

# Стан освітнього процесу в умовах викликів сьогодення

**IHR** INTERNATIONAL  
HUMANITARIAN  
RESEARCH CENTER

12 лютого 2021 р.  
м. Дніпро, Україна

## МІЖНАРОДНА НАУКОВО-ПРАКТИЧНА КОНФЕРЕНЦІЯ





Міжнародна  
науково-практична  
конференція

**Стан освітнього  
процесу в умовах  
викликів сьогодення**

Матеріали

12 лютого 2021 р.

м. Дніпро

*Стан освітнього процесу в умовах викликів сьогодення* : матеріали Міжнародної науково-практичної конференції (Дніпро, 12 лютого 2021 р). Дніпро : Міжнародний гуманітарний дослідницький центр, 2021. 170 с.

У збірнику представлені тези доповідей, оприлюднені на Міжнародній науково-практичній конференції “Стан освітнього процесу в умовах викликів сьогодення”, яка була проведена Міжнародним гуманітарним дослідницьким центром 12 лютого 2021 р.

Збірник розрахований на вчених, викладачів, докторантів, аспірантів, здобувачів вищої освіти, представників державних органів влади та місцевого самоврядування, представників підприємницьких структур і широкий читацький загал.

Робочі мови конференції: українська та російська.

*Видається в авторській редакції*

Матеріали збірника подаються в авторській редакції та друкуються мовою оригіналу. Автори опублікованих матеріалів несуть повну відповідальність за достовірність наведених фактів, власних імен, географічних назв, цитат, економіко-статистичних даних, галузевої термінології, інших відомостей.



Відповідно до Закону України “Про авторське право і суміжні права”, при використанні наукових ідей та матеріалів цього збірника, посилання на авторів і видання є обов’язковим.

**Research  
Europe.org**

**IHC** INTERNATIONAL  
HUMANITARIAN  
RESEARCH CENTER

© Колектив авторів, 2021  
© Міжнародний гуманітарний  
дослідницький центр, 2021  
© Research Europe, 2021

## **СЕКЦІЯ 9. ПІСЛЯДИПЛОМНА ОСВІТА**

### **Євтушенко Н. В.**

Вибір змісту і форми підвищення кваліфікації вчителів математики у післядипломній освіті.....146

### **Пометун О. І.**

М’які навички вчителя для міцної школи.....148

## **СЕКЦІЯ 10. ОСВІТА ДОРΟΣЛИХ**

### **Піддячий В. М.**

Обґрунтування поняттєво-термінологічного апарату дослідження проблеми розвитку андрагогічної компетентності педагогічного персоналу.....151

## **СЕКЦІЯ 11. ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА І СПОРТ**

### **Гнидюк О. П.**

Ключові поняття проблеми неперервної фізичної підготовки офіцерів-прикордонників.....154

### **Кондрацька Г., Козак Н.**

Стан освітнього процесу на уроці фізичної культури. Перспективи та виклики..157

### **Лопатюк О. В.**

Мотивація до самостійних занять фізичними вправами.....160

### **Петренко Г. В., Заремба Я. О.**

Розвиток координаційних здібностей тенісистів на етапі початкової підготовки в ДЮСШ.....162

### **Чепелюк А. В., Дуб В. Л.**

Застосування інноваційних засобів рухової активності на етапі осінньо-зимової підготовки велосипедистів.....164

## **СЕКЦІЯ 12. КУЛЬТУРА І МИСТЕЦТВО**

### **Ульянова Л.**

“Селфі” як засіб комунікації.....167

### **Калинина М. В.**

Развитие взаимосвязи между культурой и образованием, их влияние друг на друга во времена глобализации.....168

**Лопатюк О. В.,**  
канд. пед. наук,  
доцент кафедри фізичної  
і психофізіологічної підготовки,  
Льотна академія Національного авіаційного  
університету, м. Кропивницький

УДК 378.14



Лопатюк О. В. Мотивація до самостійних занять фізичними вправами. *Стан освітнього процесу в умовах викликів сьогодення* : матеріали Міжнародної науково-практичної конференції (Дніпро, 12 лютого 2021 р). Дніпро : Міжнародний гуманітарний дослідницький центр, 2021. С. 160 – 161.

