

5. Ніколаєнко В., Балан Б. Аналіз ігрової діяльності футболістів в провідних командах Європи. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2012. № 10. С. 45–49.
6. Ніколаєнко В. В. Технологія підвищення тактико-технічної майстерності на етапах багаторічної підготовки футболістів. *Молодіжний науковий вісник (Фізичне виховання і спорт) Східноєвроп. нац. ун-т імені Лесі Українки*. Луцьк. 2014. Вип. 13. С. 59–63.
7. Кириєнко Н., Попов В. Системний підхід к разработке інформаційно-моделюючого комплексу оцінки функціонального стану спортсмена. *Наука в олімпійському спорті*. Київ. 2000. Спец випуск. С.28–32.
8. Платонов В. Н. Периодизация спортивной тренировки. Общая теория и ее практическое применение. Киев : Олимп. лит., 2013. 624 с.
9. Соломонко В.В., Лісенчук Г.А., Соломонко О.В. Футбол: підруч. для студ. вищ. навч. закл. – 3-тє вид., перероб. і допов. Київ : Олимп. л-ра, 2014. 304 с.
10. Футбол : навч. програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву та шкіл вищої спортивної майстерності / за ред. Ніколаєнко В. В., Авраменко В. Г., Гончаренка В. І. та ін. Київ : Наук.-метод. комітет ФФУ, 2003. 106 с.
11. Шинкарук О. А. Отбор спортсменов и ориентация их подготовки в процессе многолетнего совершенствования (на материале олимпийских видов спорта). Киев : Олимп. л-ра, 2011. 360 с.

Reference

1. Balan, B., Lunin, G. (2012) . Peculiarities of preparation of student national football teams for short-term competitions. *Pedagogy, psychology and medical-biological problems of physical education and sports*, no.1, 13-16.
2. Bayrachnuy, O. (2010) . Prospects and problems of preparation of young footballers. Theses of lectures XIV International scientific congress "Olympic sport and sport for all". Kyiv, October 5-8. 178.
3. Bezazychny, B.I., Siryi, O.V. (1999) . Research of features of competitive activity in mini-football. *Pedagogy, psychology and methods of biological problems of physical education and sports*. Kharkiv, no.20. 14 - 15.
4. Maksymenko, I. G. (2009) . Competition and training activity of footballers : monograph. Luhansk : Knowledge. 258.
5. Nikolaenko, V.V., Balan, B.A. (2012) . Analysis of playing activity of footballers in the leading commands of Europe. *Pedagogics, psychology and medical-biological problems of P.E and sport*. no. 10. 45-49.
6. Nikolaenko, V.V. (2014) . Technology of increase of tactics of technician mastery on the stages of long-term preparation of footballers. *The Youth scientific announcer (P.E and sport)*. Lutsk : no. 13. 59-63.
7. Kiriienko, N., Popov, V. (2000) . A systematic approach to the development of an information-modeling complex for assessing the functional state of an athlete. *Science in Olympic sports*. Special issue. 28-32.
8. Platonov, V.N. (2013). Division into periods of the sport training. General theory and her practical application. K. : Olympus. Lit. 624.
9. Solomonko, V.V., Lisenchuk, G.A., Solomonko, O.V. (2014) . Football. Pidruchnik for students VNZ FV and S. Olimpiyska literature, 304.
10. Nikolayenko, V.V., Avramenko, V.G., Goncharenko, V.I. (2003) . Football: advanced program for child-youth sports school, special child-youth school olympian reserve school sports training. *Science.-method. FFU committee*. 106.
11. Shunkaruk, O.A. (2011) . Selection of sportsmen and orientation of their preparation in the process of long-term perfection (on material of olympic types of sport). K. : Olympus lit. 360.

