

ХМЕЛЬНИЦЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
Факультет здоров'я, психології, фізичної культури та спорту
Кафедра теорії і методики фізичного виховання і спорту

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА
Другого магістерського рівня

**ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ МОТИВАЦІЇ ДО ЗАНЯТЬ
ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ**

Галузь знань 01 Освіта/Педагогіка
Спеціальність 017 «Фізична культура і спорт»
Освітня програма «Фізична культура і спорт»
Шифр _____

Виконав: студент групи ФКСм – 22-1 _____ С.П. Шаманський
Керівник: доктор пед. наук, проф. _____ Є.О. Павлюк
Нормоконтролер _____

До захисту допускаю:

Завідувач кафедри теорії і методики

фізичного виховання і спорту _____ О.О. Солтик

Дата _____

АНОТАЦІЯ

Шаманський Сергій Петрович «Особливості формування мотивації до занять фізичного виховання студентів закладів вищої освіти»

– Кваліфікаційна робота магістра зі спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» за освітньо-професійною програмою «Фізична культура і спорт». Хмельницький національний університет. – Хмельницький, 2023.

Кваліфікаційна робота магістра складається з трьох розділів.

Об'єкт дослідження – мотивація здобувачів освіти до занять фізичним вихованням у закладах вищої освіти.

Предмет дослідження – методи розвитку мотивації студентів до занять фізичним вихованням, що засновані на виявленні, аналізі та оцінці факторів, які впливають на мотиваційну активність.

Мета дослідження – вивчення мотивації та підвищення мотиваційної активності студентів до занять фізичною культурою.

Для вирішення поставлених завдань застосовано діалектичні методи наукового пізнання та спеціальні наукові методи: у розділі 1 застосовано методи вивчення педагогічного досвіду та теоретичного дослідження, контент-аналізу та узагальнення; у розділі 2 – методи емпіричних досліджень, математичні та статистичні методи, порівняльного аналізу, спостереження, бесіда, інтерв'ю, анкетування, методи соціологічних досліджень – з метою виявлення факторів, що впливають на рівень мотиваційної активності студентів та визначення рівня їх мотивації до занять фізичною культурою; у розділі 3 – узагальнення, експеримент.

Перспективи використання розробки є удосконалення процесу фізичного виховання у закладах вищої освіти.

Ключові слова: фізична культура, спорт, література, аналіз, напрямки, мотивація, здоров'я та фізична підготовленість.

SUMMARY

Serhii Petrovych Shamansky "Peculiarities of the formation of motivation for physical education classes of students of higher education institutions"

– Master's qualification work on specialty 017 "Physical culture and sport" under the educational and professional program "Physical culture and sport". Khmelnytskyi National University. – Khmelnytskyi, 2023.

The master's qualification work consists of three sections.

The object of the study is the motivation of education seekers to engage in physical education in institutions of higher education.

The subject of the research is the methods of developing students' motivation to engage in physical education, which are based on the identification, analysis and evaluation of factors that influence motivational activity.

The purpose of the research is to study motivation and increase the motivational activity of students for physical education.

Dialectical methods of scientific knowledge and special scientific methods are used to solve the tasks: in section 1, methods of studying pedagogical experience and theoretical research, content analysis and generalization are used; in chapter 2 - methods of empirical research, mathematical and statistical methods, comparative analysis, observation, conversation, interview, questionnaire, methods of sociological research - with the aim of identifying factors affecting the level of motivational activity of students and determining the level of their motivation for physical education culture; in chapter 3 - generalization, experiment.

Prospects for the use of the development are the improvement of the process of physical education in institutions of higher education.

Keywords: physical culture, sport, literature, analysis, trends, motivation, health and physical fitness.

ВСТУП.....	5
РОЗДІЛ I. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ РОЗВИТКУ МОТИВАЦІЇ СТУДЕНТІВ ДО ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ	8
1.1. Сутність мотиваційної активності особистості.....	8
1.2. Чинники, що впливають на мотивацію студентів до пізнавальної діяльності	12
1.3. Проблеми розвитку мотивації студентів до занять фізичною культурою	20
Висновки до розділу 1.....	28
РОЗДІЛ II. ДОСЛІДЖЕННЯ МОТИВАЦІЙНОЇ АКТИВНОСТІ СТУДЕНТІВ У ПРОЦЕСІ ЗАНЯТТІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРОЮ	30
2.1. Аналіз рівня мотивації студентів до занять фізичною культурою .	30
2.2. Оцінка факторів, що впливають на мотиваційну активність студентів у процесі занять фізичною культурою	34
Висновки до розділу 2.....	39
РОЗДІЛ III. НАУКОВО-МЕТОДИЧНІ ПОЛОЖЕННЯ РОЗВИТКУ МОТИВАЦІЇ ТА ПІДВИЩЕННЯ МОТИВАЦІЙНОЇ АКТИВНОСТІ СТУДЕНТІВ ДО ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ	42
3.1. Обґрунтування механізму підвищення студентів у процесі занять фізичною культурою мотиваційної активності	42
3.2. Принципи та методи розвитку мотивації студентів до занять фізичною культурою на основі активізації пізнавальної діяльності.....	46
3.3 Впровадження методики підвищення мотиваційної активності студентів до занять фізичною культурою	50
Висновки до розділу 3.....	54
Висновки	57
Список використаних джерел	60

ВСТУП

Актуальність дослідження. Розглядаючи процес розвитку мотивації студентів до занять фізичною культурою з погляду як теорії та методики фізичного виховання - як педагогічної науки, а також психології та соціології, можна назвати, що: по-перше, сама еволюція розвитку людини пов'язані з його фізичною досконалістю; по-друге, сутність будь-якої молоді людини і студента, зокрема, полягає у прагненні досягти гармонійного поєднання фізичних та розумових якостей, у його гармонії з прекрасним – гармонії тіла та духу, що неможливо домогтися без фізичної культури.

