

Література

1. Арефьев В. Г. Основы теории та методики фізичного виховання: [підручник] / В. Г. Арефьев. – К. : Видавництво НПУ імені М. П. Драгоманова, 2010. – 268 с.
2. Бацунов С. М. Спорт як соціокультурний феномен : автореф. дис. на здобуття наук. ступ. канд. філос. наук: спец. 09.00.03 «Соціальна філософія та філософія історії» / С. М. Бацунов. – Запоріжжя, 2012. – 20 с.
3. Білогур В. Є. Світоглядні орієнтації студентів: тенденції змін у трансформаційному суспільстві: [монографія] / В. Є. Білогур. – Дніпропетровськ: Пороги, 2011. – 311с.
4. Білогур В. Є. Філософія спорту як новий науковий напрямок і нова навчальна дисципліна / В. Є. Білогур // Гуманітарний вісник ЗДІА. –2013. – № 54. – С. 138-154.
5. Бугуйчук В. В. Спорт і особа в сучасній культурі України (теоретичний аспект) / В. В. Бугуйчук, Ю. В. Макешина // Гуманітарний журнал. – 2009. – № 3-4. – С. 113-118.
6. Візтей М. М. Спорт вищих досягнень і його соціально-культурна місія в нових умовах розвитку суспільства / М. М. Візтей, Д. О. Качуровський // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2009. – №12. – С. 27-31.
7. Balsevich V. K. Physical education for all and for everyone / V. K. Balsevich. – М. : Physical Culture and Sports, 1988. – 280 p.
8. Lubysheva L. I. Sociology Physical Culture and Sports: Proc. Benefit / L. I. Lubysheva. – М. : Publishing Center "Academy", 2001. – 240 p.
9. Mandell R. D. Sport: A Cultural History. New York: Columbia University Press, 1984.
10. Morgan William J. The Philosophy of Sport: A Historical and Conceptual Overview and a Conjecture Regarding Its Future // Jay Coakley and Eric Dunning (eds.) Handbook of Sports Studies. London: Sage, 2003. P. 205 – 212.
11. Panachev V. D. Sports in system of physical culture of the society: the institutional approach: author. dis. doctor. sociology. sciences: 22.00.04 / V. D. Panachev. – М, 2008. – 40 p.
12. Stolyarov V. I. Definition and forms of sports culture card / V. I. Stolyarov, S. U. Barinov // Journal of Sport Science. – 2009. – № 6. – S. 17 – 21.

Завідівська Н. Н.

Львівський державний університет фізичної культури

ЗАГАЛЬНА ФІЗКУЛЬТУРНА ОСВІТА ЯК СИСТЕМА ЗАКОНОМІРНОСТЕЙ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОГО НАВЧАННЯ СТУДЕНТІВ

У статті проаналізовано стан та перспективи розвитку системи загальної фізкультурної освіти студентів вищих навчальних закладах різного професійного спрямування. Акцентовано увагу на закономірностях здоров'язбережувального навчання та необхідності їх врахування упродовж фізичного виховання студентів. Визначено пріоритети та принципи процесу фізичного виховання в умовах реорганізації. Обґрунтовано концептуально-методологічні засади змісту сучасної системи загальної фізкультурної освіти з урахуванням закономірностей здоров'язбережувального навчання студентів. Розкрито функції сучасної системи загальної фізкультурно-оздоровчої освіти студентів та зміст поняття «педагогічна здоров'язбережувальна технологія навчання».

Виявлено особливості інноваційної фундаментальної технології здоров'язбережувального навчання студентів. Виокремлено особливості концептуально-методологічних засад змісту загальної фізкультурної освіти студентів: загальнонаукові підходи, принципи та організаційно-педагогічні умови. Компоненти процесу навчання здоров'язбереження структуровані та систематизовані на основі п'яти змістовних блоків: базового, організаційного, навчально-методичного, формувального і результативного. Представлено динаміку впливів змісту загальної фізкультурної освіти на формування життєво необхідних навичок збереження власного здоров'я у процесі фізичного виховання студентів.

