

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ДНІПРОПЕТРОВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ІМЕНІ ОЛЕСЯ ГОНЧАРА**

**Кафедра фізичного виховання та спорту**

**АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ  
СТУДЕНТІВ В УМОВАХ КРЕДИТНО-МОДУЛЬНОЇ  
СИСТЕМИ НАВЧАННЯ**

**МАТЕРІАЛИ ВСЕУКРАЇНСЬКОЇ  
НАУКОВО-ПРАКТИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ**

**Дніпропетровськ**

**20-21 квітня 2010 року**

УДК 796.011

А 43

*Друкується за планом Міністерства освіти і науки України*

**Відповідальний редактор:**

Саричев В.І., кандидат історичних наук, доцент, завідувач кафедри фізичного виховання та спорту ДНУ ім.О.Гончара

**Редакційна колегія:**

Абрамов В.В., доктор медичних наук, професор

Андрюшина Л.Л., доктор педагогічних наук, професор

Бугуйчук В.В., кандидат юридичних наук, професор

Бачинська Н.В., кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент (відповідальний секретар)

Кузнєцов В.Д., кандидат біологічних наук, доцент

Жеребцов Ю.Ф., старший викладач

Актуальні проблеми фізичного виховання студентів в умовах кредитно-модульної системи навчання: Матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції . – Дніпропетровськ, 2010. – 392с.

Збірник містить матеріали, що розкривають шляхи вирішення актуальних проблем фізичного виховання студентів в умовах кредитно-модульної системи навчання

Сборник содержит материалы, раскрывающие пути решения актуальных проблем физического воспитания студентов, в частности, в условиях кредитно-модульной системы обучения

УДК 796.011

© Тексти авторів

© Дніпропетровський національний університет імені Олеся Гончара, 2010

**Кузнєцова Аліса, Андріанова Олена.** Професійно-прикладна фізична підготовка.....79

**Сопин Олег, Сумцов Константин.** Влияние занятий борьбой самбо на развитие морально-волевых качеств курсантов.....82

## **V. Мотивація навчальної та фізкультурно-оздоровчої діяльності**

**Бельмега Світлана, Презлята Ганна.** Мотиваційно-орієнтаційна спрямованість студентів на професійно-творчу діяльність.....86

**Бойко Оксана, Вовк Володимир.** Основна мотивація студентів до гармонічного фізичного розвитку.....88

**Городинський Сергій.** Шляхи підвищення мотивації фізкультурно-оздоровчої діяльності.....89

**Додонова Олена.** Ситуативний аналіз – як метод соціологічного дослідження мотивації студентів до занять фізичною культурою.....91

**Ігнатова Тетяна.** Мотивація навчальної та фізкультурно-оздоровчої діяльності серед студентської молоді на заняттях з ритмічної гімнастики...94

**Кобзар Анатолій.** Шляхи формування мотивації студентів до систематичних занять з фізичного виховання.....96

**Лопатюк Олена, Промоскаль Людмила.** Вивчення мотивації студентів до фізичного самовдосконалення.....98

**Матвієнко Михайло.** Деякі аспекти дослідження мотивацій до процесу формування умінь та навичок самостійних занять фізичними вправами у студентів педагогічних спеціальностей.....100

**Матвієнко Михайло.** З'ясування ролі мотивів до самостійних занять фізичними вправами в системі мотивацій студентів до фізкультурної діяльності.....103

## **VI. Фізичне виховання та здоров'я**

**Бачинська Наталія, Глоба Тетяна, Головійчук Ірина.** Засоби адаптивного фізичного виховання студентів-інвалідів: проблеми та перспективи.....106

**Бачинська Наталія, Лопуга Ганна.** Дослідження психофізіологічного стану та функціональних показників студенток в динаміці оваріально-менструального циклу.....110

## ВИВЧЕННЯ МОТИВАЦІЇ СТУДЕНТІВ ДО ФІЗИЧНОГО САМОВДОСКОНАЛЕННЯ

Олена Лопатюк, Людмила Промоскаль

Державна льотна академія України

**Постановка проблеми.** Перспективи гуманізації суспільства можна визначити за допомогою законодавчих документів, які приймаються державою, щодо фізичного виховання населення. Пріоритети особистості в суспільстві декларуються не тільки її правами, але й конкретними державними реформами, спрямованими на задоволення потреб та інтересів людини. Індикатором прогресивних гуманістичних зрушень вважають цільову комплексну програму "Фізичне виховання-здоров'я нації", яка підписана Президентом України. На відміну від попередніх програм, головною метою реформ системи фізичного виховання має бути покращення здоров'я людини з урахуванням її потреб, мотивів діяльності, інтересів.

Для реалізації державних заходів необхідно визначити фактори, які впливають на формування цих мотивів, причини, які заважають їх реалізувати, та стимули, які сприяють підвищенню мотивації до занять фізичною культурою [1-3].

**Отримані результати дослідження.** За останні роки обсяг навчального навантаження студентів університетів настільки зріс, що загрожує через малорухомість, обмеження м'язових зусиль, що є причиною захворювань різних систем організму. За період навчання в університеті кількість хворих студентів зростає у 2-3 рази, а кількість студентів, які мають порушення постави, досягає 80-90% від загальної кількості студентів. Протидією цим негативним наслідкам обмеження рухового режиму молоді є фізична культура і спорт, які є важливими чинниками збереження і зміцнення здоров'я, всебічного розвитку, покращення працездатності та зниження втомлюваності, підвищення опору організму різним захворюванням за період навчання у навчальних закладах.

