

УДК 796.015.68-047.44-057.875

DOI <https://doi.org/10.24195/olympicus/2024-3.12>**Мазурчук Олег Тарасович**

кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент,
доцент кафедри здоров'я і фізичної культури
Волинський національний університет імені Лесі Українки
ORCID ID: 0009-0002-9394-7908

Малімон Олександр Олександрович

кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент,
доцент кафедри здоров'я та фізичної культури
Волинський національний університет імені Лесі Українки
ORCID ID: 0000-0002-9814-9123

Касарда Ольга Зіновіївна

кандидат педагогічних наук, доцент,
доцент кафедри здоров'я та фізичної культури
Волинський національний університет імені Лесі Українки
ORCID ID: 0000-0002-8043-9771

Захожа Наталія Яківна

кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент,
доцент кафедри фітнесу та циклічних видів спорту
Волинський національний університет імені Лесі Українки
ORCID ID: 0000-0002-1095-5738

ЗНАЧЕННЯ НЕГАТИВНИХ ЗВИЧОК ТА ФІЗИЧНОЇ АКТИВНОСТІ У ЖИТТІ ЗДОБУВАЧА ВИЩОЇ ОСВІТИ

Актуальність проблеми. Сьогодні в Україні серед важливих завдань активізується проблема бережливого ставлення до власного здоров'я як найвищої суспільної цінності. Сприяння профілактиці найбільш розповсюджених негативних звичок передбачає запровадження окремих підходів та шляхів стимулювання здорового способу життя здобувачів вищої освіти. Зміцнення та збереження здоров'я є пріоритетним напрямком основних законодавчих актів та нормативно-правових документів з фізичної культури.

Збільшується кількість осіб в державі, які вживають наркотичні та інші психоактивні засоби. Це зумовлено катастрофічним станом здоров'я молоді, погіршенням показників фізичного розвитку.

Про підвищення ролі фізичної культури і спорту у формуванні здорового способу життя зазначено у багатьох нормативно-правових та законодавчих документах. Здоровий спосіб життя тісно переплітається із фізичним вихованням, про що і йдеться в національній доктрині розвитку освіти. Реалізація цієї доктрини дасть можливість підвищити якість життя населення України шляхом оздоровлення нації, виховання молоді та формування здорового способу життя. У зв'язку з тим, визначення місця негативних звичок та фізичної активності в житті здобувачів вищої освіти є актуальною проблемою.

Мета та завдання дослідження – полягає у визначенні місця негативних звичок та фізичної активності в житті здобувачів вищої освіти.

Методи дослідження. Для досягнення мети дослідження нами були застосовані наступні методи і прийоми наукового дослідження: загальнонаукові методи теоретичного пізнання, педагогічні спостереження, анкетування, методи математичної статистики.

Результати дослідження. Аналізуючи варіанти відповідей, на питання анкети: «Чи є у Вас негативні звички?», загалом респонденти відповіли наступним чином: 39,2% – так, мають негативні звички; 49,7% – ні, не мають і 11,1% вагалися із відповіддю. Для відповіді на питання:

«Як часто Ви вживаєте спиртні напої?» пропонувалось декілька варіантів: раз на тиждень і частіше; 2–3 рази на місяць; декілька разів на рік; ніколи. Серед них треба було вибрати один варіант. Найбільший відсоток здобувачів волинського університету I-го, IV-го та V-го курсів обрали варіант відповіді – декілька разів на рік (I-ий курс: юнаки – 33,9%, дівчата – 41,1%; IV-ий курс: юнаки – 35,7%, дівчата – 42,8%; V-ий курс: юнаки – 46,4%, дівчата – 53,5%). У юнаків II-го курсу по 25,0% припало на варіанти – декілька разів на рік та ніколи. 59,0% дівчат з даного потоку вказують на варіант – 2–3 рази на тиждень. Серед юнаків 3-го року навчання 31,8% обирають той самий варіант відповіді. А їх одногрупники дівчата вказують на графу – декілька разів на рік (45,8%). На всіх курсах є незначна кількість молодих людей, яка ніколи не вживає спиртних напоїв. Даючи відповідь на питання анкети: «Чи вживаєте Ви наркотики?» та «Чи вживаєте Ви токсичні речовини?» 3,5% юнаків I-го курсу епізодично вживають наркотики, а 1,7% – епізодично використовують токсичні препарати.