Ключові слова: здоров'я, фізичне виховання, студенти, загальна фізкультурна освіта; концептуально-методологічні засади, технологія здоров'язбережувального навчання, принципи, пріоритети.

Наталья Завидивская. Общее физкультурное образование как система закономерностей здоровьесохраняющего обучения студентов

В статье проанализировано состояние и перспективы развития системы общего физкультурного образования студентов высших учебных заведений разных профессиональных направлений. Акцентировано внимание на закономерностях здоровьесохраняющего обучения, а также на том факте, что их необходимо учесть в процессе физического воспитания студентов. Определены приоритеты и принципы процесса физического воспитания в условиях реорганизации. Обобщены концептуально-методологические zásady содержания современной системы общего физкультурного образования с учетом закономерностей здоровьесохраняющего обучения студентов. Раскрыты функции современной системы общего физкультурного образования студентов и сущность понятия «педагогическая здоровьесохраняющая технология обучения».

Вывявлены особенности инновационной фундаментальной технологии здоровьесохраняющего обучения студентов. Выделены особенности концептуально-методологических zásady содержания общего физкультурного образования студентов: общенаучные подходы, принципы и организационно-педагогические условия. Компоненты процесса обучения здоровьесохранению структурированы и систематизированы на основании пяти содержательных блоков: базового, организационного, учебно-методического, формирующего и результативного. Представлено динамику влияния содержания общего физкультурного образования на формирование жизненно необходимых навыков сохранения собственного здоровья в

процессе физического воспитания студентов.

Ключевые слова: здоровье, физическое воспитание, общее физкультурное образование, концептуально-методологические основы, технология здоровьесохраняющего обучения, принципы, приоритеты.

Nataliya Zavydivska. General physical education as a system of regularities of health preserving study of students

State and prospects of development of the general physical education of students different professional direction of higher education establishments is analyzed in the article. Attention is focused to the regularities of health preserving study and the need for their consideration during physical education process. Priorities and principles of physical training process in terms of reorganization are determined. Conceptual and methodological basis of content of modern general physical education system which based on established regularities of health preserving study of students are grounded. The function of the general modern physical education system of students and the concept of "pedagogical health preserving technology of study" are exposed.

The features of innovative fundamental technology of health preserving study of students are discovered. Specifics of conceptual and methodological bases of content of general physical education of students determined: general scientific approaches, principles, organizational and pedagogical conditions. Components of the health preserving study process are systematized and structured on main five blocks: basic, organizational, educational, formative and productive. The dynamics of effects of general physical education for the formation of vital skills of preserving own student's health in the process of physical education are presented.

Key words: health, physical training, students, general physical education; conceptual and methodological bases, technology of health preserving study, principles, priorities.

Актуальність. Фізкультурна освіченість випускника вишу не може в умовах сьогодення бути другорядним явищем. Непрофесійність лише вказує на той принциповий факт, що в такому разі фізкультурно-оздоровча освіта використовується майбутнім фахівцем не для «заробляння на життя», а кінче потрібна людині, що опановує будь-яку професію, для організації своїх років здорового життя, для оптимальної організації нею власної життєдіяльності.

Навчити людину дбати про своє здоров'я можливо лише через розуміння нею цього поняття, адже зазвичай молоді люди рідко замислюються над сутністю і змістом такого феномена, як здоров'я. Давньоримський філософ Луцій Анней Сенека вважав, що «бажанню не можна навчитись» (*velle non discitur*). Однак можна навчитись розбиратись у собі, у своїх бажаннях, у своїй поведінці через розуміння всіх процесів, що відбуваються в нашому організмі.

