

Список використаних джерел

1. Дудорова Л. Ю. Фізична підготовленість майбутніх вчителів як показник способу життя і рівня здоров'я. Зб. наукових праць «Наука і сучасність» Національного педагогічного університету ім. М. П. Драгоманова, 2019. Том 47. С. 64-71.
2. Дутчак М.В., Благій О.Л. Теоретичні аспекти впливу способу життя на здоров'я молоді. Режим доступу : http://www.nbu.gov.ua/portal/Soc_Gum/Vchdpu/2011_91_1/Dutchak.pdf.
3. Круцевич Т. Ю. Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків та молоді : навч. посіб. / Т. Ю. Круцевич, М. І. Воробйов, Г. В. Безверхня. К. : Олімп. л-ра, 2011. 224 с.
4. Al-Hariri M.T. Utilization of internet by health colleges students at the niversity of Dammam. Journal of Taibah University Medical Sciences, 2020. Vol. 10. № 1. P. 66-73.
5. Pampel FC. Cigarette diffusion and sex differences in smoking. Journal of Health and Social Behavior, 2019. 42. P. 388-404.

УДК 378.147.091

ШЛЯХИ АКТИВІЗАЦІЇ МОТИВАЦІЇ ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ ДО ФІЗКУЛЬТУРНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

Л.Ю. Дудорова, доктор педагогічних наук, професор

Р. В. Прищепа, студент

Київський національний університет технологій та дизайну

Ключові слова: мотивація, фізкультурна діяльність, здобувачі освіти.

Система фізичного виховання безпосередньо пов'язана з освітою, охороною здоров'я, культурою матеріального виробництва, обороноздатністю суспільства, всіма галузями народного господарства, духовним розвитком суспільства. Відображаючи соціальний, економічний, духовний стан держави, фізичне виховання виступає як якісно особливий, історично обумовлений тип соціальної практики, що включає ідеологічні, науково-методичні, програмово-нормативні, телеологічні та організаційні елементи, що покликані задовольнити потребу суспільства у фізичному вихованні громадян [1].

З метою підвищення рівня мотивації до занять фізичними вправами, вдосконаленню шляхів прилучення студентської молоді до фізичного виховання та здорового способу життя необхідно підвищувати зацікавленість студентів і наочно демонструвати, що здоров'я – найвища цінність, яка дана нам природою, і повинно підтримуватися постійно [3].

Ми маємо знати на якому рівні у студентів є усвідомлена інформація, яка стає мотивованим спонуканням до занять фізичною культурою і спортом, формуванням здорового способу життя, розвитку фізичних якостей, підвищення працездатності, покращення психоемоційного стану, що в подальшому створює

основу для ефективної навчальної діяльності і самореалізації у майбутній професії [2].

Фізична культура як сфера прояву людської активності розглядалась з загальних позицій за такими напрямками:

- фізіологічні механізми рухової активності, впливу фізичних навантажень на організм - Г.Л. Апанесенко, І.О. Аршавський, Ф.Б. Березін;
- фізіологічні основи диференціації осіб за рівнем фізичного розвитку – Х.А. Віткін, Р.В. Дік, сутність рухової активності людини – В.К. Бальсевич, В.А. Запорожанов;
- психолого-педагогічні засади професійного спорту, мотиваційні основи спортивної діяльності – С.М. Бубка, В.М. Платонов, О.М. Плющ;
- фізична культура як чинник розвитку особистості – Л.В. Волков, Ж.О. Суптіль, Н.П. Шаповалова, Б.О. Тер-Ованесян;
- формування ціннісного ставлення до фізкультурної діяльності – О.І. Смакула.

Метою дослідження було визначення найбільш значимих мотивів до занять фізичною культурою і спортом у здобувачів освіти.

Об'єктом дослідження були студенти 1-2 курсу Київського національного університету технологій та дизайну.

Методи дослідження:

- аналіз та узагальнення спеціалізованої літератури;
- анкетування студентів;
- педагогічне спостереження;
- опитування;
- бесіди;
- аналіз навально-методичної документації.