Ключові слова: негативні звички, фізична активність, здобувач, тютюнопаління, алкоголь, наркотики.

Вступ. Сьогодні в Україні серед важливих завдань активізується проблема бережливого ставлення до власного здоров'я, як найвищої суспільної цінності [7; 13]. Сприяння профілактиці найбільш розповсюджених негативних звичок передбачає запровадження окремих підходів та шляхів стимулювання здорового способу життя здобувачів вищої освіти. Зміцнення та збереження здоров'я є пріоритетним напрямком основних законодавчих актів та нормативно-правових документів з фізичної культури [4; 8].

Збільшується кількість осіб в державі, які вживають наркотичні та інші психоактивні засоби [5; 10]. Це зумовлено катастрофічним станом здоров'я молоді, погіршенням показників фізичного розвитку [10; 12].

Про підвищення ролі фізичної культури і спорту у формуванні здорового способу життя зазначено у багатьох нормативно-правових та законодавчих документах. Зокрема, у концепції національної системи фізичного виховання, у цільовій комплексній програмі «Фізичне виховання – здоров'я нації», у Законі України «Про фізичну культуру і спорт» та ін., йдеться про те, що фізична культура і спорт, яка є однією із основних частин загальної культури людства, яка обумовлює поведінку здобувачів у навчанні, майбутній професійній діяльності та побуті. Це сприяє вирішенню соціально-економічних, виховних, патріотичних та оздоровчих завдань.

Важливим завданням реформи освіти в Україні є забезпечення умов формування особистості, яка б дотримувалась здорового способу життя, оскільки здоров'я людини – основа її повноцінного розвитку та здатності розв'язання соціальних та економічних проблем [1; 11].

Здоровий спосіб життя тісно переплітається із фізичним вихованням, про що і йдеться в національній доктрині розвитку освіти [2; 3; 9]. Реалізація цієї доктрини дасть можливість підвищити якість життя населення України шляхом оздоровлення нації, виховання молоді та формування здорового способу життя. У зв'язку з тим, визначення місця негативних звичок та фізичної активності в житті здобувачів вищої освіти є актуальною проблемою.

Мета та завдання дослідження – полягає у визначенні місця негативних звичок та фізичної активності в житті здобувачів вищої освіти.

Методи дослідження. Для досягнення мети дослідження нами були застосовані наступні методи і прийоми наукового дослідження: загальнонаукові методи теоретичного пізнання, педагогічні спостереження, анкетування, методи математичної статистики.

Результати дослідження. Здоров'я – це не тільки відсутність хвороб, але й стан фізичного, психічного та соціального благополуччя. Здоров'я – обов'язкова умова життя кожної людини, це скарб, яким наділила нас природа, який треба оберігати. Спосіб життя – це той чинник здоров'я, який майже цілком залежить від нашої поведінки. Одні різновиди способу життя зміцнюють здоров'я, розвивають людину фізично й розумово, захищають від негативних стресових впливів, інші – навпаки, руйнують здоров'я та розвивають різноманітні хвороби.

Наркотичний вплив несе масу негативних наслідків для організму. Незалежно від походження, наркотична речовина – це отрута, що нищить людський організм. Наркотики змінюють свідомість людини, руйнують пам'ять, інтелект, пригнічують відчуття та емоції, а також викликають сильну психологічну й фізичну залежність.

Руйнівним чином впливає алкоголь на внутрішні органи. Страждає від його дії шлунок, печінка, серце й судини, нирки, залози внутрішньої секреції. Чим молодший організм, тим більш руйнівна дія алкоголю. Відомі випадки отруєння підлітків незначними, з точки зору дорослих, дозами алкоголю.