Як бачимо, дискусійного характеру набуває питання щодо вдосконалення системи фізичного виховання студентської молоді. Процес здоров'язбережувального навчання у непрофільних вищих навчальних закладах – єдина для студентів можливість отримати упродовж фізичного виховання фізкультурно-оздоровчу освіту, яка б своєю фундаментальністю змісту була доступною, сучасною і універсальною.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. У сучасній науці з проблем збереження здоров'я напрацьовано багатий теоретичний матеріал. Науковими дослідженнями І. Бега [2], В. Кременя [3], М. Іщенко [6], В. Пасічник [8] та інших доведено, що особистісно-орієнтована освіта створює стійку мотивацію до самовизначення особистості, озброює засобами й методами, що забезпечують фізичне і психічне благополуччя індивіда.

Дослідники О. Дубогай [4], М. Носко [7], Н. Завидівська [5] та інші зазначають, що серед причин безвідповідального ставлення молоді до здоров'я можна виділити незнання особливостей свого розвитку і брак систематичної, цілеспрямованої просвітницької роботи в цьому напрямі. За даними О. Дубогай [4], М. Хорошухи [9], О. Завидівської [10] та інших, тривогу викликає не сформованість у студентів стійкої мотивації на тривале, здорове життя, відсутність навичок самоменеджменту щодо здоров'язбереження. Більшість сучасних науковців вказують на брак у студентів спеціальних знань, переконань у необхідності додержання здорового способу життя, а також підкреслюють, що сучасна молодь не здатна обмежити вплив на власний організм руйнівних факторів, що призводять до втрати здоров'я.

Як бачимо, проблемі збереження здоров'я присвячено численні наукові праці вітчизняних і зарубіжних учених, однак пошук шляхів удосконалення системи загальної фізкультурної освіти, як основного процесу формування необхідних здоров'язбережувальних знань, умінь і навичок, є актуальним і вимагає дальшого вивчення.

Мета. Обґрунтувати концептуально-методологічні засади змісту сучасної системи загальної фізкультурної освіти з урахуванням закономірностей здоров'язбережувального навчання студентів. Для вирішення поставленої мети вирішувались **завдання:** розкрити функції сучасної системи загальної фізкультурно-оздоровчої освіти студентів та зміст поняття «педагогічна здоров'язбережувальна технологія навчання»; проаналізувати основні закономірності здоров'язбережувального навчання: загальнонаукові підходи, принципи та організаційно-педагогічні умови; виокремити особливості концептуально-методологічних засад змісту загальної фізкультурної освіти студентів; представити динаміку впливів змісту загальної фізкультурної освіти на формування життєво необхідних навичок збереження власного здоров'я у процесі фізичного виховання студентів.

Виклад основного матеріалу.

Сучасні уявлення світової науки стосовно феномена здоров'я людини ґрунтуються на новому розумінні актуальності проблеми виживання людства взагалі. На початку XXI століття лідери світової науки зарахували проблему підтримки та збереження здоров'я до кола глобальних проблем, від розв'язання яких залежить подальше існування людства як біологічного виду на планеті Земля. У праці «Філософія науки» науковці М. Іщенко та І. Руденко виділили «...базові соціально-гуманістичні цінності людства: розвиток особи і суспільна якість, добробут людей, їхнє здоров'я і безпека, економічність, функціональна придатність і екологічна якість технічних пристроїв» [6, с. 417]. Причому вони вказують, що кожна базова цінність, серед яких є і здоров'я, конкретизуються в цінностях іншого рівня, засвідчуючи цим, що інші цінності без здоров'я для людини втрачають будь-який сенс.

Нині проблема збереження здоров'я людини все більш актуалізується ще й через те, що здоров'я посідає одне з перших місць у системі параметрів оцінки сучасної цивілізації [4, 9]. Змінюються концептуально-методологічні засади наук, що вивчають

проблеми здоров'язбереження, дослідники звертають увагу на необхідність переорієнтації медицини на здоров'яцентричні наукові методи, теорії, стандарти. Важливу роль у виконанні таких постулатів відводиться системі вищої освіти [4].