DOI 10.31392/NPU-nc.series15.2023.10(170).08
УДК 79:159.942

Бачинська Н.В.
к.фіз.вих, доцент, ст.викладач
кафедри спеціальної фізичної підготовки
Петренко С.П.,
ст.викладач кафедри спеціальної фізичної підготовки
Кириченко А.В.
ст.викладач кафедри спеціальної фізичної підготовки
Дніпропетровський державний університет внутрішніх справ, м. Дніпро

ДОСЛІДЖЕННЯ РІВНЯ ТРИВОЖНОСТІ МАЙБУТНІХ ПОЛІЦЕЙСЬКИХ

У статті представлено дослідження ситуативної та реактивної тривожності курсантів-правоохоронців за даними тестування Спілберга-Ханіна. У дослідженнях взяли участь 60 курсантів чоловічої статі віком 17-22 роки, які займаються єдиноборствами та 60 студентів (того ж віку), які не займаються спортом, що увійшли до контрольної групи. Отримані результати показали, що у 8 % випробуваних групи майбутні правоохоронці, відзначено високий рівень особистісної тривожності, у 82% – середній та у 10% низький рівень ситуативної тривожності. У контрольній групі, в порівнянні з курсантами, у 18 % тих, кого досліджували, визначено високий рівень за даними ситуативної тривожності. У курсантів (майбутніх поліцейських) та групи контролю, показники особистісної тривожності достатньо різняться за граничними показниками високого рівня. Середні показники особистісної тривожності у курсантів-правоохоронців

становила $38,32 \pm 5,68$, у контрольній групі $28,45 \pm 4,76$ ($p \leq 0,05$). Показники реактивної тривожності: $21,65 \pm 3,28$ та $26,94 \pm 3,55$ відповідно ($p \leq 0,05$). Розроблено практичні рекомендації для впровадження в навчально-тренувальний процес курсантів-правоохоронців та студентів.

Ключові слова: тривожність; майбутні поліцейські; особистісна тривожність; реактивна тривожність; службова діяльність.

Bachynska N.V., Petrenko S.P., Kyrychenko A.V. A study of the level of anxiety of future police officers. The article presents a study of situational and reactive anxiety of law enforcement cadets based on the Spielberg-Hanin test data. 60 male cadets aged 17-22 years engaged in martial arts and 60 students (of the same age) who do not engage in sports, who were included in the control group, took part in the research. The obtained results showed that 8% of the subjects of the group of future law enforcement officers had a high level of personal anxiety, 82% had an average level and 10% had a low level of situational anxiety. In the control group, in comparison with the cadets, 18% of those studied had a high level of situational anxiety. Among the cadets (future policemen) and the control group, the indicators of personal anxiety differ sufficiently according to the high-level limit indicators. Average indicators of personal anxiety in law enforcement cadets was 38.32 ± 5.68 , in the control group 28.45 ± 4.76 ($p \leq 0.05$). Indicators of reactive anxiety: 21.65 ± 3.28 and 26.94 ± 3.55 , respectively ($p \leq 0.05$). Practical recommendations for implementation in the educational and training process of law enforcement cadets and students have been developed.

Keywords: anxiety; future police officers; personal anxiety; reactive anxiety; official activity.

Постановка проблеми. Загальновідомо, що при вступі на службу правоохоронці, крім спеціалізованої медичної комісії, проходять ретельний психофізіологічний відбір. Підвищені вимоги до рівня фізичного та психічного здоров'я обумовлені специфікою професії [7, с. 5].

Виконання службових професійних обов'язків протікає на тлі екстремальних умов у підвищених стресових ситуаціях: дефіцит часу на ухвалення рішення, затримання злочинців, використання зброї, надзвичайні ситуації тощо. Психічна готовність майбутніх поліцейських є важливою складовою обраної професії. Показники тривожності в нормі є важливим чинником для якісного здійснення службової діяльності [7, с. 12].

Як відомо, тривожність є початковою стадією розвитку стресу і характерна такими симптомами, як занепокоєння, тривога, збільшення частоти серцевих скорочень, частоти дихання, підвищення артеріального тиску. Також на тлі факторів, що психічно травмують, знижується опірність організму людини [1, с. 24].

Далі спостерігається поступова мобілізація внутрішніх адаптаційних резервів та захисних сил, активізуються психічні процеси, тобто реакція тривоги є фазою мобілізації захисних сил організму [2, с. 98].

Під особистісною тривожністю розуміють стійкість людини сприймати значний обсяг ситуацій як загрозливих, і реакцією на подібні ситуації станом підвищеного збудження, що передбачає появу тривоги.

Фахівці розрізняють адаптивні та дезадаптивні реакції тривоги. Якщо протягом тривалого періоду зберігається рівень тривожності, це є дезадаптивною реакцією, що призводить до всіляких невротичних порушень [5, с. 195].

