

Дзензелюк Д.О.

к.п.н., доцент кафедри соціально-реабілітаційних технологій

Житомирський економіко-гуманітарний інститут ВНЗ «Університет Україна»

Пантус О.О.

старший викладач кафедри фізичного виховання

Житомирський національний агроекологічний університет

Плотіцин К.В.

старший викладач кафедри фізичного виховання

Житомирський національний агроекологічний університет

СТАВЛЕННЯ СТУДЕНТІВ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ ДО ЗДОРОВ'ЯФОРМУЮЧИХ СКЛАДОВИХ

Стаття розкриває ставлення студентів до здоров'яформуючих складових під час навчання у закладах вищої освіти та їх наслідки. Наведено аналіз науково-методичної літератури та нормативно-правових актів щодо роботи системи фізичного виховання з часів незалежності України.

Завдяки теоретичному аналізу та узагальненню літературних джерел, педагогічному спостереженню, педагогічному тестуванню, методу математичної статистики, досліджено і оцінено рівень відвідуваності та причини низького мотиваційно-ціннісного ставлення студентів до занять фізичними вправами. Вплив незадовільного ставлення

до здоров'я формуючих складових на рівень фізичного розвитку, фізичної підготовленості та стану здоров'я.

Ключові слова: здоров'я, фізичний розвиток, фізична підготовленість, студенти, заклад вищої освіти.

Дзензелюк Д.А., Пантус Е.А., Плотіцин К.В. Отношение студентов высших учебных заведений к здоровьесформирующим составляющим. Стаття розкриває ставлення студентів до здоров'я формуючих складових у час навчання в закладах вищої освіти та їх наслідки. Приведено аналіз науково-методическої літератури та нормативно-правових актів по роботі системи фізичного виховання з часу незалежності України.

Благодаря теоретическому анализу и обобщению литературных источников, педагогическое наблюдение, педагогическое тестирование, метода математической статистики, исследованы и оценены уровень посещаемости, и причины низкого мотивационно-ценностного отношения студентов к занятиям физическими упражнениями. Влияние неудовлетворительного отношения к здоровьесформирующим составляющим на уровень физического развития, физической подготовленности и состояния здоровья.

Ключевые слова: здоровье, физическое развитие, физическая подготовленность, студенты, учреждение высшего образования.

Dzenzeliuk D., Pantus O., Plotitsyn K. The attitude of students of higher education institutions to health-forming components. The article deals with problematic issues of the attitude of student youth to health-forming components during their studies in higher education institutions. Also the estimation of reasons of occurrence of the inadequate relation to components which have direct influence on a health condition and their consequences was carried out.

This assessment of the system of physical education since the independence of Ukraine, which was in a deep state of crisis and could not meet the needs of young people in motor activity and physical fitness. This has dealt an irreparable blow to the motivational-value attitude to the health-forming of the constituents and to the health of students.

Thanks to pedagogical observation, pedagogical testing, extrapolations and the results of mathematical statistics, the majority of students of the higher education institutions have systematically missed physical education classes because of the lack of interest and desire for traditional physical education classes, laziness, unsatisfactory conditions of classes, lack of sports sections that interest students, which proves the insufficient level of motivation and value attitude of students to physical education classes.

The assessment of students physical development and functional condition showed that their body weight, HR have a tendency to worsen. The level of physical fitness indicates that students have a low and lower average level of physical education in the I and II courses.

So, the current system of physical education does not provide enough effective development and improvement of physical qualities of students, indicates the need to improve it in order to improve health, improve mental and physical performance, the formation of motivation for systematic exercise and a positive attitude to health-forming components through the introduction of physical education classes with sports orientation, taking into account the free choice of students.

Key words: health, physical development, physical fitness, student, higher education institution.

Постановка проблеми. Протягом останніх двадцять років в Україні склалася тривожна ситуація стану здоров'я підростаючого покоління у зв'язку з погіршенням рівня фізичного розвитку, фізичних якостей та фізичної підготовленості. Основними причинами є знецінення соціального престижу здоров'я, фізичної культури та спорту, низький рівень рухової активності, недооцінка в навчальних закладах оздоровчої та виховної ролі занять фізичними вправами, недосконале матеріально-технічне забезпечення, залишковий принцип їх фінансування.