Водночас, у сучасних умовах технічного прогресу та урбанізації здобувач освіти - як молода людина, що готує себе до професійної діяльності, не відчуває явної потреби до підвищення фізичної активності, що посилюється проявом у його побуті таких негативних факторів, як алкоголізм, тютюнопаління, наркоманія, нездорове харчування тощо.

Через прояв негативних чинників у побуті студента поступово руйнується уявлення про формування його - як повноцінної фізично та розумово розвиненої особистості, він втрачає риси повноцінного члена суспільства. У таких умовах студент набуває уявної (хибної) свободи в розпорядженні власним часом, частина якого заповнюється згубними звичками та нерухомим способом життя, тим самим втрачаючи свою унікальну цінність - як необхідного суспільству індивіда. Таким чином, не маючи стійких мотивів до занять фізичною культурою та спортом, у студента формуються інші потреби, найчастіше пов'язані з неповноцінним способом життя і, тим самим, втрачається його повноцінний зміст людського існування – бути гідним членом суспільства та необхідним для цього суспільства. В сучасних умовах актуалізується необхідність розвитку мотивації студента у процесі занять фізичною культурою у будь-якому закладі освіти, а у закладах вищої освіти (далі - ЗВО) вирішення цієї проблеми особливо необхідно.

Для вирішення цієї науково-практичної проблеми особливий інтерес представляють праці вчених, якими розглянуто основи розвитку мотивації людини взагалі з урахуванням впливу його факторів соціуму, нейтралізації негативних факторів [1, 2]. З точки зору підвищення мотиваційної активності здобуття знань інтерес представляють результати наукових досліджень [3, 4, 5] та ін. Безпосередньо педагогічним аспектам розвитку мотивації студентів до пізнавальної діяльності присвячені роботи [6,7] та інших.

Об'єкт дослідження – мотивація здобувачів освіти до занять фізичним вихованням у закладах вищої освіти.

Предмет дослідження – методи розвитку мотивації студентів до занять фізичним вихованням, що засновані на виявленні, аналізі та оцінці факторів, які впливають на мотиваційну активність.

Методологічною основою дослідження є праці вчених у галузі теорії та методики фізичного виховання, психології, соціології [8, 9, 10].

Мета дослідження – вивчення мотивації та підвищення мотиваційної активності студентів до занять фізичною культурою.

Для досягнення поставленої мети необхідно:

- обґрунтувати теоретичні засади розвитку мотивації студентів до занять фізичною культурою з розкриттям сутності мотиваційної активності особистості та виявленням факторів, що впливають цей процес;

- оцінити фактори, що впливають на рівень мотивації та мотиваційну активність студентів у процесі занять фізичною культурою на основі емпіричних досліджень.

Для вирішення поставлених завдань застосовано діалектичні методи наукового пізнання та спеціальні наукові методи: у розділі 1 застосовано методи вивчення педагогічного досвіду та теоретичного дослідження, контент-аналізу та узагальнення; у розділі 2 – методи емпіричних досліджень, математичні та статистичні методи, порівняльного аналізу, спостереження, бесіда, інтерв'ю, анкетування, методи соціологічних досліджень – з метою виявлення факторів, що впливають на рівень

мотиваційної активності студентів та визначення рівня їх мотивації до занять фізичною культурою; у розділі 3 – узагальнення, експеримент.

РОЗДІЛ I. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ РОЗВИТКУ МОТИВАЦІЇ СТУДЕНТІВ ДО ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ

1.1. Сутність мотиваційної активності особистості

Розвиток мотивації студентів до занять фізичною культурою є найважливішим завданням педагогічного процесу у будь-якому ЗВО. Цей процес безпосередньо пов'язаний з активізацією пізнавальної діяльності студента і є необхідною умовою підвищення творчого, наукового та професійного потенціалу молоді, її активного залучення до проведення соціально-економічних перетворень. Створювані на державному рівні стимули мають на практиці забезпечити стійкі мотиви у студентському середовищі для підвищення потреб студентів до знань та занять фізичною культурою, що передбачає застосування викладачами сучасних методик, що дозволяють розвивати мотивацію студентів.

«Мотивацію можна визнати головним чинником задоволення потреб особистості - з одного боку, з другого - вирішальним чинником підвищення активності» [11]. Розглядаючи поняття «мотив» (від латів. Moveo - штовхаю, рухаю), автори звертають увагу на такі визначення: «це внутрішня рушійна сила, яка спонукає людини до діяльності, що з задоволенням потреб» [12]; це «спонукальна причина дій та вчинків людини, важливий компонент у структурі людської діяльності, основою якої є її різноманітні потреби» [13]; «це збудження до діяльності, пов'язане із задоволенням певної потреби» [14].

Тому ми вважаємо, що мотив є усвідомленим спонуканням до здійснення будь-якої діяльності, або підвищення активності. При цьому слід мати на увазі, що сам собою мотив не є причиною цілеспрямованих дій - він лише результат відображення в психіці потреб організму, викликаних зовнішніми (стимули), або внутрішніми (потреби) об'єктивними явищами.

Наведені визначення поняття «мотивація» дають змогу доповнити психологічну характеристику ознак активності особистості з метою

виваженого обґрунтування поняття «мотиваційна активність особистості». Так, зокрема: з визначень авторів, можна дійти висновку, що підвищення активності особистості можливе лише за умови сформованих у її свідомості комплексу мотивів; в свою чергу, виходячи з визначення, даного С. Занюком, «цей комплекс мотивів одночасно вважатимуться чинниками порушення особистості, які формують у свідомості мети активної поведінки, і з урахуванням погляду, цей комплекс мотивів вважатимуться реакцією особистості, визначаючи потреби під впливом зовнішнього (соціального) середовища» [15]; з визначення інших науковців можна дійти висновку, що «мотиви мають відповідну градацію за рівнем значимості особистості, оскільки самі потреби мають пріоритети з погляду їх задоволення; на основі ж найкоротшого визначення німецьких психологів» [16].

Також сама «мотиваційна активність має бути викликана «бажанням досягати цілей, як де-факто, виходячи з наданої психологічної характеристики ознак активності особистості, і виникає лише за умови наявності в неї потреб» [17], вочевидь, як і перспективним напрямом наукових досліджень про визнання виявлення соціальних і психологічних чинників, які впливають мотиваційну активність особистості.