Здоров'я студентської молоді – проблема духовна і етична. Молода людина повинна не лише сама вміти бути здоровою, а й виховувати в майбутньому здорових дітей. Залучення студентів до проблеми збереження свого здоров'я – це, перш за все, процес соціалізації, виховання, це створення високого рівня духовного комфорту, який закладається з дитинства на все життя. Для цього потрібні знання про закони розвитку свого організму; про чинники, що визначають здоров'я; про хвороби як антипод здоров'я; про методи оздоровчого регулювання організму, його взаємодії із соціальними чинниками.

Ставлення людини до навколишнього світу (суспільства, природи, самого себе), як правило, пов'язують із двома різними, хоч і взаємозумовленими підходами: практичним і абстрактно-теоретичним (пізнавальним). Перший характеризується пристосуванням до явищ, які швидко змінюються в часі і просторі, а для другого характерне, перш за все, пізнання закономірностей дійсності. Роль механізмів, зв'язків між практичним і пізнавальним підходами виконує ціннісний підхід, що є своєрідним містком між теорією і практикою. Ціннісний підхід не лише проголошує людину високою цінністю суспільства, а й дозволяє вивчати явища (у тому числі педагогічні).

Індивідуалізація суспільного й економічного життя України, глибокі протиріччя, що виникли в ідеології, культурі, освіті, ставлять якісно нові вимоги до виховання молоді. Брак гуманістичної орієнтації суспільства, економічна криза, відсутність протягом десятиріч альтернативи комуністичному вихованню, непродумана екологічна політика, етичний дискомфорт і плінність стресів привели нашу молодь (і не могли не привести!) до відходу у віртуальний світ – у світ алкоголізму, наркоманії, асоціальності в усіх її проявах.

Формування знань щодо збереження і зміцнення морального, фізичного та психічного здоров'я вихованців є одним із пріоритетних завдань вищої школи, а функції сучасної системи загальної фізкультурно-оздоровчої освіти значно розширюються: від формування фізичних якостей, рухових здібностей до необхідності і можливості їх використання; від формування фізичної культури до виконання індивідуальних здоров'язбережувальних програм. Такий підхід неоднозначно сприймається в суспільстві, науково-педагогічними середовищами, особливо в умовах приєднання України 2005 року до Болонського процесу з відповідними зобов'язаннями щодо участі у формуванні єдиного європейського освітнього простору [3, 8]. Про непростий характер змін, які відбуваються у сфері фізичної культури і спорту, свідчать численні урядові рішення. Одним із таких останніх документів є Лист МОН України від 25.09.2015 року [1].

На сьогодні стає беззаперечним той факт, що якісна загальна фізкультурно-оздоровча освіта – це не лише спосіб, а й головна умова існування суспільства, його подальшого поступу. Ураховуючи європейський досвід розвитку первинної освіти, слід зазначити, що в Україні назріла потреба визначення певної послідовності і наукового обґрунтування змістової компоненти фізкультурно-оздоровчої освіти студентів вищих навчальних закладів різного професійного спрямування.

На нашу думку, концептуально-методологічні засади змісту сучасної системи загальної фізкультурної освіти студентів вищих навчальних закладів різного професійного спрямування базуються на основних методологічних положеннях ноосферної педагогічної парадигми, ураховують основні загальнонаукові підходи, відповідають спеціально визначеним принципам і передбачають відповідні організаційно-педагогічні умови здоров'язбережувального навчання студентів у компетентісно орієнтованому форматі фізичного виховання (рис. 1).