Тютюнопаління асоціюється з дорослістю, компанією друзів, цікавою бесідою, приємною обстановкою. Але вчені з'ясували, що курці проводять дозвілля нудніше, отримуючи від нього менше задоволення, ніж ті, що не палять. Одна з головних причин тютюнопаління в юнаків – прагнення до самовираження, утвердження власної самостійності, «дорослості».

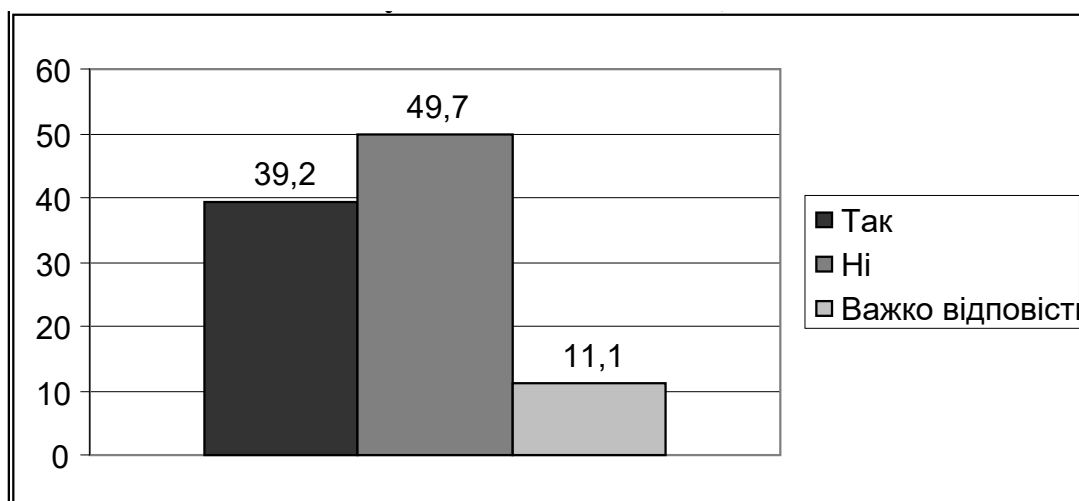
Нами було проведено дослідження, яке проводилось протягом 2023–2024 навчального року серед здобувачів вищої освіти різних факультетів Волинського національного університету імені Лесі Українки (ВНУ імені Лесі Українки) – 254 чол. Серед них: I-го курсу 73 здобувача (юнаків – 56, дівчат – 17), II-го курсу – 38 (юнаків – 16, дівчат – 22), III-го курсу – 65 (юнаків – 41, дівчат – 24), IV-го курсу – 35 (юнаків – 28, дівчат – 7) і V-го курсу – 43 (юнаків – 28, дівчат – 15).

Неможливо залишити поза увагою такі важливі проблеми, пов'язані зі здоров'ям підростаючого покоління, як наркоманія, тютюнопаління та зловживання алкоголем. Всі ці явища мають місце в молодіжному середовищі і впливають на життя людини будь-якої вікової групи [6].

Аналізуючи варіанти відповідей, на питання анкети: «Чи є у Вас негативні звички?», загалом респонденти відповіли наступним чином: 39,2% – так, мають негативні звички; 49,7% – ні, не мають і 11,1% вагалися із відповіддю (діагр. 1).

Як показують дослідження, здобувачі ВНУ відповідаючи на питання: «Як часто Ви палите (скільки цигарок на день?)» переважна більшість молодих людей обрали варіант – не палю. Найбільший відсоток здобувачів мають потребу у випалюванні до 15 цигарок на добу.