З метою вирішення цього наукового завдання певний інтерес становлять праці таких вчених [15-20], «якими при розкритті сутності поняття «активність» особливу увагу приділено мотиваційній складовій та (або) впливу на неї факторів зовнішнього середовища (соціуму)» [21]. З педагогічної точки зору, певний інтерес представляють результати досліджень вчених, яким при розкритті сутності «понять «мотив» і «мотивація» визначається їх роль у здійсненні особистістю активних дій для задоволення власних потреб» [22-25].

Зазначимо, що саме поняття «активність» застосовується у різних галузях наукових досліджень, що має різне сприйняття, використовується як самотійно, так і в різних словосполученнях. Наприклад: «у психології найчастіше асоціюється з активністю людини; у філософії – з її активною

життєвою позицією; політології набуло поширення така характеристика особистості, як «активіст», як і свідчить про ознаку її активності у процесі; в освіті прояв активності особистості асоціюється з активністю у процесі навчання тощо» [26].

Таким чином, у людини головною рушійною силою активності є усвідомлені та цілеспрямовані спроби досягти цілей у житті. На наше переконання така активність характеризує свідомість людини, рівень розвитку якої залежить від «накопичених знань, світогляду, ідейних та моральних переконань, ставлення до інших людей і себе самого» [27]. Отже, можна констатувати, що рівень свідомості, що визначається накопиченими знаннями та досвідом людини, безпосередньо впливає на якісну сторону її трудової та будь-якої іншої корисної діяльності для задоволення власних потреб.

«Активність змінюється під впливом стимулів і може бути розглянута ефективна, або не ефективна» [27]. У навчально-методичній літературі зазначається: «рівень активності, її тривалість, стійкість та інші показники залежать від оптимального поєднання різних компонентів - емоційного, мотиваційного і т.д.» [28].

На основі проведеного контент-аналізу досліджень вчених вважаємо за доцільне схарактеризувати активність наступними ознаками: якості, які її характеризують, властивості прояву, умови підвищення та критерії оцінки (вимірювання).

З певних ознак активності можна дійти висновку у тому, що мотиви є головним чинником підвищення активності особистості, дозволяють задовольняти її потреби. Без наявності стійких мотивів і стимулів, бажання задовольняти потреби і змінювати будь-що, активність людини не відповідатиме своєму визначенню по суті.

При цьому мотиви впливають на інтенсивність, тривалість, частоту і силу дій особистості і дозволяють у мінімальні терміни задовольняти її потреби.

Будь-яка діяльність (у нашому випадку навчальна та фізкультурно-оздоровча) «... спонукається цілим комплексом мотивів..» і, при цьому, з урахуванням мінливості мотиваційної сфери, враховує «деякі природні та соціальні фактори» [28]. При розкритті сутності мотиваційної сфери особистості, «особливу увагу приділяють аспектам мети діяльності, яка спонукає підвищувати активність задля задоволення яких ставляться відповідні цілі» [29]. При цьому думка цих вчених має наступну зрозумілу логіку встановлення взаємозв'язків між цими дефініціями: «активність людини в основному визначається метою її діяльності; у свою чергу - специфіка людської мотивованої діяльності полягає в тому, що вона завжди цілеспрямована; мотиваційна сфера визначає ставлення до різних видів діяльності, а прояв загальної активності визначається як потребами особистості, і відповідними цілями» [29]. При розгляді цих точок зору стає очевидним, що в них переважає психологічний, а педагогічний науковий підхід, і активність ототожнюється з діяльністю особистості. Логічність цих точок зору полягає в тому, що в них визначено вплив соціальних факторів на свідомість особистості, які формують у неї потреби, цілі та цілеспрямованість діяльності та вплив мотивів, і спонукають особистість підвищувати активність для досягнення певних цілей задоволення потреб. Розкриваючи мотиваційну сторону активності, такі вчені, виділяють три класи мотивів: «зовнішні (нагорода або покарання), змагальні (успіх порівняно з іншими або з самим собою) та внутрішні (під впливом яких побудова та динаміка об'єкта засвоєння розкриваються як поле вільної діяльності особистості, досягається стійкий інтерес до виконуваного завдання)» [30, 31]. Виходячи з такої класифікації, можна вважати, що замість зовнішніх мотивів, у мотиваційній активності слід розглядати стимули – як властивість прояву та необхідний фактор впливу на особистість, наявність якого дозволяє підвищувати активність; у свою чергу, замість внутрішніх мотивів, у мотиваційній активності слід розглядати потреби, які характеризують такі ознаки самої активності, як властивості

прояву та якості, що її характеризують. Таким чином, розкриття сутності самого поняття «активність» з наданою психологічною характеристикою ознак щодо особистості, та проведений контент-аналіз таких понять, як «мотивація», дозволяють обґрунтувати мотиваційну активність особистості наступним чином: «це прагнення особистості задовольняти власні потреби на основі сформованої системи мотивів (мотивації) під впливом стимулів, що збуджують її свідомість, що впливають на неї ззовні, які формуються в соціумі, та факторів, які формуються в психіці особистості та сприяють виникненню потреб» [32].

На основі проведеного контент-аналізу поняття «активність» - як одного з базових для обґрунтування мотиваційної активності особистості, уточнено сутність із виділенням відповідних ознак, де головними факторами властивостей прояву активності, якостей, які її характеризують, визначено потреби, а головними чинниками умов підвищення та оцінки - мотиви. На цих підставах зроблено висновок – мотиви є головним чинником підвищення активності особистістю, що дозволяє задовольняти її власні потреби.

З'ясування сутності понять «мотив» та «мотивація» дозволило доповнити психологічну характеристику ознак активності особистості та знайти виважені аргументи, на основі яких обґрунтовано поняття «мотиваційна активність особистості». Отже, перспективним напрямом подальших досліджень у цьому напрямку можна вважати більш глибокий аналіз та розробку класифікованої системи факторів, що впливають на мотиваційну активність особистості взагалі та, зокрема – студентів – як найбільш активної частини населення, що накопичує знання.