Отже, виникла необхідність радикальної перебудови системи поглядів до здоров'я формуючих складових, соціально-економічних змін, форм і методів організації фізкультурно-оздоровчих занять, мотиваційно-ціннісного ставлення до здорового способу життя. Один з шляхів вирішення даної ситуації є деталізований підхід до здоров'я формуючих складових та ставлення до них студентської молоді закладів вищої освіти [12, с. 50-55; 9, с. 242-245].

Аналіз літературних джерел. Справжнє занепокоєння викликає незадовільний стан молодого покоління України. Зокрема, аналіз Соколенко В. Л., Сколоєнко С. В. результатів медичних оглядів студентів Черкаського національного університету засвідчив, що із 5122 обстежених лише 1926 (37,6%) студентів були віднесені до групи здорових (I група здоров'я), та практично здорових (II група здоров'я), тоді як у 3196 (62,4%) студентів, тобто у переважній більшості, виявлені хронічні захворювання, в результаті чого вони віднесені до III та IV груп здоров'я і потребували комплексу оздоровчо-реабілітаційних заходів. При цьому, серед осіб, котрі приїхали на навчання із території посиленого радіоекологічного контролю – студентів-чорнобильців – (141 осіб) питома вага хворих ще вища – 64,83%, та відповідно знижене число здорових – 35,17% [14, с. 19-21]. Дану тенденцію підтверджують в своїх роботах [7, с. 267-270; 11, с. 44-48] і інші науковці.

Недостатня рухова активність, як здоров'я формуюча складова, студентської молоді в наукових працях Грибана Г. П. розглядається, як соціальний, а не біологічний феноменом. Тому суттєва роль покладається на фізичну активність студентів, яка в кінцевому результаті спрямована на зміну стану їх організму, на набуття нового рівня фізичних якостей та здібностей, яких не можна досягти ніяким іншим шляхом, окрім занять фізичними вправами та спортом [2, с. 17]. Але дослідження [8, с. 43-46; 13, с. 130-134] демонструють недостатній рівень активності студентської молоді.

Рівень фізичного розвитку та функціонального стану студентів показав погіршення показників, які мають безпосередній вплив на системи організму [6]. Дослідження Грибана Г. П., Гнатюка Т. Н., Денисовця А. П., Ткаченка П. П., Пантус О. О., Плотіцина К. В., Бартоша К. А. підтверджують дану динаміку та негативний вплив надмірної маси тіла

студентської молоді і порушення роботи серцево-судинної системи [1, с. 37-40; 4, с. 99-104].

Аналіз вище переліченої складових здоров'яформуючих складових свідчить про те, що формування позитивного мотиваційно-ціннісного ставлення до занять з фізичного виховання не втрачає своєї актуальності. Студенти закладів вищої освіти не мають сталої, сформованої мотивації до занять з фізичного виховання, рухової активності та здорового способу життя [10, с. 50-55].

Мета роботи: теоретично обґрунтувати та оцінити ставлення до здоров'яформуючих складових студентів закладів вищої освіти.

Методи дослідження: теоретичний аналіз та узагальнення літературних джерел, педагогічне спостереження, педагогічне тестування, метод екстраполяції, метод математичної статистики.

Організація дослідження. У дослідженні приймали участь 435 студентів (чоловічої (n=238) і жіночої (n=197)) статі аграрного (Житомирський національний агроекологічний університет) та економіко-гуманітарного (Житомирський економіко-гуманітарний інститут ВНЗ «Університет «Україна») профілю.

Виклад основного матеріалу дослідження. Незважаючи на Національну доктрину розвитку фізичної культури і спорту, в якій враховані пріоритетні гуманізації та актуалізації проблемних питань стану здоров'я молодого покоління під час навчання в закладах вищої освіти, існують ряд факторів, які унеможливають ефективний розвиток фізичних якостей, фізичній підготовленості та покращанню стану здоров'я [15].

За даними [6; 3, с. 425-428], фізичне виховання і спорт у закладах вищої освіти повинні розглядатися, як основа професійного здоров'я майбутніх випускників, які будуть забезпечувати конкурентоспроможними на світовому ринку професій. Однак, незважаючи на вдосконалення системи вищої освіти в Україні, зберігається негативна тенденція до погіршення здоров'я та рівня фізичної підготовленості студентської молоді. Крім того, нагальною є проблема підвищення зацікавленості студентів у якості навчання, заохочення кожного студента до систематичних занять фізичними вправами і спортом, формування у студентів потреби у фізичному розвитку і вдосконаленні для забезпечення здоров'я і професійного довголіття.