З іншого боку, якщо ситуація викликає підвищений автоматизм і супроводжується повною поінформованістю, монотонністю дій, це усуває емоції та призводить до стану байдужості і, відповідно, відсутності тривоги, у зв'язку з чим будь-яка діяльність стає для людини тією, що стомлює. Це може призвести до падіння продуктивності будь-якої діяльності [3, с. 147; 6, с. 106].

Науковцями наголошується, що достатній рівень тривожності відіграє важливу роль в емоційно-вольовому регулюванні та загалом є суттєвим особистісним фактором, що зумовлює формування умінь адаптації у зрілої особистості [4, с. 115]. Великою кількістю авторів зазначається, що саме з високим рівнем тривожності пов'язані труднощі соціально-психологічної адаптації, формування об'єктивного уявлення про себе та свої особистісні якості.

У зв'язку з вищевикладеним, можна назвати актуальним напрямом саме прикордонного значення рівня як ситуативної,

так і особистісної тривожності. Це може призвести до зниження ефективності спортивних або професійних дій тощо.

Тому вивчення рівня тривожності майбутніх правоохоронців є актуальним і важливим напрямом і потребує більш детального вивчення.

Мета дослідження – дослідження рівня особистісної та реактивної тривожності курсантів-правоохоронців.

Завдання дослідження:

1. Вивчення значень впливу тривожності на особистісні та спортивні якості.
2. Визначити рівень особистісної та реактивної тривожності курсантів-правоохоронців та групи контролю за даними тестування Спілберга-Ханіна.
3. Розробка практичних рекомендацій для впровадження в навчально-тренувальний процес курсантів-правоохоронців.

Виклад основного матеріалу дослідження.

У дослідженнях взяли участь 60 курсантів чоловічої статі віком 17-22 роки, які займаються єдиноборствами та 60 студентів (того ж віку), які не займаються спортом, що увійшли до контрольної групи.

Методи дослідження: аналіз науково-методичної літератури, що розкриває проблематику, анкетування, педагогічне тестування, педагогічний експеримент, методи математичної статистики (комп'ютерна програма STATISTICA 6.0).

Для встановлення індивідуально-типологічних властивостей особистості випробуваних використовувався тест Спілберга-Ханіна для виявлення наявності тенденцій до підвищеної ситуативної тривожності [4, с. 114].

Методика Спілберга-Ханіна є належним джерелом інформації про самооцінку того, кого досліджують, рівня своєї

тривожності у даному моменті, тобто реактивної тривожності та особистісної тривожності, що є стійкою характеристикою випробуваного.

Табл. 1

Загальна характеристика особистісної та реактивної тривожності

Тривожність	Характеристика
Особистісна тривожність	Стійка схильність сприймати значне коло ситуацій як загрозливих, реагувати на такі ситуації станом тривоги
Дуже висока особистісна тривожність	Близька до невротичного конфлікту, корелює з емоційними та невротичними зривами та психосоматичними захворюваннями
Реактивна тривожність	Нервовість, напруга, занепокоєння
Дуже висока реактивна тривожність	Викликає порушення уваги, іноді порушення тонкої координації

Розрізняють ситуативну тривожність (пов'язану з конкретною зовнішньою ситуацією) та особистісну тривожність (яка є стабільною властивістю особистості).

Однак, у загальному випадку тривожність проявляється у безпорадності, перебільшенні значущості загрози та відчутті безсилля перед нею.

Загалом тривожність не являється негативною рисою, а її значний рівень являється обов'язковою та природною особливістю людини. Але необхідно брати до уваги, що існує оптимальний індивідуальний рівень так званої «корисної тривоги».

Значні відхилення рівня помірної тривожності вимагають особливої уваги. Висока тривожність передбачає схильність до прояву тривоги у ситуаціях оцінки його компетентності. У цьому випадку слід знизити суб'єктивну значущість ситуації та завдань й перенести акцент на осмислення діяльності та формування почуття впевненості в успіху.

Низька тривожність, навпаки, вимагає підвищення уваги мотивів діяльності та підвищення почуття відповідальності. Іноді дуже низька тривожність у показниках тесту є результатом активного витіснення особистістю високої тривоги з метою показати себе у «найкращому світлі».

Шкали ситуативної та особистісної тривожності в рамках досліджень було використано в оцінці результатів корекції емоційних станів, оцінці динаміки емоційних станів у курсантів-правоохоронців.