1.2. Чинники, що впливають на мотивацію студентів до пізнавальної діяльності

Розвиток економіки та суспільства на сучасному етапі характеризується високими темпами змін та перебігу процесів у соціальних

системах, що вимагає від кожної особистості підвищувати свій рівень освіти, інтелекту, творчості заради можливості соціалізації та задоволення власних потреб. На систему освіти покладено головну функцію - підготовка кожної людини до професійної діяльності, що дозволить їй задовольнити власні потреби, і виховати з кожної людини соціалізовану особистість.

Розв'язання цього завдання полягає у розвитку мислення людини – «активності, яка наповнює її енергією та інформацією, забезпечує виготовлення, створення та конструювання нових явищ в оточенні» [27]. Отже, функція навчання людини та виховання з неї особистості спирається на застосування ефективних методів розвитку мислення та підвищення її активності у пізнавальній діяльності, розвитку інтелекту та творчості. У цьому, систему мотивів, чи мотивацію, можна визнати головним чинником задоволення потреб особистістю отримання освіти - з одного боку, з другого - вирішальним чинником підвищення її пізнавальної активності у процесі навчання. У цьому контексті доцільно використовувати обґрунтоване поняття, «мотиваційна активність особистості» щодо тієї людини, яка прагне отримати знання.

Студентська молодь є саме тим представником товариства, яка прагне отримати знання, що неможливо без підвищення мотиваційної активності студентів. У той самий час, як щодо будь-якої особистості, і щодо будь-якого студента, цей термін у психології не набув поширення. Отже, потрібно передусім визначити саму категорію «мотиваційна активність студента».

Для вирішення цього наукового завдання певний інтерес становлять результати наукових досліджень з точки зору «формування теоретичного базису та характеристики базових понять активізації розумової діяльності особистості в процесі навчання» [33]; з погляду дослідження «пізнавальної активності у процесі навчання з урахуванням різних вікових кордонів людини» [33, 34]; всебічно досліджено сутність «інтелектуальної активності з урахуванням рівня підготовленості особистості та її потреб, а також розвитку творчої активності» [35, 36]. Вважаємо, що «методологічним

базисом для наукових результатів, здобутих цими вченими, стали теоретичні положення, в яких на основі поєднання психологічних, біологічних і педагогічних наук розкрито передумови формування інтелекту особистості «концептуальні основи підвищення активності особистості в процесі навчання» [37, 38].

У той же час, науковою проблемою можна визнати те, що при «розкритті рис, що характеризують активність особистості, в окремих обґрунтуваннях взагалі відсутні точки зору, що вказують на освіченість та здатність до навчання особистості: так, у навчально-методичній літературі активність особистості розуміється лише як її «здатність до свідомої професійної діяльності, ступінь цілеспрямованого, планомірного перетворення нею докільця та самого себе, яка проявляється у її ініціативності, діяльності, психологічному настрої на діяльність» [39].

Отже, «докладнішого дослідження вимагають такі види активності, які необхідні для навчання студента. По-перше, це пізнавальна активність, сутність якої, на нашу думку, полягає в прагненні студента накопичувати знання в процесі пізнавальної діяльності для отримання корисного результату задоволення власних потреб. Якщо розглядати пізнавальну активність особистості з погляду її прояву в процесі навчання в ЗВО, то корисність результату вимірюється рівнем отриманих знань, задоволеність власних потреб - отриманим рівнем кваліфікації та можливістю, на цих підставах, знайти сферу застосування своєї праці відповідно до цієї кваліфікації і, відповідно - гідний рівень оплати своєї праці. По-друге, це інтелектуальна активність. У науковій літературі: «інтелектуальна активність є нестимульованим ззовні продовженням мислення суто особистісна властивість, єдність пізнавальних та мотиваційних факторів, мірою якої є інтелектуальна ініціатива, сприймається як продовження розумової діяльності за межами ситуативної установки, не обумовлена не практичними потребами, зовнішньою чи суб'єктивною незадовільною оцінкою роботи» [35]. Погоджуючись повністю з цим визначенням, можна назвати, що

інтелектуальна активність є вищою формою розумової діяльності студента, ніж пізнавальна.

На наше переконання, сутність інтелектуальної активності полягає у прагненні студента розширити межі прояву своїх накопичених знань та шляхом власного інтелекту змінити навколишнє середовище, ознайомити зі своїми продуктами інтелектуальної праці суспільство. У ЗВО прикладом може бути прагнення студента до участі у конкурсах наукових праць, олімпіадах зі спеціальних дисциплін, публікації наукових праць, участь у конференціях для того, щоб «виносити» свій інтелект у соціальне середовище.

По-третє, це творча активність, яка, на нашу думку, є вищою формою прояву свідомої діяльності студента, ніж пізнавальна та інтелектуальна: «на відміну від інтелектуальної активності, для творчої, сам мотив затвердження у соціумі перестав бути вирішальним» [38]. При цьому між пізнавальною активністю та творчою також існують протиріччя, які викликані різними мотивами: у пізнавальній – це результат, який оцінюється, у творчій – це процес пошуку нового, креативного, що виходить за межі самого процесу навчання, але водночас - ґрунтується на накопичених знаннях. У ЗВО прикладом можуть бути наукові відкриття у певній галузі знань, розробки цікавих та корисних зразків та публікація оригінальних наукових матеріалів, які мають новизну у певній галузі наук.

Таким чином, можна зробити висновок про те, що «психологічна сутність активності студента в процесі навчання полягає не тільки в прагненні засвоїти навчальний матеріал, отримати відповідну кваліфікацію та знайти гідну сферу її застосування – як головного мотиву пізнавальної діяльності» [11]. Більш високими видами прояву психологічної активності у процесі навчання є інтелектуальна та творча, які передбачають на основі накопичених знань студентом реалізувати власні інтелектуальні та творчі здібності. З визначення самого поняття «мотиваційна активність особистості» очевидно, що мотиваційна активність визначається потребами.