Аналіз літературних джерел та нормативних документів [15; 5, с. 9-15] показав, що з 1991 року система фізичного виховання в Україні перебувала у глибокому кризовому стані і не могла задовольнити потреб фізичного розвитку і фізичної підготовленості студентської молоді. Процес викладання фізичного виховання у перші роки незалежності України носив застійний характер. Скорочувалася кількість викладачів і годин, відведених для обов'язкових і факультативних занять, збільшувалася кількість хворих студентів, у ряді вишів майже перестали функціонувати спортивні клуби і секції, кількість змагань і виділених коштів на придбання спортивного інвентарю зменшувалася. Багато провідних українських фахівців у галузі фізичного виховання і спорту змінили професію, виїхали працювати за кордон. Скорочувалися ставки голів спортивних клубів, тренерів-викладачів із видів спорту, припинялося фінансування. Цим завдавалося невиправного удару по рівню здоров'я та здоров'яформуючих складових студентської молоді.

Характерною оцінкою невідповідного ставлення до здоров'яформуючих складових є рівень відвідуваності занять з фізичного виховання, де 21,4 % студентів чоловічої та 24,4 % жіночої статі відповіли, що зовсім не займаються фізичними вправами і спортом (пропускаючи планові заняття) (рис. 1).

Досліджуючи мету студентів, які займаються фізичними вправами та спортом, 51,7 % студентів-чоловіків та 42,1 % жінок відповіли, за ради отримання заліку і лише 16,8 % чоловіків та 13,3 % жінок – підвищення рівня фізичної підготовленості та зміцнення здоров'я. Результати наших досліджень підтверджуються в роботах Андріюченко Т., Вакулєнко О., Волкова В., Дзюба Н., Коляди В., Комарової Н., Пеши І., Тілікіної Н.. Незважаючи на байдуже ставлення до занять фізичними вправами 41 % опитаних вважають свій спосіб життя здоровим [16].

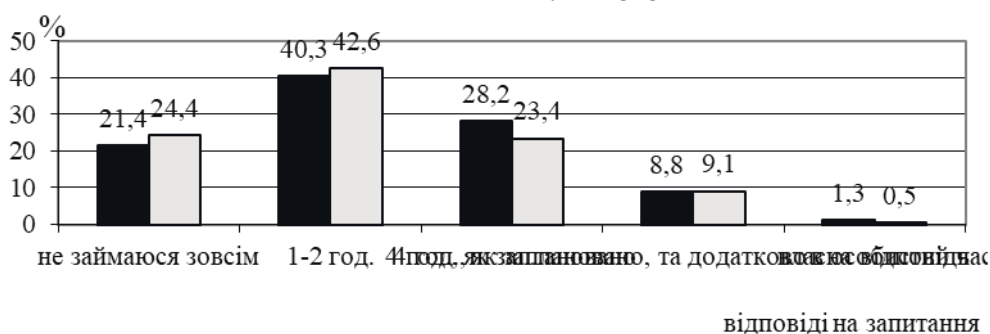


Рис. 1. Співвідношення кількості годин на тиждень, які студенти виділяють для занять фізичними вправами і спортом (при запланованих 4 год)

■ чоловіки;
□ жінки

Аналіз причин, через які студенти пропускають заняття з фізичного виховання, більшість студентів 41,2 % чоловічої та 42,1 % жіночої статі указала на відсутність бажання та інтересу до занять; 22,3 % чоловіків та 20,8 % жінок переконані, що їм на заваді стоять лінощі; 21,1 % опитуваних чоловіків та 16,8 % жінок пропускали заняття через хворобу [6].

Водночас, при оцінці рухової активності, студенти зазначають, що вільний час 35,7 % студентів-чоловіків та 52,3 % жінок присвячують комп'ютерним іграм та соцмережам; 27,2 % чоловіків та 20,8 % жінок проводять вільний час із друзями або у сімейному колі; 20,2 % чоловіків та 8,6 % жінок – біля телевізора; і тільки 9,7 і 9,6 % чоловіків і жінок відповідно

займаються фізичними вправами та спортом (відвідують спортивні секції).