Результативність процесу навчання здоров'язбереження залежить від реалізації організаційно-педагогічних умов сутність яких полягає: у посиленні уваги у процесі фізичного виховання до світоглядних і соціальних проблем здоров'язбереження; переході від гонитви за високими спортивними результатами до фізкультурної освіченості студентів, від просто «збереження здоров'я» до «збереження здоров'я впродовж усього життя»; організації практичних занять із фізичного виховання на засадах валеологічної концепції фізичної підготовленості; створенні бази для формування методичних умінь здійснювати діагностичну, профілактичну, підтримуючу та корекційну здоров'язбережувальну діяльність; використанні засобів фізичної культури в ході вивчення психофізіологічних особливостей власного організму; переході від аналізу до синтезу і оптимізації власного способу життя; гнучкій системі контролю [5, 7].

Значущість наукових підходів і організаційно-педагогічних умов визначають спеціально визначені принципи здоров'язбережувального навчання: природовідповідності; науковості; вкладеності; зв'язку теорії з практикою і життям; свідомості і активності; систематичності і послідовності; єдності навчання і виховання; індивідуальності; урахування психофізіологічних особливостей; підтримки рівноваженості процесів розвитку, навчання і виховання; орієнтації на «золоту середину»; динамічності; ініціативності; самостійності.

Компоненти процесу навчання здоров'язбереження структуровані та систематизовані на основі п'яти змістовних блоків: базового, організаційного, навчально-методичного, формувального і результативного. Етапами у процесі навчання здоров'язбереження є діагностичний, адаптаційний, аналітично-коригувальний і підсумковий.

На нашу думку, криза сучасної системи фізкультурно-оздоровчої освіти студентів вищих навчальних закладів, яка є складовою частиною глобальної цивілізаційної кризи початку XXI століття, значною мірою зумовлена вузькими, примітивними настановами на поліпшення фізичної підготовленості студентської молоді, відчуженням її природничо-наукових компонентів, як наслідок цього – відсутністю валеологічної освіти.

На сучасному етапі реформування фізкультурно-оздоровчого освітнього простору, системи фізичного виховання не можна не враховувати значущості і необхідності формування системних цілісних теоретичних знань як можливості раціонально підходити до пошуку нових шляхів розширення фізіологічних резервів організму, виявляти певні закономірності, знаходити нестандартні рішення при використанні здоров'язбережувальних технологій, орієнтуватись у проблемах збереження власного здоров'я [10].

Лише за таких умов вдасться сформуувати у студентів стійку мотивацію на здоровий спосіб життя, потребу здійснювати комплекс здоров'язбережувальних заходів.

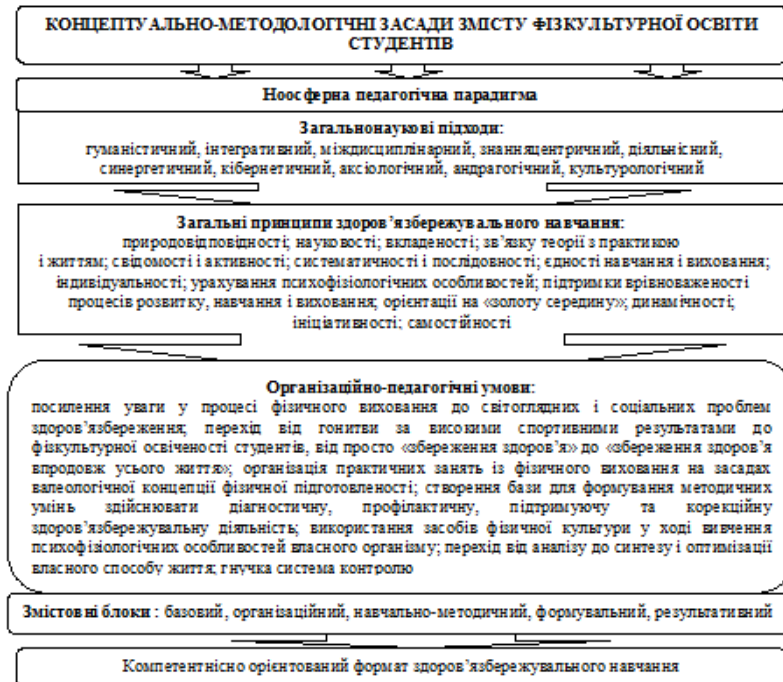


Рис. 1. Концептуально-методологічні засади змісту загальної фізкультурної освіти студентів