На основі змістовної теорії мотивації, нами згруповані «види активності з виділенням загальних характерних рис її проявів, з рівня ієрархії потреб. На цій основі зроблено висновок, що для студента у процесі навчання пріоритетним є задоволення вторинних потреб, що визначаються відмітними факторами. Можна також відзначити, що мотиваційна активність є поштовхом до прояву особистістю пізнавальної, творчої та інтелектуальної у процесі навчання, оскільки прояви будь-якого з цих видів активності потрібні відповідні мотиви на формування певного високого рівня знань, творчості та інтелекту» [24].

Факторами спонукання (мотиваторами) у цьому контексті є стимули для студента отримати високу оцінку при складанні заліків та іспитів, взяти участь у конференціях та семінарах, надрукувати результати власних досліджень у наукових фахових виданнях і т.д., що сприятиме задоволенню нею потреб у визнанні та повагу інших студентів та викладачів, самовираження та набуття авторитету в соціумі.

Тому, незважаючи на те, що будь-який студент є особистістю по суті, існують певні особливості між факторами, що формують його свідомість у процесі навчання і, отже, у самій конструкції поняття «мотиваційна активність студента».

По перше, ці особливості пов'язані з потребами, які формуються у свідомості студента, та визначають його мотиви у процесі навчання у ЗВО. Відповідно, мотиви впливають та інші чинники, наприклад, на особистість у процесі професійної діяльності. Безперечно, будь-який студент є особистістю в широкому значенні цього поняття, оскільки сам факт навчання у ЗВО є свідченням підвищення рівня освіченості, інтелекту, творчості, що, як це було зазначено вище, виділяє якісні риси особистості від якості людини (у психологічному сприйнятті цього поняття) чи тварини. У той же час, сам факт навчання у ЗВО не ставить за мету задоволення потреб, необхідних для виживання (фізіологічних) та (або) захисту від фізичних та психологічних загроз (потреби у безпеці та захищеності). Як свідчать розглянуті види

активності (пізнавальна, інтелектуальна та творча), як характеризуються сутність потреб (соціальні - потреби у причетності, соціальної взаємодії, підтримці; у повазі - потреби у самоповазі, особистих досягненнях, компетенції, визначенні, поваги з боку інших; самовираження - потреби у реалізації особистих потенційних можливостей та зростанні як особистості), саме вони є особливими для студентської молоді у процесі навчання у ЗВО.

З іншого боку, й у особистості властиві мотиви задоволення цих (вторинних) потреб. Але, для особистості притаманні і мотиви задоволення первинних потреб: наприклад, будь-яка особистість в процесі праці прагне їх задовольнити, розраховуючи на отримання винагороди за працю, чи то творча та інтелектуальна, чи фізична. Тільки після цього (задоволення первинних потреб) у особистості виникають наміри задовольнити вторинні потреби. Очевидно, що особливості психологічних факторів - тих, що формуються в свідомості студентської молоді, що визначаються впливом соціальних факторів - як факторів соціального середовища, що збуджують її свідомість, що випливає з самого визначення поняття «мотиваційна активність».

Тому, по-друге, ці особливості пов'язані з різними соціальними чинниками, які впливають мотиви студентської молоді. Для визначення соціальних факторів, та виділення тих, які є особливими з погляду впливу на мотиваційну активність студентської молоді, певний інтерес становлять наукові дослідження [36, 37, 38]. Умовно підходи цих учених при виділенні факторів на об'єкт дослідження можна групувати за такими ознаками: «вплив соціальних факторів на людину; зв'язок психологічних чинників із свідомістю людини; особистості, та студентської молоді; зв'язок соціально-психологічних факторів зі свідомістю особистості та студентської молоді» [39,40].

При цьому, залежно від об'єкта дослідження, серед цих учених є відмінності у сприйнятті самих факторів. Дані відмінності актуалізують

необхідність докладнішого дослідження соціальних факторів, які впливають на мотиваційну активність студентів.

Вважаємо, що розв'язання цієї наукової проблеми полягає у необхідності розробки структурної моделі, в якій визначається процес взаємодії між студентом та суб'єктами, під впливом яких відповідно і формуються мотиви до активності у процесі навчання. Саме ці суб'єкти і визначають соціальні (зовнішні) фактори впливу на свідомість студента та його мотивацію, оскільки утворюються у зовнішньому (соціальному) середовищі.

Поглиблюючи наукові підходи, якими допускається поділ соціального середовища на відповідні рівні впливу на свідомість об'єкта дослідження (зокрема - мікро- та макро), структуру цього середовища впливу на мотиваційну активність студента можна представити у трьох вимірах: «мікросередовище, в якій студент взаємодіє безпосередньо з викладачем, де від дій останнього формуються соціальні чинники впливу студента; мезосередовище, в якому студент взаємодіє безпосередньо з іншими суб'єктами в ЗВО, які не є викладачами, але так чи інакше впливають на його свідомість та, відповідно, мотиви (інші студенти, адміністрація ЗВО); макросередовище, в якому студент взаємодіє з суб'єктами за межами ЗВО у позанавчальний час, і які впливають на його свідомість (сім'я, друзі, знайомі тощо), і від дій яких залежить формування факторів впливу на нього» [41, 42].

Вплив будь-якого із соціальних чинників формування мотивів і, відповідно - психологічних чинників у свідомості студента, визначають рівень його мотиваційної активності. У той самий час, соціальні чинники можуть підвищувати чи знижувати цей рівень у процесі навчання. Тому умовно соціальні чинники впливу на мотиваційну активність студентів можна розділити на «чинники розвитку» та «чинники гальмування».

Виходячи з наведеної залежності можна констатувати, що в кожній із складових соціального середовища в процесі емпіричних досліджень можуть

бути визначені як фактори розвитку, так і фактори гальмування мотиваційної активності студентів, що впливають на їхній психологічний стан і, відповідно - формують у їх свідомості мотиви до навчання.