Недостатня рухова активність має негативний вплив на рівень фізичного розвитку, що призводить до збільшення маси тіла. У студентів-чоловіків у 1-му семестрі маса тіла становила 71,9 кг, а у 4-му – вже 73,4 кг, різниця становить 1,5 кг. У студенток різниця між середнім значенням маси тіла у 1-му (57,1 кг) та 4-му (59,8 кг) семестрах становить 2,7 кг. Зважаючи на негативну тенденцію у збільшенні маси тіла студентів у процесі навчання на I та II курсах та враховуючи, що на старших курсах відсутні заняття з фізичного виховання, використовуючи метод екстраполяції, можна стверджувати про подальше збільшення маси тіла студентів на старших курсах під час навчання у ЗВО. Данна динаміка відзначається і на показниках артеріального тиску та частоти серцевих скорочень. У студентів обох статей, спостерігається тенденція до погіршення.

Незадовільне ставлення студентів до здоров'яформуючих складових відображається і на рівні фізичної підготовленості. Особливо вираженою є негативна динаміка показників розвитку витривалості у студентів перших курсів. Так, якщо у 2008 році середній результат із бігу на 3000 м становив 13 хв 42 с, у 2009 – 13 хв 57 с, у 2010 – 14 хв 06 с, у 2011 – 14 хв 23 с, то у 2012 році – 14 хв 38 с. Різниця між початковими і кінцевими даними дослідження становить 55,5 с. Відповідно рівень розвитку витривалості протягом усіх років дослідження оцінюється як «незадовільний» (Табл. 1, 2).

Таблиця 1

Динаміка фізичної підготовленості студентів-чоловіків перших курсів (n=231, X±m)

| Показники фізичної підготовленості | Роки дослідження | | | | | Достовірність різниці (P1–P5) |
|------------------------------------|------------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------------------------|
| | 2008 (n=50) | 2009 (n=44) | 2010 (n=53) | 2011 (n=46) | 2012 (n=38) | |
| Біг на 100 м, с | 14,2±0,10 | 14,1±0,13 | 14,3±0,09 | 14,3±0,12 | 14,4±0,13 | P>0,05 |
| Підтягування на перекл., р. | 11,1±0,41 | 10,6±0,51 | 10,4±0,38 | 9,8±0,43 | 9,3±0,69 | P<0,05 |
| Біг на 3000 м, с | 822,4±11,23 | 836,7±11,16 | 845,5±9,81 | 863,1±10,40 | 877,9±12,59 | P<0,001 |

Дослідження результатів студентів у підтягуванні на перекладині свідчить, що протягом п'яти років рівень силових якостей студентів перших курсів достовірно погіршився – різниця між результатами 2008 і 2012 рр. становить 1,8 разу. Відповідно до контрольних тестів рівень силових якостей студентів протягом усіх років дослідження є незадовільним.

Таблиця 2

Динаміка фізичної підготовленості жінок перших курсів (n=206, X±m)

| Показники фізичної підготовленості | Роки дослідження | | | | | Достовірність різниці (P1–P5) |
|--|------------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------------------------|
| | 2008 (n=41) | 2009 (n=42) | 2010 (n=46) | 2011 (n=42) | 2012 (n=35) | |
| Біг на 100 м, с | 16,8±0,12 | 17,0±0,10 | 16,9±0,09 | 17,0±0,11 | 17,1±0,13 | P>0,05 |
| Згин. і розгин. рук в упорі лежачи, р. | 16,3±0,82 | 15,6±0,71 | 15,1±0,57 | 13,9±0,64 | 12,8±0,87 | P<0,01 |
| Біг на 2000 м, с | 725,2±8,84 | 744,4±9,79 | 767,6±9,25 | 791,7±9,92 | 806,4±10,31 | P<0,001 |

Досліджуючи спосіб життя молоді, за результатами соціологічних дослідженнях «Молодь України», отримали зростаючі показники за 2015–2018 роки з 27,6 % до 38,8 %. 74,3 % молоді, віком від 14 до 34 років визнали, що вживали алкогольні напої більше двох разів протягом 30 днів. Динаміка вживання будь-яких наркотичних засобів за даними соціологів неухильно зростає з 9,6 % в 2015 році до 16,0 % в 2018 році.