Для відповіді на питання: «Як часто Ви вживаєте спиртні напої?» пропонувалось декілька варіантів: раз на тиждень і частіше; 2–3 рази на місяць; декілька разів на рік; ніколи. Серед них треба було вибрати один варіант. Найбільший відсоток здобувачів волинського університету I-го, IV-го та V-го курсів обрали варіант відповіді – декілька разів на рік (I-ий курс: юнаки – 33,9%, дівчата – 41,1%; IV-ий курс: юнаки – 35,7%, дівчата – 42,8%; V-ий курс: юнаки – 46,4%, дівчата – 53,5%). У юнаків II-го курсу по 25,0% припало на варіанти – декілька разів на рік та ніколи. 59,0% дівчат з даного потоку вказують на варіант – 2–3 рази на тиждень. Серед юнаків 3-го року навчання 31,8% обирають той самий варіант відповіді. А їх одногрупники дівчата



Діаграма 1. Наявність негативних звичок серед здобувачів вищої освіти, %

вказують на графу – декілька разів на рік (45,8%). На всіх курсах є незначна кількість молодих людей, яка ніколи не вживає спиртних напоїв.

Даючи відповідь на питання анкети: «Чи вживаєте Ви наркотики?» та «Чи вживаєте Ви токсичні речовини?» 3,5% юнаків I-го курсу епізодично вживають наркотики, а 1,7% – епізодично використовують токсичні препарати. 100,0% дівчат I-го курсу і здобувачі II-го курсу ніколи не вживали наркотиків та токсичних речовин. 4,8% юнаків 3-го року навчання наркотики використовують епізодично, 2,4% – систематично. Також 2,4% – систематично вживають токсичні речовини. 8,4% дівчат-респондентів епізодично займаються наркоманією, 4,2% – систематично. Жодна дівчина III-го курсу не вживала токсичних препаратів. По 7,1% юнаків IV-го та V-го курсів епізодично експериментують з наркотичними речовинами. А 6,6% дівчат останнього курсу систематично приймають наркотики. Токсичні речовини епізодично вживають 3,5% юнаків IV-го курсу. 6,6% дівчат 5-го року навчання систематично руйнують свій організм, приймаючи токсичні препарати. Приємним залишається той факт, що на всіх курсах значний відсоток респондентів ніколи в житті не експериментували з наркотичними і токсичними речовинами.

Основним чинником створення гармонійно розвинутої особистості є заняття фізичною активністю. На сучасному етапі розвитку суспільства зростають вимоги до фізичної підготовки людей.

Заняття фізичними вправами має велике значення у формуванні здорового способу життя, духовного та фізичного розвитку підростаючого покоління. Заняття фізичною активністю зміцнюють здоров'я людини, підвищують нервово-психічну активність до емоційних стресів, підтримують фізичну та розумову працездатність.

У здобувачів, які активно й систематично відвідують заняття з фізичного виховання, виробляється певний стереотип режиму дня, підвищується впевненість у поведінці та рівень дотримання норм здорового способу життя. Здоров'я не існує саме по собі, воно не дається на все життя, не є постійним та незмінним. Воно потребує турботи протягом усього життя особистості. Тому з раннього дитинства необхідно загартовувати свій організм, займатися спортом, щоб організм звикав до посильних навантажень і ставав дедалі міцнішим й здоровішим.

Відповідаючи на питання анкети: «Яким видом фізичної активності Ви займаєтесь?» молодь найчастіше називала наступні: спортивні ігри, єдиноборства, плавання, атлетична гімнастика, фітнес, легка атлетика тощо. Прихильників і супротивників спорту серед здобувачів ВНУ майже однакова кількість (табл. 1).

Таблиця 1

Рівень залучення до спорту здобувачів на паралелі навчання, %

Курс	ВНУ	
	Кількість здобувачів, які займаються спортом	Кількість здобувачів, які не займаються спортом
I-ий курс	57,6	42,4
II-ий курс	42,2	57,8
III-ий курс	49,3	50,7
IV-ий курс	62,9	37,1
V-ий курс	51,2	48,8

Висновок. Таким чином, ми дійшли до висновку, що у Волинському національному університеті імені Лесі Українки майже половина респондентів (40,0 %) мають негативні звички, а інша половина, яка їх не має, активно займається різноманітними видами фізичної активності. Це ще раз підкреслює той факт, що де на першому місці є місце фізична активність, там нелегко закріпитися негативним звичкам.