У зарубіжній літературі терміни «тривога» і «тривожність» переважно застосовують у двох сенсах: тривога як психічний стан (безпосередньо тривога) і тривога як властивість особистості (тривожність).

Основна відмінність між цими поняттями у тому, що тривога – насамперед емоційний стан, що виникає у даний конкретний час, що з конкретної загрозою, а тривожність – риса особистості, виражає підвищену схильність до переживань емоційного стану тривоги.

З описаних вище класифікацій, важливо зазначити, що об'єктивна тривожність прирівнюється до «ситуативної», а невротична – до «особистісної». Моральна тривожність має інтегральний характер і безпосередньо пов'язана з силою і значимістю порушення соціальних чи особистісних моральних принципів.

Існує така категорія людей, тривожність яких невиправдано висока і становить реальну загрозу самооцінці та життєдіяльності індивіда. Під формою тривожності розуміється особливе поєднання характеру переживання, усвідомлення, вербального та невербального вираження у характеристиках поведінки, спілкування та діяльності [2, с. 100].

Фізіологічно людина під час тривожності відчуває такі симптоми: посилення серцебиття, почастішання дихання, збільшення хвилинного об'єму циркуляції крові, зростання загальної збудливості, зниження порога чутливості.

На психологічному рівні тривожність відчувається як: напруга, занепокоєність, нервозність, почуття невизначеності, почуття, що загрожує небезпеці, невдачі, неможливість прийняти рішення та відчуття безсилля перед ними тощо [6, с. 116]. У цілому нині підвищена тривожність є вираженням деякого неблагополуччя особистості, що досліджується. Зменшити рівень тривожності самому досить складно, потрібна допомога фахівця та підтримка близьких людей.

Опитування «Шкала оцінки рівня реактивної та особистісної тривожності Спілбергера-Ханіна» виявляє рівень реактивної та особистісної тривожності та визначає його як індивідуальний показник сприйнятливості до стресу, а так само як рису особистості, що характеризується схильністю до випробуваного будь-якої міри відчувати страх чи побоювання у більшості ситуацій. Обробка та інтерпретація результатів тесту наступна: до 30 – низька тривожність; 31-45 – помірна тривожність; 46 і більше – висока тривожність [6, с. 116].

Табл. 2

Отримані дані ситуативної тривожності за тестом Спілберга-Ханіна майбутніх поліцейських та групи контролю

Рівень ситуативної тривожності	Майбутні поліцейські (n=60)		Контрольна група (n=60)	
	%	Кількість осіб	%	Кількість осіб
Низький	10	6	8	5
Середній	82	49	74	44
Високий	8	5	18	11

Отримані результати показали (табл. 2), що у 8 % випробуваних групи майбутні правоохоронці, відзначено високий рівень особистісної тривожності, у 82% – середній та у 10% низький рівень ситуативної тривожності. У контрольній групі, в порівнянні з курсантами, у 18 % тих, кого досліджували, визначено високий рівень за даними ситуативної тривожності.

Табл. 3

Отримані дані особистісної тривожності майбутніх поліцейських та групи контролю

Рівень особистісної тривожності	Майбутні поліцейські (n=60)		Контрольна група (n=60)	
	%	Кількість осіб	%	Кількість осіб
Низький	12 %	8	15 %	9
Середній	80 %	48	65 %	39
Високий	10 %	4	20 %	12

Отримані результати діагностики показали, що у курсантів (майбутніх поліцейських) та групи контролю, показники особистісної тривожності достатньо різняться за граничними показниками високого рівня (табл. 3).

Табл. 4

Середні показники результатів тестування рівня тривожності за даними тесту Спілберга-Ханіна (X±MD) майбутніх правоохоронців та групи контролю

Показники, що досліджуються	Курсанти-правоохоронці (n=60)	Контрольна група (n=60)
Особистісна тривожність	38,32±5,68	28,45±4,76*
Реактивна тривожність	21,65±3,28	26,94±3,55*

Примітка: * - $p \leq 0,05$ (за t-критерієм Стьюдента)

Показники особистісної та реактивної тривожності (табл. 4) в групі курсантів-правоохоронців та контрольної групи статистично відрізняються ($p \leq 0,05$), що може бути пов'язано з специфікою обраної майбутньої професії та багаторічними заняттями єдиноборствами.

