підготовленості, методи математичної статистики.

Дослідження проводились на базі Національного університету біоресурсів і природокористування України та Державного університету телекомунікацій.

Обговорення результатів дослідження. В основу експериментальної методики навчання студентів спеціальної медичної групи було покладено елементи оздоровчого направлення боротьби хортинг.

За результатами дослідження нами оцінювались показники функціонального стану серцево-судинної та дихальної систем, рівня фізичної підготовленості та соматичного здоров'я студентів. У процесі дослідження нами було здійснено порівняння ефективності експериментальної методики проведення навчального процесу із загальноприйнятою. Для цього нами була використана методика професора Г. Л. Апанасенка (1989). Дана методика дає можливість визначити рівень здоров'я досліджуваних. В основу методики покладені показники серцево-судинної, дихальної систем і дані антропометрії (зріст, маса, динамометрія кисті основної руки). У дослідженнях брали участь студенти 1 курсу спеціальної та основної медичної груп. Спеціальна медична група була поділена на контрольну та експериментальну. У кожній досліджувальній групі були представники як дівчат, так і хлопців. Всього було залучено 567 студентів. Результати наведені в *таблицях 1 та 2*.

Таблиця 1

**Порівняння показників соматичного здоров'я
дівчат 1 курсу НУБіП України протягом навчального року, %**

Групи дослідження	Період дослідження	Рівень соматичного здоров'я				
		Низький	Нижче середнього	Середній	Вище середнього	Високий
Експериментальна спеціальна медична група	Початок навчального року	96,2	3,8	–	–	–
	Кінець навчального року	38,6	48,0	13,4	–	–
Контрольна спеціальна медична група	Початок навчального року	77,8	16,7	5,5	–	–
	Кінець навчального року	89,0	9,2	1,8	–	–
Основна медична група	Початок навчального року	78,3	18,1	3,6	–	–
	Кінець навчального року	83,7	12,7	3,6	–	–

Як видно з таблиці 1 на початок навчального року рівень соматичного здоров'я в дівчат експериментальної спеціальної медичної групи був найнижчий відносно до інших груп дослідження. На кінець же навчального року в представниць експериментальної медичної групи відсоток студентів із низьким рівнем соматичного здоров'я зменшився 57,6 одиниць, відсоток нижче середнього збільшився на 44,2, середнього рівня на початок навчального року не було жодного відсотка, то на кінець – 13,4 %. Що стосується контрольної спеціальної медичної групи та основної медичної групи, то в них показники соматичного здоров'я на кінець навчального року значно гірші у порівнянні з початком.

Характерним є те, що показники основної медичної групи нижчі від показників контрольної спеціальної медичної групи, і це не випадково. Чим це можна пояснити. На наш погляд, якщо розглядати питання соматичного здоров'я студентської молоді в цілому, то не дивлячись до якої медичної групи вони за станом здоров'я віднесені студентською поліклінікою після медичного огляду, їхній стан поганий. Лікарі під час

медичного огляду здебільшого медичну групу визначають: по-перше, орієнтуючись на відповідь студента на запитання лікаря: „Болить – не болить“; по-друге, звертаючи увагу на діагноз, який визначений у довідці з місця проживання студента.

Таблиця 2

**Порівняння показників соматичного здоров'я
хлопців 1 курсу НУБіП України протягом навчального року, %**

Групи дослідження	Період дослідження	Рівень соматичного здоров'я				
		низький	нижче середнього	середній	вище середнього	високий
Експериментальна спеціальна медична група	початок навчального року	78,6	17,8	3,6	–	–
	кінець навчального року	46,5	35,7	17,8	–	–
Контрольна спеціальна медична група	початок навчального року	79,2	16,7	4,1	–	–
	кінець навчального року	83,3	16,7	–	–	–
Основна медична група	початок навчального року	59,1	34,4	6,5	–	–
	кінець навчального року	68,8	24,7	6,5	–	–

Інколи вимагають від студента пройти повне медичне обстеження у спеціалізованих медичних закладах. Не поодинокі випадки, коли у студента наявні серйозні захворювання серцево-судинної системи та відхилення є в інших системах організму і на першому курсі він зарахований до спеціальної медичної групи, і раптом, на початку другого курсу це студент надає довідку по переведення його до основної медичної групи. Навіть студенту першого курсу медичного навчального закладу відомо, що за такого діагнозу людина повинна лікуватися серйозно не один рік, а може і протягом усього життя. Виникає питання, як міг лікар дати таку довідку студенту, хто буде відповідати, якщо трапиться трагічний випадок?