Важливий вплив на здоров'я молоді є його сексуальна поведінка. Актуальним і до нині залишається ситуація захворюваності та скорочення життя із-за хвороби, які передаються статевим шляхом (ВІЛ-інфекції). Досліджуючи у якому віці мали перший статевий акт, відповіді репрезентативної групи поділилась таким чином: 0,2 % в 12 років, 0,1 % в 25 років. Більшість відповідей показали, що перший сексуальний досвід мали в 16 років (10,3 %) та 18 році (13,6 %). При чому використання засобів безпеки під час статевих контактів із непостійним статевим партнером протягом 2007–2018 рік зменшився з 74,1 % до 64,7 % [16].

Отже, основними причинами невідповідного ставлення до здоров'яформуючих складових студентської молоді є: знецінення соціального престижу здорового способу життя; недооцінка у навчальних закладах соціальної, оздоровчої та виховної ролі фізичного виховання і спорту; низький рівень фізичного стану старшокласників та випускників шкіл; зниження інтересу у студентів до традиційної форми організації занять із фізичного виховання; спрямованість навчального процесу з фізичного виховання на виконання студентами контрольних нормативів; відсутність індивідуального підходу у процесі фізичного виховання; умови навчання у ЗВО, які супроводжуються зниженням рухової активності; шкідливі звички.

Перспективи подальших досліджень полягають у вдосконаленні системи фізичного виховання студентів закладів вищої освіти з метою покращання мотиваційно-ціннісного ставлення до здоров'яформуючих складових шляхом впровадження занять з фізичного виховання зі спортивною спрямованістю з урахуванням вільного вибору студентами виду спорту.

Висновок. 1. Недосконала соціальна підсистема гальмує розвиток педагогічної підсистеми, знижує її ефективність та не виправдовує матеріальних затрат, укладених в її економічне забезпечення. Таким чином, сучасна система фізичного виховання має потребу у зміні методологічного підходу до оздоровлення студентів.

2. Мотиваційно-ціннісне ставлення студентів до занять із фізичного виховання, демонструє, що більшість студентів ЗВО систематично пропускають заняття з фізичного виховання через відсутність інтересу і бажання до традиційних занять з

фізичного виховання, лінощі, незадовільні умови занять, відсутність спортивних секцій, які цікавлять студентів, та з інших причин.

3. Рівень фізичного розвитку та функціонального стану студентів демонструє відсутність покращання у процесі навчання на I та II курсах навчання у ЗВО. Такі показники, як маса тіла, ЧСС мають тенденцію до погіршення, що підкреслює недостатню ефективність чинної системи фізичного виховання.

4. Рівень фізичної підготовленості свідчить, що студенти мають низький та нижчий за середній рівень у процесі навчання на I та II курсах. Серед фізичних якостей найгірший рівень зафіксовано у показниках розвитку витривалості та силових якостей. Отже, чинна система фізичного виховання недостатньо ефективно забезпечує розвиток та вдосконалення фізичних якостей студентської молоді, що свідчить про необхідність її вдосконалення з метою зміцнення здоров'я, покращання розумової, фізичної працездатності, формування мотивації до систематичних занять фізичними вправами та позитивного ставлення до здоров'яформуючих складових.