Література:

1. Бишевец Н.Г., Бишевец Г.А. Вплив рухової активності на чинники, що обумовлюють стрес-асоційовані стани в здобувачів вищої освіти. *Наук. часопис Нац. пед. ун-ту імені М. П. Драгоманова*. 2023. № 2(160). С. 61–64. [https://doi.org/10.31392/NPUnc.series15.2023.02\(160\).13](https://doi.org/10.31392/NPUnc.series15.2023.02(160).13).
2. Бишевец Н., Гончарова Н., Сергієнко К., Гузак О. Особливості поведінки та реакції здобувачів вищої освіти фізичної культури і спорту під впливом кризових явищ. *Наук. часопис Нац. пед. ун-ту імені М. П. Драгоманова*. 2022. № 8(153). С. 21–25. [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2022.8\(153\).05](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2022.8(153).05).
3. Корольчук О.Л. Посттравматичний стресовий розлад як новий виклик сучасній Україні. *Інвестиції: практика та досвід*. 2016. №17. С. 104–111.
4. Матяш М.М., Худенко Л.І. Особливості посттравматичного стресового розладу в українських студентів. *Український медичний часопис*. 2014. № 6(104). С. 124–127.
5. Платинюк ОБ. Діагностика, корекція та профілактика неспсихотичних психічних розладів в учасників бойових дій, які одержали поранення: [дисертація]. Харків, 2022. 154 с.
6. Слухенська Р.В., Гауряк О.Д., Єрохова А.А., Литвинюк Н.Я. Вплив фізичної культури на подолання стресу у студентів вищих навчальних закладів. *Наук. часопис Нац. пед. ун-ту М. П. Драгоманова*. 2022. № 7(152). С. 108–110. [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2022.7\(152\).25](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2022.7(152).25).
7. Стуліка О.Б., Неделько П.Е. Особливості переживання страху та тривожності в юнацькому віці. *Молодий вчений*. 2022. № 11(111). С. 18–22. <https://doi.org/10.32839/2304-5809/2022-11-111-5>.
8. Andrieieva O., Blystiv T., Byshevets N., Moseychuk Y., Balatska L., Liasota T., Brazhanyuk A., Bohdanyuk A. Assessment of the impact of outdoor activities at leisure facilities on the physical activity of 15-year-old schoolchildren during the COVID-19 pandemic. *Journal of Physical Education and Sport*. 2022. № 22(8). P. 1839–1847. <https://doi.org/10.7752/jpes.2022.08231>.
9. Byshevets N., Iakovenko O., Stepanenko O., Serhiyenko K., Yukhno Y., Goncharova N., Blazhko N., Kolchyn M., Andriyenko H., Chyzhevskaya N., Blystiv T. Formation of the Knowledge and Skills to Apply Non-Parametric Methods of Data Analysis in Future Specialists of Physical Education and Sports. *Sport Mont*. 2021. № 19(S2). P. 171–175. <https://doi.org/10.26773/smj.210929>.
10. Kashuba V., Stepanenko O., Byshevets N., Kharchuk O., Savliuk S., Bukhovets B., Grygus I., Napierała M., Skaliy T., Hagner-Derengowska M., Zukow W. Formation of Human Movement and Sports Skills in Processing Sports-pedagogical and Biomedical Data in Masters of Sports. *International Journal of Human Movement and Sports Sciences*. 2021. № 8(5). P. 249–257. <https://doi.org/10.13189/saj.2020.080513>.
11. Kumar S., Bhukar J. Stress Level and Coping Strategies of College Students. *Journal of Physical Education and Sport Management*. 2013. № 4. P. 5–11.
12. Lunov V., Lytvynenko O., Zlatova L. The Impact of Russian Military Aggression on the Psychological Health of Ukrainian Youth. *American Behavioral Scientist*. 2023. № 67(3). P. 426–448. <https://doi.org/10.1177/00027642221144846>.
13. Pascoe M.C., Hetrick S.E., Parker A.G. The impact of stress on students in secondary school and higher education. *International Journal of Adolescence and Youth*. 2020. № 25(1). P. 104–112. <https://doi.org/10.1080/02673843.2019.1596823>.