Отже, головною особливістю впливу соціально-психологічних факторів на мотиваційну активність студентів є виділення саме тих соціальних, які формуються у процесі взаємодії між студентом та викладачем у мікросередовищі, та між студентом та іншими суб'єктами ЗВО у мезосередовищі. Таким чином, на основі проведених досліджень щодо визначення особливостей впливу соціально-психологічних факторів на мотиваційну активність студентів, можна дійти таких висновків: кожного здобувача освіти ЗВО можна вважати особистістю в широкому значенні цього поняття, оскільки він прагне отримати знання, підвищити свій інтелект та реалізувати творчі здібності у процесі навчання, що є вимогою розвитку суспільства та економіки на сучасному етапі; активність студентів є пізнавальною, інтелектуальною творчою, для підвищення якої студент повинен мати мотиви, що формуються у його свідомості та визначаються потребами; у свідомості студента формуються психологічні чинники; особливістю впливу психологічних факторів на мотиваційну активність студентів і те, що на відміну особистості широкому значенні цього поняття, їм (студентам) властиво задоволення вторинних потреб; фактори формуються у свідомості студентів під впливом соціальних у мікро-, мезо- та макросередовищі, які, у свою чергу, поділяються на фактори розвитку та фактори гальмування мотиваційної активності студентів.

Проведені дослідження та отримані наукові результати дозволяють обґрунтувати саме поняття «мотиваційна активність студента», в якому базисною категорією є мотиваційна активність особистості та в якому враховані певні особливості. Отже, мотиваційна активність студента - прагнення та потреби студента виявляти пізнавальну, творчу та інтелектуальну активність у процесі навчання у ЗВО, мати відповідні мотиви для цього, що формуються у свідомості під впливом психологічних факторів,

де збуджуючими стимулами виступають соціальні фактори мікро-, мезо- та макросередовища при взаємодії студента з викладачами, студентами та адміністрацією ЗВО. В свою чергу, сам вплив на мотиваційну активність студента соціальних факторів на будь-якому рівні (або у будь-якому середовищі - мікро-, мезо- або макро) залежить від професійного спрямування навчання та спеціальності, на якій навчається студент. На наше переконання, одним із головних напрямів навчального процесу, який формує студента гармонійно розвиненою особистістю (як розумово, так і фізично), та закладає «фундамент» його продуктивної діяльності після закінчення навчання ЗВО, є фізичне виховання. Це актуалізує необхідність докладного дослідження впливу соціальних факторів на мотиви студента до занять фізичною культурою у ЗВО, формування здорового способу життя, занять спортом.

1.3. Проблеми розвитку мотивації студентів до занять фізичною культурою

Фізичне виховання та фізкультурно-оздоровча робота у навчально-виховній сфері, як складова частина загальної системи освіти, має закласти основи забезпечення та розвитку фізичного та морального стану особистості, комплексного підходу до формування її розумових та фізичних якостей, удосконалить фізичну та психологічну підготовку особистості до активного життя та професійної діяльності.

Однак, у сучасних умовах існуюча система фізичного виховання, фізичної культури та спорту потребує покращення. У студентському середовищі у сучасних умовах виникають проблеми зростання захворювань, незадовільної фізичної підготовленості, зростання кількості здобувачів освіти з особливими потребами, непридатності до служби у Збройних Силах України. У той же час, зростання кількості перерахованих негативних ознак з

року в рік відбувається зі зменшенням кількості студентської молоді, яка активно займається фізичною культурою та спортом, що є свідченням незадовільного рівня мотивації до соціальної адаптації, життєвого самовизначення та самореалізації у контексті здорового способу життя, про що свідчать проведені дослідження [37, 41, 42, 43, 44].

Так, за результатами проведених досліджень вченими, можна констатувати, що кількість студентів, які мають відхилення у стані здоров'я, збільшується з кожним роком. За різними даними від 20% до 40% студентів мають відхилення у стані здоров'я, і їх кількість у процесі навчання у ЗВО неухильно зростає. Низький рівень фізичного здоров'я спостерігається більш ніж у 80% молодих людей. На етапі підвищення мотиваційної активності студентів ускладнюється низкою проблем у соціальному середовищі на мікро-, мезо- та макрорівнях, що потребує докладнішого їх розгляду з погляду визначення факторів гальмування на основі застосування обґрунтованої в розділі 1.2 моделі.

Вирішення цього завдання актуалізується роллю фізичного виховання в формуванні особистості студентів. «Усвідомлення необхідності формування здорового способу життя (ФЗСЖ) особистості міжнародним співтовариством призвело до ініціювання Всесвітньої Організацією Охорони Здоров'я в 1977 році компанії «Здоров'я для всіх», підсумком проведення якої стала прийнята 21 листопада 1986 року Оттавська хартія (Канада), що визначила сучасне наукове уявлення про поняття «здоров'я» впливу особистість з погляду його зміцнення» [44].

Позитивна роль фізичного виховання у розвитку особистості проявляється у раціональному використанні та комбінуванні форм, методів та засобів фізичного навантаження, які за визначенням є «величиною впливу фізичних вправ на організм; пов'язані витратою потенціалу організму; сприяють адаптації організму, відновленню та підвищенню працездатності» [42]. Сучасна теорія і методика фізичного виховання за своєю суттю є ефективним інструментом для планомірного розвитку особистості в цілому, і

студентської молоді - зокрема. Фізичне виховання студентів в ЗВО є, перш за все, процес, спрямований на фізичний розвиток, функціональне вдосконалення організму, навчання основним життєво важливим руховим навичкам, умінням і пов'язаних з ними знаннями для успішної подальшої професійної діяльності.

Розвиток мотивації студентів до занять фізичною культурою на етапі стає однією з головних психолого-педагогічних проблем у ЗВО. Перед викладачами кафедр фізичної культури ЗВО ставляться важливі завдання щодо пошуку засобів та методів розвитку фізичної культури та їх впровадження у фізкультурно-оздоровчу роботу та стиль життя студентів, оскільки для останніх здоров'я є «..особливою цінністю – чим міцніше здоров'я, тим продуктивніше навчання» [44].