Є випадки й іншого характеру. За діагнозу плоскостопість чи сколіоз I чи II ступеня лікарем надається довідка про повне звільнення студента від практичних занять з фізичного виховання. Тому про якість і відповідальність медичних працівників під час медичних обстежень студентів можна багато негативного говорити. Доки ця проблема не буде вирішена на рівні держави, будуть гинути діти не тільки на уроках фізичної культури, але й на уроках математики, історії, української чи іноземної мови, як уже відомі такі випадки.

При усьому негативному відношенні науково-педагогічних, педагогічних працівників із інших дисциплін, батьків та й суспільства в цілому, необхідно відзначити, що тільки на заняттях із фізичного виховання викладачі та вчителі з розумінням відносяться до учня чи студента, беруть до уваги стан його здоров'я, враховують рівень фізичної підготовленості. Адже **це урок не звичайний, а рекреаційно-відновлювальний**. Не поодинокі випадки, коли науково-педагогічний працівник використовує все своє вміння та знання в галузі психології та педагогіки, щоб зменшити стресовий стан студента після занять із теоретичних дисциплін, що передували заняттю з фізичного

виховання. Адже інші викладачі-предметники здебільшого не звертають уваги на стан здоров'я студента. Під час занять із генетики, математики, анатомії чи фізіології студентів не поділяють на спеціальну та основну медичні групи. А з наслідками, інколи, великого стресового стану студента зустрічається саме науково-педагогічний працівник кафедри фізичного виховання. Від його фахової підготовки, вміння зрозуміти студента в цю хвилину, використати засоби фізичного виховання не тільки для вирішення мети й завдань дисципліни „Фізичне виховання“, але й зменшити психологічний стрес у студента після теоретичних дисциплін. І це лише невелика частка, але надзвичайно важлива, яку вносить науково-педагогічний працівник кафедри фізичного виховання у загальну справу підготовки майбутнього фахівця галузі, майбутнього нашої держави.

Повертаючись до результатів рівня соматичного здоров'я студентів основної медичної групи, можна дати єдину відповідь – нині студентів, що за станом здоров'я віднесені до такої групи практично немає. Адже згідно статистичних даних лише біля 10 % учні загальноосвітньої школи віднесені до умовно здорових, а інші – до спеціальної медичної групи.

Аналізуючи дані таблиці 2 можна відмітити наступне. Якщо на початок навчального року соматичний рівень здоров'я хлопців-студентів обох спеціальних медичних груп приблизно рівний, що й закономірно, то представники основної медичної групи значно кращі мають результати. Так, якщо низький рівень соматичного здоров'я спостерігається у 78,6 % експериментальної спеціальної медичної групи та 79,2 % у контрольної, то в основної медичної групи лише 59,1 % студентів; рівень нижче середнього мають відповідно 17,8 % і 16,7 % та 34,4 %. Також більший відсоток представників основної медичної групи, які віднесені до середнього рівня соматичного здоров'я.

На кінець навчального року спостерігається зовсім інша ситуація. В представників експериментальної медичної групи майже вдвічі зменшився відсоток низького рівня соматичного здоров'я, вдвічі збільшився відсоток нижче середнього рівня та майже у п'ятеро збільшився відсоток середнього рівня соматичного здоров'я.