Складність проблеми полягає в тому, що її не можна розв'язати, розглядаючи лише її окремі аспекти. «Людське суспільство як реальність перебуває в прямій залежності від того, що саме ми знаємо про суспільство і наскільки вміємо в ньому жити» [6, с. 119]. Як бачимо, проблема створення ефективної педагогічної технології здоров'язбережувального навчання студентів не лише комплексна, а й широка й багатостороння, а предмет досліджень лежить у площині системи «людина – природа – суспільство». Усе це вимагає негайних радикальних і погоджених дій медиків, педагогів, психологів, працівників сфери фізичної культури та спорту, соціальних працівників, усіх громадян України.

Педагогічна здоров'язбережувальна технологія в нашому розумінні – це продумана детально модель навчального процесу, що вказує на те, як не просто «навчити», а «навчити результативно». Кінцева мета – це випускник, високоосвічена особистість, здатна самостійно використовувати і трансформувати знання у практичні дії при вирішенні загальних фізкультурно-оздоровчих завдань, що виникають упродовж щоденної життєдіяльності.

Сутність динамічних впливів змісту загальної фізкультурної освіти на формування життєво необхідних навичок збереження власного здоров'я у процесі фізичного виховання студентів представлено на рис 2.



Рис. 2. Динаміка впливів змісту загальної фізкультурної освіти на формування життєво необхідних навичок збереження власного здоров'я у процесі фізичного виховання студентів

Висновок. В умовах формування нової освітньої стратегії, пов'язаної з глобалізацією та інтеграцією освітніх систем, актуалізується питання концептуально-методологічних засад для розвитку такої системи фізкультурно-оздоровчої освіти, що спроможна буде навчити сучасну молоду людину піклуватися про власне здоров'я, жити і діяти, зберігаючи і поліпшуючи його. Це

змінює логіку і зміст освітнього процесу фізичного виховання, пропонуючи замість концентрованої освіти впродовж певного періоду перейти до асинхронної технології здоров'язбережувального навчання, що допоможе випускникам зберігати здоров'я протягом життя.

Педагогічна здоров'язбережувальна технологія навчання – це, на нашу думку, система взаємопов'язаних прийомів фізичного виховання, форм і засобів фізичної культури, спеціально визначених організаційних прийомів, об'єднаних в єдину концептуальну цілісність на засадах фундаменталізації. Це один із способів впливу на фізкультурну освіченість, зміни в організмі та розвитку людини. Як наслідок, такий спеціально створений зміст фізкультурної освіти – це технологія виховання, розвитку і навчання.

Упровадження такої педагогічної технології навчання студентів передбачає реалізацію ідеї повної керованості процесом здоров'язбережувального навчання в умовах фізичного виховання. Комунікативне середовище фізичного виховання має спонукати студентів до ретроспективного пошуку інформації, систематизації, аналізу й синтезу, накопичення індивідуального інформаційного банку з питань збереження власного здоров'я.