Література

1. Гнатюк Т. Н. Особенности физического развития юношей-первокурсников // Научный журнал «Физическое воспитание студентов». Харьков, 2011. № 1. С. 37–40.
2. Грибан Г. П. Життєдіяльність та рухова активність студентів. Житомир, 2009. С. 17.
3. Грибан Г. П., Дзензелюк Д. О. Шляхи активізації теоретичної і методичної підготовки студентів для удосконалення самостійних занять фізичними вправами : зб. наук. пр. з галузі фізичної культури та спорту «Молода спортивна наука України». Львів, 2004. Вип. 8, Т. 3. С. 425–428.
4. Грибан Г. П., Дзензелюк Д. О., Денисовець А. П., Ткаченко П. П., Пантус О. О., Плотіцин К. В., Бартош К. А. Самооцінка студентами рівня фізичного стану – шлях для нормування фізичних навантажень // I Всеукр. наук.-практ. конф. «Фізичне виховання студентської молоді: проблеми та перспективи» / за ред. С. І. Присяжнюка. Київ, 2011. С. 99–104.
5. Державна програма розвитку фізичної культури і спорту в Україні: Постанова Кабінету Міністрів України від 15 листопада 2006 р. // Інформац. зб. Міністерства освіти України. 2006. С. 9–15.
6. Дзензелюк Д. О. Методика розвитку рухових якостей студентів закладів вищої освіти засобами боротьби самбо : автореф. дис. ... канд. пед. наук : [спец.] 13.00.02 «Теорія та методика навчання (фізична культура, основи здоров'я)» / Дзензелюк Дмитро Олексійович ; Нац. пед. ун-т ім. М. П. Драгоманова. Київ, 2019. 23 с.
7. Дзензелюк Д. О., Канділов І. Ю., Петрук Ю. М. Захворюваність опорно-рухового апарату студентів-аграріїв // Зб. наук. пр. Житомирського ін-ту медсестринства. – 2015. – С. 267-270.
8. Дзензелюк Д. Рівень рухової активності студентів-аграріїв // Молода спортивна наука України. Львів, 2014. Вип.18, т. 2. С. 43-46.
9. Дзензелюк Д., Дрозд В. Мотиваційно-ціннісне ставлення студентів аграріїв до занять з фізичного виховання // Вітчизняна наука на зламі епох: проблеми та перспективи розвитку. Переяслав-Хмельницький, 2016. Вип. 26. С. 242-245.
10. Дзензелюк Д.О. Роль мотивації студентів до занять фізичними вправами на заняттях фізичного виховання у вищих навчальних закладах // Молода спортивна наука України. Львів, 2013. Вип 6 (57). С. 50-55.
11. Канищева О. П. Оцінка стану здоров'я студентів перших курсів технічних ВНЗ з низькими адаптаційними можливостями // Теорія та методика фізичного виховання. 2010. № 8. С. 44-48.
12. Повар О. Мотиваційно-ціннісне ставлення студентів університетів до фізичного виховання й спорту // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві. Луцьк, № 1 (17). С. 50-55.
13. Пронтенко К. В. Обґрунтування методичної системи навчання гирьового спорту курсантів у процесі фізичного виховання та перевірка її ефективності // Науковий часопис. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). 2018. Вип. 4. С. 130-134
14. Соколенко В. Л., Сколоєнко С. В. Фактори, що визначають стан здоров'я студентів // Наука в інформаційному просторі. Матеріали VI міжнар. наук.-практ. конф. (Дніпропетровськ, 16-17 вересня 2010 р.). – Дніпропетровськ, 2010. – С. 19–21.
15. Указ Президента України «Про Національну доктрину розвитку фізичної культури і спорту» : № 1148/2004 від 28.09.2004 р. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://zakon.rada.gov/cgi-bin/laws/main.cgi?nr-eg=1148%2F2004>.
16. Формування здорового способу життя молоді. Навчально-методичні рекомендації / Авт. колект. Т. Андріученко, О. Вакулєнко, В. Волков, Н. Дзюба, В. Коляда, Н. Комарова, І. Пеша, Н. Тілікіна (кер. авт. колект. Т. Андріученко). – 2-ге вид. – К.: Бланк-Прес, 2019. 120 с.

References

1. Gnatyuk T. N. Osobennosti fizicheskogo razvitiya yunoshey-pervokursnikov // Nauchnyy zhurnal «Fizicheskoye vospitaniye studentov». Khar'kov, 2011. № 1. S. 37–40.
2. Griban G. P. Zhyttyediyalnist' ta rukhova aktyvnist' studentiv. Zhytomyr, 2009. S. 17.
3. Griban G. P., Dzenzelyuk D. O. Shlyakhy aktyvizatsiyi teoretichnoyi i metodichnoyi pidgotovky studentiv dlya udoskonalennya samostiynykh zanyat' fizychnymy vpravamy : zb. nauk. pr. z galuzi fizychnoyi kultury ta sportu «Moloda sportyvna nauka Ukrayiny». L'viv, 2004. Vyp. 8, T. 3. S. 425–428.
4. Griban G. P., Dzenzelyuk D. O., Denysovets A. P., Tkachenko P. P., Pantus O. O., Plotitsyn K. V., Bartosh K. A. Samoosinka studentamy rivnya fizychnogo stanu – shlyakh dlya normuvannya fizychnykh navantazhen' // I Vseukr. nauk.-prakt. konf. «Fizyчне vykhovannya studentskoyi molodi: problemy ta perspektyvy» / za red. S. I. Prysyzhnyuka. Kyiv, 2011. S. 99–104.
5. Derzhavna programa rozvytku fizychnoyi kultury i sportu v Ukrayini: Postanova Kabinetu Ministriv Ukrayiny vid 15 lystopada 2006 r. // Informats. zb. Ministerstva osvity Ukrayiny. 2006. S. 9–15.