У представників контрольної спеціальної медичної групи на 4,1 % збільшилась кількість студентів із низьким рівнем соматичного здоров'я і немає жодного – із середнім. Подібна ситуація спостерігається і у представників основної медичної групи. На 9,7 % збільшилась кількість студентів з низьким рівнем соматичного здоров'я та на такий же відсоток зменшилась кількість студентів з нижче середнього, із середнім рівнем змін не відбулося.

Порівняльні дані результатів фізичної підготовленості дівчат впродовж навчального року НУБіП України та ДУТ наведені у *таблицях 3 та 4*. Необхідно відмітити, що деякі тестові вправи, як то біг на швидкість, не співпадають у студенток обох навчальних закладів. Це пов'язано з наявною спортивною базою. Крім того, відрізняється й зміст навчальної програми даних навчальних закладів, а також підбір кадрового складу кафедр фізичного виховання. Все це, звичайно, знайшло відображення на визначенні тестових вправ. Тому, ми не ставили завдання порівняння рівнів фізичної підготовленості дівчат між навчальними закладами, а лише між дівчатами кожного навчального закладу окремо.

Показники з бігу на 100 м у дівчат НУБіП України покращились на 0,7 с, що підтверджується високим ступенем статистичної вірогідності ($< 0,001$); з 6-хвилинного результат збільшився на 122 м ($< 0,001$); із стрибків у довжину з місця результати покращилися на 14,4 см ($< 0,001$); піднімання тулуба в сід за 30 с відповідно – на 3,6 рази ($< 0,001$); згинання і розгинання рук в упорі від підлоги за 30 с у дівчат на 2,6 рази; з „човникового“ бігу 4 x 9 м у дівчат же результат покращився на 1,3 с ($< 0,001$).

У дівчат першого курсу Державного університету телекомунікацій була змога здійснити аналіз показників фізичної підготовленості лише із чотирьох тестових вправ:

силових якостей – підтягування із вису лежачи, швидкості – біг на 60 м, витривалості – біг на 500 м і швидкісно-силових якостей – стрибок у довжину з місця.

Таблиця 3

Динаміка фізичної підготовленості дівчат 1 курсу НУБіП України впродовж навчального року							
Стат. показники	100 м	500 м	6-хв. Біг	біг 4х9 м	Стрибок у довжину з місця	Віджимання від підлоги за 30 с	Піднімання тулуба в сід за 30 с
Початок навчального року							
M	17,7	2,13	950,0	11,0	162,0	11,5	20,8
σ	0,85	0,16	148,3	0,91	12,7	3,69	3,46
$\pm m$	0,17	0,03	29,6	0,18	2,54	0,73	0,69
Кінець навчального року							
M	17,0	1,84	1072	9,7	176,4	14,1	24,4
σ	0,71	0,27	155,6	0,57	16,1	3,21	2,15
$\pm m$	0,14	0,05	31,1	0,11	3,23	0,64	0,43
t	5,83	7,25	4,02	8,66	5,00	3,82	6,42
p	< 0,001	< 0,001	< 0,001	< 0,001	< 0,001	< 0,001	< 0,001

Таблиця 4

Динаміка фізичної підготовленості дівчат 1 курсу ДУТ впродовж навчального року				
Стат. показники	Біг 60 м	Біг 500 м	Стрибок у довжину з місця	Підтягування із вису лежачи
Початок навчального року				
M	9,76	2,05	174,4	18,8
$\pm m$	0,15	0,05	3,15	0,75
Кінець навчального року				
M	9,61	2,19	176,3	19,1
$\pm m$	0,23	0,07	2,51	0,49
t	0,79	2,33	1,90	0,48
p	> 0,5	< 0,02	> 0,1	> 0,5

Отримані результати дівчат ДУТ значно відрізняються від результатів дівчат НУБіП України. Пояснення цьому уже наводилося вище.