References:

1. Byshevets, N.G., & Byshevets, G.A. (2023). Vplyv rukhovoi aktyvnosti na chynnyky, shcho obumovliuiut stres-asotsiiiovani stany v zdobuvachiv vyshchoi osvity [The influence of motor activity on factors causing stress-related conditions in students of higher education]. *Science magazine Nat. ped. M. P. Drahomanov University*. [https://doi.org/10.31392/NPUnc.series15.2023.02\(160\).13](https://doi.org/10.31392/NPUnc.series15.2023.02(160).13). [in Ukrainian].
2. Byshevets, N., Goncharova, N., Sergienko, K., & Guzak, O. (2022). Osoblyvosti povedinky ta reaktsii zdobuvachiv vyshchoi osvity fizychnoi kultury i sportu pid vplyvom kryzovykh yavyshech [Peculiarities of behavior and reactions of students of higher education in physical culture and sports under the influence of crisis phenomena]. *Naukovyi chasopys Natsionalnoho pedahohichnoho*

universytetu imeni M.P. Drahomanova. Seriiia 15 “Naukovo-pedahohichni problemy fizychnoi kultury (fizychna kultura i sport)”. Science magazine Nat. ped. M. P. Drahomanov University. [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2022.8\(153\).05](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2022.8(153).05). [in Ukrainian].

3. Korolchuk, O.L. (2016). Posttravmatychnyi stresovyi rozlad yak novyi vyklyk suchasnoi Ukraini [Post-traumatic stress disorder as a new challenge for modern Ukraine]. *Investments: practice and experience* [in Ukrainian].

4. Matyash, M.M., & Khudenko, L.I. (2014). Osoblyvosti posttravmatychnoho stresovoho rozladu v ukrainskykh studentiv [Features of post-traumatic stress disorder in Ukrainian students]. *Ukrainian medical journal* [in Ukrainian].

5. Platynyuk, O.B. (2022). Diahnastyka, korektsiia ta profilaktyka nepsykhotychnykh psykhichnykh rozladiv v uchasnykiv boiovykh dii, yaki oderzhaly poranennia [Diagnosis, correction and prevention of non-psychotic mental disorders in combatants who were wounded]. *Extended abstract of candidate's thesis*. Kharkiv [in Ukrainian].

6. Sluhenska, R.V., Hauryak, O.D., Yerokhova, A.A., & Litvinyuk, N.A. (2022). Vplyv fizychnoi kultury na podolannia stresu u studentiv vyshchykh navchalnykh zakladiv [The influence of physical culture on overcoming stress in students of higher educational institutions]. Naukovyi chasopys Natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni M.P. Drahomanova. Seriiia 15 “Naukovo-pedahohichni problemy fizychnoi kultury (fizychna kultura i sport)”. Science magazine Nat. ped. M. P. Drahomanov University. [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2022.7\(152\).25](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2022.7(152).25) [in Ukrainian].

7. Stulika, O.B., & Nedelko, P.E. (2022). Osoblyvosti perezhyvannia strakhu ta tryvozhnosti v yunatskomu vitsi [Peculiarities of experiencing fear and anxiety in youth]. *A young scientist*. <https://doi.org/10.32839/2304-5809/2022-11-111-5> [in Ukrainian].

8. Andrieieva, O. et al. (2022). Assessment of the impact of outdoor activities at leisure facilities on the physical activity of 15-year-old schoolchildren during the COVID-19 pandemic. *Journal of Physical Education and Sport*. 22(8), 1839–1847. <https://doi.org/10.7752/jpes.2022.08231> [in English].