Запропоновано рекомендації щодо зниження рівня тривожності. Ми пропонуємо, що особам з високою оцінкою тривожності слід формувати почуття впевненості та успіху у спортивній діяльності. Особам із середнім рівнем особистісної тривожності необхідно також далі намагатися підтримувати його на даному рівні, а також залучати дихальні вправи, щоденник тривожності, спорт, піші прогулянки, аутотренінг, творче хобі.

Ті піддослідні, які мають ситуативну тривожність на середньому рівні, рекомендуємо також далі намагатися підтримувати його на цьому рівні, опрацювати методи регулювання ситуативної тривожності.

Висновки.

1. Певний рівень тривожності – нормальна та цілком природна особливість життєдіяльності особистості, яка являється необхідною нормою функціонування індивіда у суспільстві. Перевищення оптимального рівня тривожності дає право говорити про прояв підвищеної тривожності. Це може свідчити про недостатню емоційну адаптацію до різних соціальних ситуацій.

2. У осіб з підвищеним рівнем тривожності спостерігається негативне ставлення до себе як до слабкої та невмілої особистості. Підвищена тривожність так само виявляє негативний прояв до всіх аспектів життя – не лише до себе, а й до оточуючих та до дійсності загалом.

3. На прикладі 60 майбутніх поліцейських, курсантів, (n=60) та групи контролю (n=60) було проведено дослідження рівня тривожності за тестом Спілберга-Ханіна.

4. Визначено, що показники особистісної та реактивної тривожності в групі курсантів-правоохоронців та контрольної групи статистично достовірно відрізняються, що може бути пов'язано з обраною професійною діяльністю та багаторічними заняттями спортом (єдиноборствами) у групі майбутні правоохоронці.

Перспективи подальших досліджень плануються у напрямку залучення дівчат-правоохоронців та гендерної порівняльної характеристики рівня тривожності.

Література

1. Бочелюк В. И., Черепехина О. А. Психология спорта. К.: Центр учебной литературы, 2007. С. 24.
2. Воронова В. И. Психология спорта: навч. посіб. К.: Олімпійська література, 2007. С. 98-100.
3. Лавринів Христина, Козак Ірина та ін. Зміни рівня тривожності спортсменів-футболістів. *Молода спортивна наука*. 2015. Т.2.С. 147-150.
4. Пономаренко Я.С. Тривожність у професійному спілкуванні патрульних поліцейських. *III International scientific conference. Kaunas, Lithuania. February, 21th, 2020*. С. 114-116.
5. Семаль Н.В., Співак А.П. Рівень тривожності особистості та його місце у структурі підготовки спортсменів до змагань. ISSN 2077-6594. *Матеріали конференції «Україна. здоров'я нації»*. 2019. № 2 (55). С. 195-196.
6. Ткаченко С.В., Николаєнко Н.В. Дослідження рівня емоційної тривожності борців в змагальних умовах. *Вісник Чернігівського державного педагогічного університету. Серія: педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт. Випуск 44. Чернігів: ЧДПУ, 2007. № 44 С. 106-109.*
7. Anisimov, D., Petrushin, D., Boguslavsky, V. Improvement of physical training of first-year cadets of Dnipropetrovsk state university of internal affairs. Scientific space in the condition of global transformations of the modern world: *Scientific monograph. Riga, Latvia: Baltija Publishing, 2020. pp. 1–20. DOI: <https://doi.org/10.30525/978-9934-26-255-5-1>.*

References

1. Bochelyuk V.I., Cherepyekhina O. A. (2007). Psychology of sports. K.: Center of Educational Literature. P. 24 [in Ukrainian].
2. Voronova V.I. (2007). Psychology of sports: teaching. manual K.: Olympic Literature, pp. 98-100 [in Ukrainian].