У цілому результати майже в усіх тестових вправах на кінець навчального року спостерігається лише тенденція щодо покращення результатів, що в свою чергу не підтверджується статистичною вірогідністю. Так, результат із бігу на 60 м покращився на 0,15 с ($> 0,5$); зі стрибків у довжину з місця – на 1,9 см ($> 0,1$); у підтягуванні із вису лежачи – на 0,3 рази ($> 0,5$). Результати тестової вправи з бігу на 500 м, навпаки, погіршились на 0,14 с, що підтверджується статистичною вірогідністю ($< 0,02$).

Висновки

Отже, результати проведених досліджень свідчать, що на кінець навчального року в дівчат НУБіП України експериментальної медичної групи показники соматичного здоров'я значно покращилися, ніж в інших досліджуваних групах. І це не випадково: про безумовну перевагу експериментальної методики по відношенню до загальноприйнятої. Про це свідчать показники біологічного віку, динаміки фізичної підготовленості, звичайно це розглядається щодо приросту показників студентів спеціальної та основної медичних груп, а не абсолютних величин, а також дані щодо рівня соматичного здоров'я; на наш погляд, на результати студентів експериментальної спеціальної медичної групи впливало також і те, що заняття з фізичного виховання, як

правило, проводилися: на фоні позитивних емоцій у студентів із використанням дихальної гімнастики хортингу; секрет і талант викладання викладача, що передбачено методикою хортингу; велике значення має те, що результати наукових досліджень систематично доводилися до відома студентів, а також кожен із них фіксував свої дані у щоденнику фізичного самовдосконалення, під час занять ці дані аналізувалися, студентам надавалися методичні рекомендації щодо покращення їхніх показників. В інших досліджуваних групах така робота не проводилася. Наші дані підтверджують той факт, що під час занять із фізичного виховання необхідно не тільки вирішувати питання покращення рівня фізичної підготовленості, але й надавати теоретичні знання та методичні вміння. Студент повинен свідомо виконувати ту чи іншу вправу, він повинен уявляти дію кожної фізичної вправи не тільки на м'язову систему та кістковий апарат, але, що дуже важливо, як впливає фізична вправа на внутрішні органи та системи. Лише за такої умови науково-педагогічний працівник зможе досягти зі студентами бажаних результатів. Звичайно не можна відкидати всі інші засоби фізичної культури.

Проведені дослідження також свідчать про низький рівень фізичної підготовленості дівчат першого курсу Державного університету телекомунікацій.

Крім цього, результати досліджень свідчать про необхідність формування, збереження та зміцнення здоров'я студентської молоді. Необхідно відмітити, що визначну роль в оптимізації даної ситуації відіграє змістовне наповнення режиму дня для студентів ефективними, доступними та привабливими формами й видами рухової активності. Боротьба хортинг, її оздоровчо-спортивні елементи якраз і є ефективним засобом покращення стану здоров'я та рівня фізичної підготовленості студентства.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Бех І. Д. Особистісно зорієнтоване виховання: наук.-метод. посіб. / І. Д. Бех. – К.: ІЗМН, 1998. – 204 с.
2. Єрмоменко Е. А. Хортинг – національний вид спорту: метод. посіб. / Е. А. Єрмоменко. – К.: Паливода А. В., 2014. – 1064 с.
3. Концепція громадянського виховання особистості в умовах розвитку української держави // Педагогічна газета. – 2000. – № 6 (72). Червень. – С. 5.
4. Оржеховська В. М. Сучасні орієнтири та стратегії виховання дітей і молоді в Україні засобами хортингу / В. М. Оржеховська // Теорія і методика хортингу: зб. наук. праць. – К.: Паливода А. В., 2014. – Вип. 1. – С. 113–118.
5. Присяжнюк С. І. Використання здоров'язбережувальних технологій у фізичному вихованні студентів спеціального медичного відділення. Теорія та практика [монографія] / С. І. Присяжнюк. – К.: ЦП „КОМПРИНТ“, 2012. – 464 с.
6. Присяжнюк С. І. Курс лекцій з фізичного виховання: навч. посіб. для студ. технічних вищих навчальних закладів / С. І. Присяжнюк, Д. Г. Оленєв. – К.: Видавничий центр НУБіП України, 2015. – 420 с.
7. Чорна К. І. Виховання громадянина, патріота, гуманіста: навч.-метод. посіб. / К. І. Чорна. – К.: ТОВ „ХІК“, 2004. – 96 с.