Вважаємо, що в цьому випадку неможливо переоцінити важливість процесу формування у студентів потреби зміцнення здоров'я засобами фізичної культури та спорту, для чого необхідно враховувати мотивацію головних сторін навчального процесу – викладачів та студентів. Таким чином, акценти зміщуються на рівень мікросередовища (див. розділ 1.2).

Однак, «природа психологічних протиріч між цими двома сторонами навчального процесу (викладачами та студентами) криється як у внутрішньому психологічному стані кожної особистості, так і в соціумі - у внутрішньому середовищі ЗВО (мезосередовищі) та зовнішньому середовищі (макросередовищі), що формує ставлення студентів до занять фізичною культурою та бажання (не бажання) зміцнювати своє здоров'я. Поділяючи саме поняття «здоров'я» на його три види (психічне, яке характеризує стан психічного середовища, фізичне, яке характеризує поточний стан функціональних можливостей органів та систем організму, та соціальне, яке характеризує систему цінностей, установок та мотивів поведінки у соціальному середовищі)» [45, с. 13], можна виділити пріоритетну роль саме останнього щодо студентів до занять фізичною культурою та їхнього бажання зміцнювати своє здоров'я. Це твердження обґрунтовується нами не

лише на основі того, що «мотиви поведінки формуються в соціумі, а й виходячи з пріоритетності такого фактора забезпечення здоров'я, як «стиль життя (або раціональність організації життєдіяльності)», ступінь впливу якого, за даними досліджень Всесвітньої організації охорони здоров'я становить від 50 до 55%, що значно більше, вплив трьох інших факторів - генетичного (15-20%), екології (20-25%) та медичного забезпечення (10-15%)» [44].

З психологічної точки зору переваги організації системи фізичного виховання у ЗВО полягають саме в тому, що «професійна діяльність викладача має збалансувати фізичне навантаження та відпочинок студентів таким чином, що в процесі навчання досягався максимальний ефект від дії фізичних вправ на організм. У свою чергу, це сприяє досягненню максимального ступеня фізично-розумової діяльності студентів та дозволяє підготувати їх до плідної професійної діяльності» [46]. І в цьому випадку неможливо переоцінити головні принципи змін у фізичному вихованні студентської молоді – «формування у студентів потреби у зміцненні здоров'я засобами фізичної культури та спорту, розробка та реалізація ефективного дидактичного наповнення змісту фізичного виховання, збільшення обсягу рухової активності студентів залежно від психофізіологічної потреби у рухах, підвищення якості навчального процесу» [36].

Очевидно, що зазначені вище проблеми, що виникають на кожному рівні соціального середовища, утворюють соціальні фактори гальмування мотиваційної активності студентської молоді. Виявлення цих чинників передбачає більш комплексне дослідження кожному з рівнів, спираючись на власні спостереження, і результати досліджень учених.

Для вирішення певної проблеми науковий інтерес представляють праці В.С.Уєнберга та Д.Гоулда, в яких визначено основні аспекти психології спорту та фізичної культури [47]. Серед наукових досліджень можна виділити такі, як: «що досліджують мотиваційні аспекти занять фізичним вихованням за допомогою психолого-педагогічних засобів» [48; 49]; «які

досліджують ці аспекти у середніх навчальних закладах» [50; 51]; «які вивчають проблему студентів до занять фізкультурою» [52]; «де досліджуються аспекти формування потреб у студентів щодо фізичного вдосконалення з психолого-педагогічної точки зору» [53].

У той же час, у дослідженнях не враховуються «соціально-психологічні чинники мотивації всіх рівнях до занять фізичним вихованням з урахуванням збалансованості між впливом чинників дидактичного, навчального і суто фізкультурного характеру. Недостатність цього аспекту в теоретичному плані ускладнює реалізацію принципів фізичного виховання у практичному» [54].

Отже, актуальним питанням є визначення факторів гальмування мотиваційної активності студентської молоді до занять фізичною культурою та спортом як психологічних – тих, що утворюються безпосередньо у свідомості студентської молоді, так і на різних рівнях соціального середовища.

Досліджуючи проблеми гальмування мотиваційної активності студентської молоді до занять фізичною культурою в мікросередовищі, привертають увагу дослідження в яких доведено, «що виникнення природи протиріч між викладачами та студентами щодо досягнення однакового ступеня мотивації до зміцнення здоров'я останніх залежать від негативного впливу соціальних факторів на їхню свідомість» [57].

Отже, для вирішення проблем розвитку мотивації та зміцнення здоров'я студентів на сучасному етапі, який характеризується «негативним впливом низки факторів, що формуються в мікросередовищі, на рівні ЗВО потрібно досліджувати та диференціювати структуру мотивів, які мотивують студентів до занять фізичною культурою та, при цьому, визначити роль викладача у цьому процесі. Для цього необхідно розглянути систему фізичного виховання студентської молоді з погляду підвищення рівня мотивації головних дійових осіб цієї системи – викладачів та студентів» [58].

Актуальність цього питання на етапі становлення вищої школи зумовлена низкою проблем у системі фізичного виховання студентів:

«відсутністю формування особистісного сенсу занять фізичним вихованням в більшості студентів унаслідок того, що вони виконують роль пасивних виконавців у навчальному процесі; створенням та використанням у цьому процесі більшості навчальних програм без урахування потреб, мотивів, індивідуальних здібностей студентів; переважанням під час навчальних занять авторитарного стилю викладання; виконання студентами вправ за зразком, не розуміючи їхньої «філософії» та особистісної значущості», на що звертають увагу у своїх дослідженнях такі вчені, як» [59; 60]. Вважаємо, що ці явища породжуються як «загальними соціальними проблемами (дефіцитом гуманності та бездуховністю в суспільстві, що відображається в системі освіти, втратою утворення гуманістичного змісту з переорієнтацією від розвитку особистості до вивчення вузького спектра професійних знань та умінь), на що звертають увагу у своїх дослідженнях» [61], так і в самому педагогічному процесі «недостатністю вивчення педагогічних умов формування свідомого ставлення студента до фізичного виховання, на що звертається увага у працях» [62], та «відсутність творчого ставлення викладачів та студентів до процесу фізичного виховання у ЗВО, про що свідчать результати досліджень» [63, 64]. Про відсутність консенсусу між «двома сторонами освітнього процесу (викладачами та студентами) та, відповідно – невмотивованості щодо зміцнення здоров'я останніх, свідчить думка» [44], де стверджується наступне: - «За роки навчання в ЗВО молодь не множить, а значною мірою втрачає резервні можливості свого організму, що суттєво впливає на її дієздатність, знижує творчий потенціал та репродуктивні можливості» [44].