6. Dzenzelyuk D. O. *Metodyka rozvytku rukhovyykh yakostey studentiv zakladiv vyshchoyi osvity zasobamy borotby sambo : avtoref. dys. na zdobuttya nauk. stupenya kand. ped. nauk : [spets.] 13.00.02 «Teoriya ta metodyka navchannya (fizychna kultura, osnovy zdorov'ya)» / Dzenzelyuk Dmytro Oleksiyovych ; Nats. ped. un-t im. M. P. Dragomanova. Kyiv, 2019. 23 s.*
7. Dzenzelyuk D. O., Kandilov I. Yu., Petruk Yu. M. *Zakhvoryuvanist' oporno-rukhovogo aparatu studentiv-agrariyiv // Zb. nauk. pr. Zhytomyrs'koho in-tu medsestrynstva. – 2015. – S. 267-270.*
8. Dzenzelyuk D. *Riven` rukhovoyi aktyvnosti studentiv-agrariyiv // Moloda sportyvna nauka Ukrainy. L'viv, 2014. Vyp. 18, t. 2. S. 43-46.*
9. Dzenzelyuk D., Drozd V. *Motyvatsiyno-tsinnisne stavlennya studentiv agrariyiv do zanyat` z fizychnoho vykhovannya // Vitchyznyana nauka na zlami epokh: problemy ta perspektyvy rozvytku. Pereyaslav-Khmelnitsky. 2016. Vyp. 26. S. 242-245.*
10. Dzenzelyuk D. O. *Rol' motyvatsiyi studentiv do zanyat' fizychnymy vpravamy na zanyattiyakh fizychnoho vykhovannya u vyshchyykh navchal'nykh zakladakh // Moloda sportyvna nauka Ukrainy. L'viv, 2013. Vyp. 6 (57). S. 50-55.*
11. Kanishcheva O. P. *Otsinka stanu zdorov'ya studentiv pershykh kursiv tekhnichnykh VNZ z nyz`kymy adaptatsiynymy mozhlyvostyamy // Teoriya ta metodyka fizychnoho vykhovannya. 2010. № 8. S. 44-48.*
12. Povar O. *Motyvatsiyno-tsinnisne stavlennya studentiv universytetiv do fizychnoho vykhovannya iy sportu // Fizychno vykhovannya, sport i kultura zdorovya u suchasnomu suspilstvi. Lutsk, № 1 (17). S. 50-55.*
13. Prontenko K. V. *Obgruntuvannya metodychnoyi systemy navchannya hyrovogo sportu kursantiv u protsesi fizychnoho vykhovannya ta perevirka yiyi efektyvnosti // Naukovyy chasopys. Naukovo-pedagogichni problemy fizychnoyi kultury (fizychna kultura i sport). 2018. Vyp. 4. S. 130-134.*
14. Skolenko V. L., Skolenko S. V. *Faktory, shcho vyznachayut' stan zdorov'ya studentiv // Nauka v informatsiynomu prostori. Materialy VI mizhnar. nauk.-prakt. konf. (Dnipropetrovs'k, 16-17 veresnya 2010 r.). – Dnipropetrovs'k, 2010. – S. 19–21.*
15. *Ukaz Prezydenta Ukrainy «Pro Natsional'nu doktrynu rozvytku fizychnoyi kul'tury i sportu» : № 1148/2004 vid 28.09.2004 r. [Elektronnyy resurs]. – Rezhym dostupu: <http://zakon.rada.gov/cgi-bin/laws/main.cgi?nr-eg=1148%2F2004>.*
16. *Formuvannya zdorovogo sposobu zhyttya molodi. Navcha'no-metodychni rekomendatsiyi / Avt. kolekt. T. Andriuchenko, O. Vakulenko, V. Volkov, N. Dzyuba, V. Kolyada, N. Komarova, I. Pesha, N. Tilikina (ker. avt. kolekt. T. Andriuchenko). – 2-ge vyd. – K.: Blank-Pres, 2019. 120 s.*