Специфіка фізичного виховання полягає в тому, що усвідомлена інформація стає мотивованим спонуканням до виконання фізичних вправ, використання природних факторів і формування такого способу життя, який сприяв би досягненню як особистих, так і суспільних цілей. Критерієм ефективності цього процесу має бути рівень здоров'я молоді, рівень фізичної працездатності і соціальної дієздатності.

Програма фізичного виховання в навчальному закладі передбачає форми організації занять, які можуть певною мірою компенсувати дефіцит рухової активності студентів, що виникає в умовах насиченого загальноосвітнього процесу. Однак в реальних умовах функціонує тільки одна форма - урок фізкультури, що проводиться двічі на тиждень. Доповненням є самостійні заняття фізичними вправами, які здійснюються стихійно у вигляді рухових і спортивних ігор. Організованими формами занять в ДЮСШ та фізкультурно-оздоровчих центрах за даними дослідників охоплено близько 35% студентів.

Покращення фізичного стану студентів, а отже і їхнього здоров'я, можливе лише при систематичних цілеспрямованих заняттях фізичними вправами, які мають тренуючий режим і носять розвивальний характер. Такими формами у навчальному закладі є уроки фізкультури, секційні заняття і самостійні домашні завдання. За даними опитування студентів домашні завдання з фізкультури виконують близько 7%. Результати досліджень показали, що виконання домашніх завдань може стати дієвою формою, яка сприятиме розвитку фізичної підготовленості тільки за умов зацікавленості студентів.

Дослідження свідчать, що потреби, мотиви та інтереси в галузі фізичного виховання мають свої вікові особливості і пов'язані з психологічним розвитком, соціальним формуванням особистості, темпераментом, соціально-економічними умовами життя конкретної сім'ї.

Виявлені вікові закономірності формування мотивів та інтересів студентів у галузі фізичної культури і спорту, зовнішні і внутрішні фактори, що впливають на мотивацію до занять фізичними вправами для удосконалення свого організму, дозволили розробити рекомендації для викладачів фізичної культури щодо організації і методики проведення фізкультурно-масової роботи з фізичного виховання у навчальному закладі, щодо корекції програми з фізичної культури і диференційованого підходу до студентів з типологічними особливостями вищої нервової діяльності.

Проведені дослідження не вичерпують проблему вивчення мотивації студентів до фізичного самовдосконалення, а ставлять ряд запитань, які торкаються формування пріоритетів культури фізичного здоров'я і мотивації його покращення, збереження, починаючи з дитячого віку і закінчуючи старшими віковими групами населення.

### **Висновки та перспективи подальших розробок у даному напрямку.**

Виявлена вікова структура мотивів й інтересів студентів у галузі фізичного виховання і спорту, а також фактори і мотиви, які сприяють формуванню мотивації підлітків до фізичного самовдосконалення, та розроблені рекомендації дозволяють внести зміни до програми з фізичного виховання у навчальному закладі; методики організації урочних та позаурочних форм занять, систему диференційованого підходу до студентів з

різними типологічними особливостями ВНД, змісту спортивних телевізійних програм для молоді, публікацій у пресі, що позитивно вплине на формування здорового способу життя студентів і виховання культури фізичного здоров'я [2, 4, 5].

Методичні рекомендації можна використовувати для удосконалення відповідних навчальних дисциплін, підготовки викладачів фізичної культури і дитячих спортивних тренерів у вищих навчальних закладах.

### **Список використаних джерел:**

1. Андреева Е.В. Мотивационные факторы учебной деятельности школьников // Фізичне вих., спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві: 36. Наук. пр. – Луцьк, 1999. – С.771-774.

2. Антікова В.А., Єфімов А.О. Виховання у студентів інтересу до занять з фізичної культури // Роль ФК у здоровому способі життя: Матер. І наук.-практ. конф. -Львів. 1992. -С. 171-172.

3. Апанасенко Г.Л. Проблемы управления здоровьем человека // Наука в олимп. спорте. Спец, выпуск, 1999. - С.56-60.

4. Балбенко СЮ. Виховання в учнів інтересу до занять фізичною культурою // Фізичне виховання дітей і молоді. - К.: Здоров'я, 1982.-Вип. 9.- С. 7-9.

5. Головова Р.Г., Зинберг И.Ф. Пропаганда физической культуры и здорового образа жизни средствами массовой информации // Всесоюзн. научно-практическая конференция. „Физическая культура и здоровый образ жизни. Соц.-экономические и организационно-управленческие проблемы физической культуры и спорта". - М. -1990. - 38 с.

## **ДЕЯКІ АСПЕКТИ ДОСЛІДЖЕННЯ МОТИВАЦІЙ ДО ПРОЦЕСУ ФОРМУВАННЯ УМІНЬ ТА НАВИЧОК САМОСТІЙНИХ ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНИМИ ВПРАВАМИ У СТУДЕНТІВ ПЕДАГОГІЧНИХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ**

**Михайло Матвієнко**

Національний педагогічний університет імені М.П.Драгоманова

**Постановка проблеми.** Аналіз літературних джерел свідчить про те, що питанням конкретизації змісту фізкультурно-спортивної, фізкультурно-оздоровчої діяльності через дослідження мотиваційної сфери в аспектах вивчення мотивів, інтересів, ціннісних орієнтацій студентів автори приділяють значну увагу.

Психологічні основи формування потреб особистості розкриваються в працях Б.Г.Ананьєва, І.Д.Бежа, Л.І.Божович, Л.С.Виготського, О.Г.Ковальова,