9. Byshevets, N. et al. (2021). Formation of the Knowledge and Skills to Apply Non-Parametric Methods of Data Analysis in Future Specialists of Physical Education and Sports. *Sport Mont*. 19(S2), 171–175. <https://doi.org/DOI:10.26773/smj.210929> [in English].

10. Kashuba, V. et al. (2021). Formation of Human Movement and Sports Skills in Processing Sports-pedagogical and Biomedical Data in Masters of Sports. *International Journal of Human Movement and Sports Sciences*. 8(5), 249–257. <https://doi.org/10.13189/saj.2020.080513> [in English].

11. Kumar, S., & Bhukar, J. (2013). Stress Level and Coping Strategies of College Students. *Journal of Physical Education and Sport Management*. 4, 5–11. [in English].

12. Lunov, V., Lytvynenko, O., & Zlatova, L. (2023). The Impact of Russian Military Aggression on the Psychological Health of Ukrainian Youth. *American Behavioral Scientist*. 67(3), 426–448. <https://doi.org/10.1177/00027642221144846> [in English].

13. Pascoe, M.C., Hetrick, S.E., & Parker, A.G. (2020). The impact of stress on students in secondary school and higher education. *International Journal of Adolescence and Youth*. 25(1), 104–112. <https://doi.org/10.1080/02673843.2019.1596823> [in English].

Mazurchuk Oleg, Malimon Oleksandr, Kasarda Olga, Zahoja Nataliya

THE SIGNIFICANCE OF NEGATIVE HABITS AND PHYSICAL ACTIVITY IN THE LIFE OF A HIGHER EDUCATION ACQUIRENT

The urgency of the problem. Today, among important tasks in Ukraine, the problem of careful attitude to one's health, as the highest social value, is becoming more active. Promoting the prevention of the most widespread negative habits involves the introduction of separate approaches and ways of stimulating a healthy lifestyle for students of higher education. Strengthening and preserving health is a priority direction of the main legislative acts and normative legal documents on physical culture.

The number of people in the state who use narcotics and other psychoactive substances is increasing. This is due to the catastrophic state of health of young people, deterioration of physical development indicators.

Increasing the role of physical culture and sports in the formation of a healthy lifestyle is indicated in many regulatory and legislative documents. A healthy lifestyle is closely intertwined with physical education, as stated in the national doctrine of education development. The implementation of this doctrine will provide an opportunity to improve the quality of life of the population of Ukraine by improving the health of the nation, educating the youth and forming a healthy lifestyle. In this regard, determining the place of negative habits and physical activity in the life of higher education students is an urgent problem.

The purpose and task of the research is to determine the place of negative habits and physical activity in the lives of students of higher education.

Research methods. To achieve the goal of the research, we used the following methods and techniques of scientific research: general scientific methods of theoretical knowledge, pedagogical observations, questionnaires, methods of mathematical statistics.

Research results. Analyzing the answer options, to the questionnaire question: "Do you have negative habits?", in general, the respondents answered as follows: 39.2% – yes, they have negative habits; 49.7% – no, they don't and 11.1% hesitated to answer. To answer the question: "How often do you drink alcohol?" several options were offered: once a week or more often; 2-3 times a month; several times a year; never. One option had to be chosen among them. The largest percentage of students of Volyn University in the 1st, 4th and 5th years chose the answer option – several times a year (1st year: boys – 33.9%, girls – 41.1%; 4th year: boys – 35.7%, girls – 42.8%; 5th year: boys – 46.4%, girls – 53.5%). Among 2nd-year young men, 25.0% fell on options – several times a year and never. 59.0% of girls from this stream indicate the option – 2-3 times a week. Among young men in the 3rd year of study, 31.8% choose the same answer option. And their fellow girls point to the graph several times a year (45.8%). On all courses there is a small number of young people who never drink alcohol. Answering the questionnaire question: "Do you use drugs?" and "Do you use toxic substances?" 3.5% of 1st-year young men use drugs sporadically, and 1.7% use toxic drugs sporadically.

Key words: *negative habits, physical activity, acquirer, smoking, alcohol, drugs.*