REFERENCES

1. Bekh, I. D. (1998). *Osobystisno zoriientovane vykhovannia* [Individually oriented education]. Kyiv: IZMN.
2. Yeromenko, E. A. (2014). *Khortynh – natsionalnyi vyd sportu Ukrainy* [Horting – a national sport of Ukraine]. Kyiv: Palyvoda A. V.
3. *Kontsepsiia hromadianskoho vykhovannia osobystosti v umovakh rozvytku ukrainskoi derzhavy* (2000) [The concept of civil education of the individual in conditions of development the Ukrainian state]. *Pedahohichna Hazeta*, 6 (72), 5.
4. Orzhekhovska, V. M. (2014). *Suchasni oriientyry ta stratehii vykhovannia ditei i molodi v Ukraini zasobamy khortynhu* [Horting and its modern educational objectives and strategies

- for children and youth in Ukraine]. In Bekh, I. D. al. (Eds.). *Teoriia i metodyka hortynhu: Issue 1* (pp. 113–118). Kyiv: Palyvoda A. V.
5. Prysiazhniuk, S. I. (2012). *Vykorystannia zdoroviazberezhuvalnykh tekhnolohii u fizychnomu vykhovanni studentiv spetsialnoho medychnoho viddilennia. Teoriia ta praktyka* [Use of health care technologies in physical training of students of special medical offices. Theory and practice]. Kyiv: TsP „KOMPRINT“.
 6. Prysiazhniuk, S. I., & Olenov, D. H. (2015). *Kurs lektsii z fizychnoho vykhovannia* [The course of lectures of Physical Education]. Kyiv: Vydavnychii tsentr NUBiP Ukrainy.
 7. Chorna, K. I. (2004). *Vykhovannia hromadianyna, patriota, humanista* [Educating of citizen, patriot, humanist]. Kyiv: TOV „KhIK“.

Дмитро Оленєв, Юрій Парчевський.

Порівняльний аналіз показників фізичної підготовленості студентів-хортингістів різних вищих навчальних закладів.

У статті наводяться дані проведеного наукового аналізу літературних і статистичних даних, що характеризують рівень фізичної підготовленості студентів першого курсу різних вищих навчальних закладів міста Києва. В дослідженнях приймали участь студенти першокурсники Національного університету біоресурсів і природокористування України та Державного університету телекомунікацій. Дослідження проводились упродовж 2014/2015 навчального року. Фізичне виховання студентської молоді є не тільки провідним чинником підвищення фізичної та розумової працездатності, основним засобом профілактики багатьох захворювань, але й, на що необхідно звернути увагу, дієвим засобом підготовки студентства до високої працездатності в майбутній трудовій діяльності та готовим до захисту державності й цілісності нашої країни в умовах російської агресії. Нині, коли відбуваються військові дії на сході України, важливе значення набуває патріотичне виховання студентства, що витікає з Концепції загальнонаціональної української ідеї, яка ґрунтується на системі національних цінностей, історичної пам'яті, ментальності українського народу, системи світосприйняття, ідеології, що є складовою розвитку української державності та суспільства. Науково-педагогічні працівники різних вищих навчальних закладів для вирішення завдань фізичного та патріотичного виховання студентської молоді використовують різні засоби, хоча в основу, звичайно, покладені фізичні вправи. На наш погляд, поряд із використанням класичної форми проведення навчально-виховного процесу зі студентами, необхідно використовувати й інші, досить таки ефективні форми, зокрема, елементи оздоровчо-спортивної боротьби хортинг. Хортинг включає в себе оздоровчі, загальнофізичні, технічні та тактичні елементи, а також виховні й філософські аспекти українського національного виду спорту як дієвої виховної системи фізичного та морально-етичного напрямку, реального засобу виховання сильного українця, гідного громадянина – патріота держави України.