3. Khrystyna Lavryniv, Iryna Kozak, etc. (2015). Changes in the anxiety level of football athletes. Young sports science. Vol. 2, pp. 147-150. UDC 159.942.5:796 [in Ukrainian].
4. Ponomarenko J.S. (2020). Anxiety in the professional communication of patrol police officers. III International scientific conference. Kaunas, Lithuania. February, 21th, pp. 114-116 [in Ukrainian].
5. Semal N.V., Spivak A.P. (2019). The level of anxiety of the individual and its place in the structure of preparation of athletes for competitions. ISSN 2077-6594. Materials of the conference «UKRAINE. HEALTH OF THE NATION», 2 (55), pp. 195-196 [in Ukrainian].
6. Tkachenko S.V., Nikolayenko N.V. (2007). Study of the level of emotional anxiety of wrestlers in competitive conditions. Bulletin of the Chernihiv State Pedagogical University. Series: pedagogical sciences. Physical education and sports. Issue 44. Chernihiv: ChDPU. №. 44, pp. 106-109 [in Ukrainian].
7. Anisimov, D., Petrushin, D., Boguslavsky, V. (2020). Improvement of physical training of first-year cadets of Dnipropetrovsk state university of internal affairs. Scientific space in the condition of global transformations of the modern world: Scientific monograph. Riga, Latvia: Baltija Publishing, pp. 1–20. DOI: <https://doi.org/10.30525/978-9934-26-255-5-1> [in English].

DOI 10.31392/NPU-nc.series15.2023.10(170).09
УДК 79:378.015.311-055.2

Білецька В.В.,
*кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент, завідувачка кафедри спорту та фітнесу
Київського університету імені Бориса Грінченка, м. Київ*
Семененко В.П.,
*кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент, декан Факультету спорту та менеджменту
Національного університету фізичного виховання і спорту України, м. Київ*
Завальнюк В.Л.,
*викладач кафедри інноваційних та інформаційних технологій у фізичній культурі і спорті
Національного університету фізичного виховання і спорту України, м. Київ*
Залойло В.В.,
*кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент кафедри футболу
Національного університету фізичного виховання і спорту України, м. Київ*
Костюченко В.І.,
*старший викладач кафедри спортивних єдиноборств та силових видів спорту
Національного університету фізичного виховання і спорту України, м. Київ*
Яременко О.М.,
*викладач кафедри технологій оздоровлення і спорту
Національного технічного університету України «Київський політехнічний інститут імені Ігор
Сікорського»*

ФОРМУВАННЯ ЦІННІСНИХ ОРІЄНТАЦІЙ У СТУДЕНТОК ДО ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ І СПОРТОМ

У статті розглянуто взаємозв'язок між способом життя та формуванням ціннісних орієнтацій з урахуванням стресостійкості до умов навчання у здобувачів вищої освіти. Визначено рівень сформованості ціннісного ставлення студенток першого та четвертого курсів до свого здоров'я та їх відношення до способу життя.

Результати: Встановлено, що більшість дівчат як першого, так і четвертого курсів загалом дотримуються правил здорового способу життя, але при цьому не дотримуються правил раціонального харчування. Не зважаючи на дотримання здорового способу життя студентки четвертого курсу мають низький рівень рухової активності і мають сумніви, чи задовольняє їх стиль життя.

В ході дослідження було встановлено, що серед термінальних цінностей у студенток першого курсу переважає свобода, суспільне покликання, відсутність матеріальних труднощів, а у студенток четвертого курсу провідне місце займають: матеріально забезпечене життя, сімейне життя, цікава робота. Показано, що серед інструментальних цінностей студенток першого курсу переважає широта знань, уміння наполягти на своєму, уміння не відступати перед труднощами, а у студенток четвертого курсу лідирують ефективність у справах, сміливість у відстоюванні поглядів; самоконтроль. При цьому найменше значення для дівчат мають дисциплінованість, раціоналізм та щирість.

Визначено рівень стресостійкості у студенток різних курсів навчання. Так, переважна більшість студенток першого курсу має середній рівень стресостійкості, а серед студенток четвертого курсу переважають дівчата із зниженим та дуже низьким рівнем стресостійкості.

Ключові слова: фізична культура і спорт, студенти, фізичне виховання, ціннісні орієнтації, спосіб життя, стресостійкість.

Biletska Viktoriia, Semenenko Vyacheslav, Zavalniuk Viktoriia, Zaloylo Volodymyr, Kostyuchenko Vasyli., Yaremenko Oleg. Formation of value orientations among female students to physical education and sports. Relevance: The article examines the relationship between the way of life and the formation of value orientations, taking into account stress resistance to the conditions of study of students of higher education. The level of formation of the value attitude of female students of the first