Результати дослідження. Для виявлення найбільш значимих мотивів занять фізичною культурою і спортом у студентів було проведено опитування та анкетування. Студентам був наданий перелік мотивів, які вони мали розмістити у порядку найбільш значущих від 1 до 8: отримання заліку з фізичного виховання; навчитись якомусь виду спорту; зняття психоемоційного навантаження; розвиток фізичних якостей (сила, швидкість, витривалість, гнучкість, координаційні здібності); придбати нових товаришів; розширити знання об фізичній культурі людини; навчитись використовувати цінності фізичної культури у повсякденному житті; придбати знання про цінності фізичної культури.

За результатами досліджень нами було з'ясовано, що найбільш значимим мотивом заняття фізичною культурою і спортом студенти назвали:

- зміцнення здоров'я (46 %)
- розвиток та удосконалення фізичних якостей (25 %)
- здобуття певних спортивних результатів (10 %)
- отримання заліку з дисципліни (10 %)
- зняття психоемоційного навантаження (5 %)
- спілкування з товаришами (4 %)
- інші мотиви (1 %).

В процесі дослідження ми з'ясували, що у багатьох студентів 2 курсу свідоме відношення до занять фізичною культурою і спортом збільшується приблизно на 25 %, ніж у студентів 1 курсу. При цьому важливу роль відіграють

вплив товаришів, викладачів, участь у різних змаганнях за факультет та університет.

Висновки. З аналізу проведеного дослідження ми бачимо, що мотиви до занять фізичною культурою і спортом у студентів різні, що вимагає від викладача, з одного боку, диференційованого підходу до вибору фізичних вправ, а з іншого – корекції студентських пріоритетів у ставленні до занять.

Список використаних джерел

1. Кебкало Т.Г., Палієнко О.А., Годук Н.І. Дослідження ціннісно-мотиваційних установок студентів вищого педагогічного навчального закладу. Проблеми освіти: наук.-метод. Збірник. К.: Інститут інноваційних технологій і змісту освіти, 2016. Вип. 48. С. 53-57.
2. Смакула О.І. Формування ціннісного ставлення майбутніх учителів до фізичної культури : дис... канд. пед. наук: 13.00.04. Інститут проблем виховання АПН України. К., 2004. 194 с.
3. Сичов С. Формування у школярів і студентів потреби фізичного вдосконалення. Фізичне виховання у школі. 2001. № 4. С. 22-26.

УДК 378.147.091

ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА ЯК ОДИН ІЗ ЗАСОБІВ ВИХОВАННЯ СУЧАСНОЇ МОЛОДІ

Л.Ю. Дудорова, доктор педагогічних наук, професор

В.В. Хромочкін, студент

Київський національний університет технологій та дизайну

Ключові слова: фізична культура, виховання, сучасна молодь.

В умовах формування української державності серед різноманітних проблем, що пов'язані з національною системою фізичної культури і спорту, актуальною залишається проблема підвищення духовного потенціалу нації, особливо молоді [4].

Фізичну культуру і спорт ми розглядаємо як важливий елемент сучасної культури. Вона містить величезні можливості для позитивної дії на здоров'я, фізичну досконалість, але в той самий час і на духовний світ, на етичні і естетичні засади особистості, на її світогляд, емоції, моральні принципи, естетичні смаки, а також на гармонійні взаємини між людьми в суспільстві.

Разом з тим, на людину можна впливати засобами фізичного виховання і спорту керуючись канонами зла, прямого або непрямого насильства над собою, нехтуючи її здоров'ям і гідністю заради досягнення чужих йому цілей. Тому фізичному вихованню необхідна світоглядна основа, яка визначала б людські орієнтації, оцінки їх цілей, змісту, процесу та результатів, що досягаються.

Як показує аналіз наукової літератури [1; 3], такою методологічною світоглядною основою людського вимірювання фізичного виховання і спорту є гуманізм, тобто зведення добродійної поведінки людини по відношенню до інших людей, суспільства і природи.