Ключові слова: хортинг, патріотичне виховання студентства, дихальна гімнастика хортингу, аналіз, показники, фізична підготовленість, вищі навчальні заклади, фізична та розумова працездатність, профілактика захворювань.

Dmitry Olenyev, Yuri Parczew.

The State University of Telecommunications (Solomyanska Str. 7, Kiev, Ukraine).

Comparative analysis of indicators of physical fitness of students hortynhistsiv different universities.

The article provides data analysis conducted scientific literature and statistical data on the level of physical fitness of first-year students of different universities of Kyiv. In studies freshmen students attended the National University of Life and Environmental Sciences of Ukraine and the State University of Telecommunications. Research conducted during the 2014/2015 academic year. Physical education students is not only the leading factor in increasing physical and mental

performance, the primary means of preventing many diseases, but also to the need to pay attention to effective means of preparing students for high performance in the future of work and ready to protect the state and integrity of our country in terms of Russian aggression. Now that the hostilities taking place in the east of Ukraine, an important important patriotic education of students, which flows from the concept of Ukrainian national idea, based on a system of national values, historical memory, the mentality of the Ukrainian people, systems worldview, ideology, which is part of Ukrainian state and society. Research and teaching staff of various universities to meet the challenges of physical and patriotic education of students use a variety of means, though based, of course, put exercise. In our view, along with the use of classical forms of educational process students need to use other, still quite effective forms, including elements of the health-wrestling Horting. Horting includes health, general physical, technical and tactical elements, as well as educational and philosophical aspects of Ukrainian national sport as an effective educational system of physical, moral and ethical direction, means real strong Ukrainian education, decent citizen - partiota State Ukraine.

Key words: Horting, patriotic education of students, Horting breathing exercises, analysis, performance, physical training, higher education, physical and mental performance, disease prevention.

Дмитрий Оленев, Юрий Парчевский.

Сравнительный анализ показателей физической подготовленности студентов-хортингистов разных высших учебных заведений.

В статье приведены данные проведенного научного анализа литературных и статистических данных, которые характеризуют уровень физической подготовленности студентов первого курса разных высших учебных заведений города Киева. В исследованиях принимали участие студенты первокурсники Национального университета биоресурсов и природопользования Украины и Государственного университета телекоммуникаций. Исследования проводились на протяжении 2014/2015 учебного года. Физическое воспитание студенческой молодежи есть не только важным средством повышения физической и умственной работоспособности, основным средством профилактики многих заболеваний, но и, на что необходимо обратить внимание, действенным средством подготовки студенчества к высокой работоспособности в будущей трудовой деятельности и готовым к защите государственности и целостности нашей страны в условиях российской агрессии. Нынче, когда происходят боевые действия на востоке Украины, важное значение приобретает патриотическое воспитание студенчества, что вытекает из Концепции общенациональной украинской идеи, которая базируется на системе национальных ценностей, исторической памяти, ментальности украинского народа, системы миропонимания, идеологии, что является составной частью развития украинской государственности и общества. Научно-педагогические работники разных высших учебных заведений для решения задач физического и патриотического воспитания студенческой молодежи используют разные средства, хотя в основу, обычно, положены физические упражнения. На наш взгляд, наряду с использованием классической формы проведения учебно-воспитательного процесса со студентами, не обходимо использовать и другие, достаточно таки эффективные формы, как, элементы оздоровительно-спортивной борьбы хортинг. Хортинг включает в себя оздоровительные, общефизические, технические и тактические элементы, а также воспитательные и философские аспекты украинского национального вида спорта как действенной воспитательной системы физического и морально-этического направления, реального средства воспитания сильного украинца, достойного гражданина – патриота державы Украины.

Ключевые слова: хортинг, патриотическое воспитание студенства, дыхательная гимнастика хортинга, анализ, показатели, физическая подготовленность, высшие учебные заведения, физическая и умственная работоспособность, профилактика заболеваний.