## **МОТИВАЦІЯ ДО САМОСТІЙНИХ ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНИМИ ВПРАВАМИ**

Залучення студентської молоді льотної академії до фізичної підготовки – важлива складова у формуванні здорового способу життя. Поряд із широким розвитком і подальшим вдосконаленням організованих форм занять фізичною підготовкою, вирішальне значення мають самостійні заняття фізичними вправами. Сучасні складні умови життя диктують більш високі вимоги до біологічних і соціальних можливостей людини. Всебічний розвиток фізичних здібностей студентської молоді за допомогою організованої рухової активності допомагає зосередити всі внутрішні ресурси організму на досягненні поставленої мети, підвищує працездатність, зміцнює здоров'я.

Існують такі основні групи мотивів до занять фізичними вправами:

1. Оздоровчі мотиви. Найбільш сильною мотивацією студентів до занять фізичними вправами є можливість зміцнення свого здоров'я та профілактика захворювань. Сприятливий вплив фізичних вправ на організм відомий дуже давно і не викликає сумнівів і в даний час його можна розглядати за двома взаємозалежними напрямками: формування здорового способу життя та зменшення ймовірності захворювань, в тому числі і професійних; лікувальна дія фізичних вправ при багатьох видах хвороб.

2. Рухово-діяльнісні мотиви. Безперервне виконання розумової діяльності призводить до зниження відсотка сприйняття інформації, до професійних помилок. Виконання спеціальних фізичних вправ для м'язів всього тіла і зорового апарату значніше підвищує ефективність релаксації, ніж пасивний відпочинок, і приносить задоволення від самого процесу занять фізичними вправами.

3. Змагально-конкурентні мотиви. Вся історія людства, процес еволюції будувалися на дусі суперництва, на змагальному дусі взаємин. Прагнення досягти певного спортивного рівня, перемогти в змаганнях суперника – є значущою мотивацією до активних занять фізичними вправами.

4. Естетичні мотиви. Мотивація студентів до занять фізичними вправами полягає в поліпшенні зовнішнього вигляду та справленні враження на оточуючих (вдосконалення статури, підкреслення “виграшних” особливостей фігури, збільшення пластичності рухів).

5. Комунікативні мотиви. Заняття фізичними вправами в клубах за інтересами (оздоровчий біг, туризм, велоспорт, спортивні ігри тощо) сприяють поліпшенню комунікації між соціальними і статевими групами.

6. Пізнавально-розвиваючі мотиви. Дана мотивація тісно пов’язана з прагненням людини пізнати свій організм, свої можливості, а потім і поліпшити їх за допомогою засобів фізичної підготовки і полягає в бажанні максимально використовувати фізичні можливості свого організму, поліпшувати свій фізичний стан і підвищувати фізичну підготовленість.

7. Творчі мотиви. Через пізнання величезних ресурсів власного організму при заняттях фізичними вправами особистість починає шукати нові можливості в своєму духовному розвитку.

8. Професійно-орієнтовані мотиви. Професійно-прикладна фізична підготовка студентів сприяє розвитку психофізичної готовності студента до майбутньої професії.

9. Адміністративні мотиви. Заняття фізичною підготовкою є обов’язковими в закладах вищої освіти. Для отримання контрольних результатів введена система заліків по предмету “Спеціальна фізична та психофізіологічна підготовка”. Своєчасна здача заліку з даної дисципліни, уникнення конфлікту з викладачем і адміністрацією навчального закладу спонукають студентів займатися фізичними вправами.

10. Психолого-значущі мотиви. Певні види фізичних вправ є незамінним засобом нейтралізації негативних емоцій у людини і набуття впевненості в собі; зняття емоційної напруги; попередження розвитку стресових станів; відволікання від неприємних думок; зняття розумової напруги; відновлення психічної працездатності.

11. Виховні мотиви. Заняття фізичною підготовкою розвивають в особистості навички самопідготовки і самоконтролю. Систематичні заняття фізичними вправами сприяють розвитку морально-вольових якостей.

12. Культурологічні мотиви. Дана мотивація набувається у підростаючого покоління з впливом, що надається засобами масової інформації, суспільством, соціальними інститутами, у формуванні в особистості потреби в заняттях фізичними вправами.

Ланцюг дій забезпечення мотивації до самостійних занять фізичними вправами виглядає так: мотивація – інтерес – знання – регулярні заняття – ефективність.

### **Список використаних джерел**

1. Іваненко В. П., Безкопильний О. П. Теорія і методика фізичного виховання : навч. посіб. Черкаси, 2005. 263 с.

2. Швець О. П. Курс лекцій та матеріал для самостійної роботи студентів вищих навчальних закладів з дисципліни фізичне виховання : навч. посіб. Вінниця, 2016. 251 с.