Література

1. Лист МОН України від 25.09.2015 року №1/9-454 // [Електронний ресурс]. – Режим доступу : www.osvita.ua › Законодавство › Вища освіта
2. Бех І. Д. Виховання особистості. Сходження до духовності / І. Д. Бех. – К. : Либідь, 2006. – 270.
3. Вища освіта України і Болонський процес : навч. посіб. / за ред. В. Г. Кременя ; авт. кол. : М. Ф. Степко, Я. Я. Болюбаш, В. Д. Шинкарук та ін. – Тернопіль : Навч. кн. – Богдан, 2004. – 384 с.
4. Дубогай О. Д. Фізичне виховання і здоров'я : навч. посібник / авт. кол. : Н. Н. Завидівська, О. В. Ханікянц та ін. ; за заг. ред. О. Д. Дубогай. – К. : УБС НБУ, 2012. – 271 с.
5. Завидівська Н. Н. Фундаменталізація фізкультурно-оздоровчої освіти: аспект здоров'язбережувального навчання студентів : монографія / Наталія Назарівна Завидівська. – К. : УБС НБУ, 2012. – 402 с.
6. Ishenko M. P., Rudenko I. I. (2010) *Filosofiya nauky: pytannya teorii i metodologii: navch. posibnyk*. – K. : UBS NBU, 442.
7. Nosko, M. O., Harkusha, S. V., Voyedilova, O. M. (2014). *Zdorovyazberezhivai ni tekhnologii u fizychnomu vykhovanni* [Health-saving technologies in physical education]. Kyiv: SPD Chalcynska N. V.
8. Pasichnyk, V. R. (2010). *Realizatsiya osnovnykh napriamkiv Bolonskoho protsesu u pidhotovtsi vchyteliv fizychnoi kultury u polskykh VNZ* [Realization of the main courses of the Bologna process in preparation of physical culture teachers in Polish higher educational establishments]. *Problemy fizychnoho vykhovannia i sportu*, 6, 87–89.
9. Khoroshukha, M. F., Pryimakov, O. O., Tkachuk, V. G. (2009). *Osnovy zdorovya* [Basics of health]. Kyiv: Vydavnytstvo NPU imeni M. P. Drahomanova.
10. Zavydivska O. Self-management as a condition for creating a health culture among students / Olga I. Zavydivska, Nataliia N. Zavydivska, Olena V. Khanikiants//*Journal of Physical Education and Sport(JPES)*, 16 Supplement I ssue (1), Art 93, 2016, pp. 592 – 597.

Задворний Б.Р.

Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки, м. Луцьк

СТРЕТЧИНГ ЯК СПОСІБ УРІЗНОМАНІТНЕННЯ УРОКІВ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ В ШКОЛІ

В статті розглядаються питання можливості запровадження стретчингу як одного з видів занять фізичними вправами. Подається аналіз сучасних науково-методичних напрацювань щодо травмонебезпечності, ефективності та результативності динамічних та статичних стретчинг-вправ, їх вплив на розвиток швидкості, рівноваги, самопочуття, тривожності, якості життя.

Ключові слова: стретчинг, фізичне виховання, старшокласниці

Задворний Б.Р. Стретчинг как способ разнообразия уроки физической воспитания в школе. В статье рассматриваются вопросы о возможности введения стретчингу как одного из видов физическими упражнениями. Подается анализ современных научно-методических разработок относительно безопасности, эффективности и результативности динамических и статических стретчинг-упражнений, их влияние на развитие скорости, равновесия, самочувствие, тревожности, качества жизни.

Ключевые слова: стретчинг, физическое воспитание, старшеклассницы

***B. Zadvornyy Stretching as way to diversify the lessons of physical education in school.** The article discusses the question related to the possible introduction of stretching as one of the types of physical exercises. This work provides an analysis of developments of domestic scientists on the impact of physical education on the health of school children and possible ways of its improvement. Here are the main results of modern scientific and methodological developments of foreign scientists on the use of stretching-exercises in the wellness physical education and sport. Proven the effectiveness of this kind of exercise to all persons, who use mobile phones and tablets with small screen. Also, we present the results of the developments of the other authors, concerning the influence of static and dynamic stretching-exercises on an athlete's speed, accuracy, balance and strength. A significant place is occupied by the scientist's conclusions and their recommendations regarding the implementation of stretching exercises in the training process. It is confirmed that stretching-exercises improve health, reduce anxiety and positively affect the quality of life. Here we provide the data on trauma danger of various types of stretching exercises, their influence on the speed of onset of fatigue and performance training productivity. In determining the relations of the Ukrainian high school girls for physical education lessons in school, it was found that almost all*