Не менш проблемним питанням щодо підвищення мотиваційної активності студентської молоді є соціальні гальмівні фактори мезосередовища, що підтверджується результатами досліджень вчених і власними дослідженнями лише на рівні ЗВО. Ці фактори виявляються у «зниженні рівня мотивації праці науково-педагогічних працівників ЗВО, що підтверджено у дослідженнях харківських вчених Інституту бізнесу та

менеджменту, які за допомогою методу Сааті серед інших визначили «пасивність окремої частини викладачів у сфері наукової діяльності; формалізм у плануванні роботи; оцінку праці за навантаженням, а чи не за якістю, що сприяє створенню стимулів до освоєння прогресивних методик викладання; необхідність пошуку додаткових джерел доходів через низьку заробітну плату викладачів, які не мають науково-педагогічного стажу тощо» [64]. За результатами дослідження психологічного стану викладачів ЗВО, проведеного вченими Центральноукраїнського національного технічного університету, серед мотиваційних факторів, що дестимулюють працю викладачів у контексті Болонського процесу, додатково виділено: «необ'єктивність та формалізм системи атестації науково-педагогічних кадрів, відсутність умов для реалізації наукового потенціалу працівників вищої школи; відсутність коштів на видання монографій, навчальних посібників, участі у міжнародних конференціях» [64]. За результатами власних досліджень, «додатковими факторами гальмування мотиваційної активності в мезосередовищі можна визнати недостатню кількість часу аудиторних занять з фізичної культури, які відведені навчальним планом у ЗВО, а також ставлення до дисципліни «Фізичне виховання» як до другорядної з боку певної частини студентів, окремих викладачів, адміністрації та керівників ЗВО» [64].

Перелічені проблеми, пов'язані з педагогічними аспектами щодо зміцнення здоров'я студентів до занять фізичною культурою, а саме – факторами, які стають демотиваторами для викладачів і, одночасно, впливають на їх психологічний стан у процесі проведення виховної та педагогічної діяльності. Це, безперечно, не може не впливати на якість організації навчального процесу у ЗВО та рівень мотиваційної активності студентів.

У свою чергу, значною мірою на зниження мотиваційної активності студентів щодо занять фізичною культурою та спортом впливають фактори гальмування макросередовища. На основі проведених досліджень доведено,

що «заважають підвищенню рівня цієї активності і в цілому утворюють несприятливе мотиваційне макросередовища такі фактори, як: недофінансування заходів, що визначають розвиток фізичної культури та спорту з бюджетів усіх рівнів, а також недостатні обсяги державних видатків на фінансування освіти та науки; незначна частка обсягів державних витрат на фізкультурно-оздоровчу роботу у системі освіти та масового спорту; відсутність пріоритетних програм розвитку масового спорту на рівні регіонів з відповідним фінансуванням з місцевих бюджетів; низька ділова активність чиновників у спорті лише на рівні регіонів розробки цих програм. Таким чином, можна констатувати, що в даний час підвищення рівня мотивації як діючих, так і майбутніх викладачів фізичного виховання ускладнюється негативним впливом досліджених факторів зовнішніх демотиваторів, що свідчить про несприятливе мотиваційне макросередовище. Проведене дослідження дозволяє визнати проблему загострення формування сприятливого мотиваційного макросередовища підготовки студентської молоді» [67].

Отже, на основі проведених досліджень можна констатувати, що проблема підвищення мотиваційної активності студентів засобами фізичного виховання потребує комплексного рішення з урахуванням соціально-психологічних факторів на всіх рівнях – мікро-, мезо – та макро.

У той самий час, з погляду формування соціально-психологічної атмосфери, підвищення мотиваційної активності студентів у процесі фізичного виховання будь-якого ЗВО слід враховувати, що акценти зміщуються на мікро - і мезорівень. Це вимагає провести на рівні ЗВО комплексні емпіричні дослідження щодо вивчення мотивації студентів до занять фізичною культурою.

Висновки до розділу 1

На основі проведеного контент-аналізу поняття «активність» - як одного з базових для обґрунтування мотиваційної активності особистості, уточнено сутність із виділенням відповідних ознак, де головними факторами властивостей прояву активності, якостей, які її характеризують, визначено потреби, а головними чинниками умов підвищення та оцінки - мотиви. На цих підставах зроблено висновок – мотиви є головним чинником підвищення активності особистістю, що дозволяє задовольняти її власні потреби.

З'ясування сутності понять «мотив» та «мотивація» дозволило доповнити психологічну характеристику ознак активності особистості та знайти виважені аргументи, на основі яких обґрунтовано поняття «мотиваційна активність особистості». Отже, перспективним напрямом подальших досліджень у цьому напрямку можна вважати більш глибокий аналіз та розробку класифікованої системи факторів, що впливають на мотиваційну активність особистості взагалі та, зокрема – студентів – як найбільш активної частини населення, що накопичує знання.

Проведені дослідження та отримані наукові результати дозволяють обґрунтувати саме поняття «мотиваційна активність студента», в якому базисною категорією є мотиваційна активність особистості та в якому враховані певні особливості. Отже, мотиваційна активність студента - прагнення та потреби студента виявляти пізнавальну, творчу та інтелектуальну активність у процесі навчання у ЗВО, мати відповідні мотиви для цього, що формуються у свідомості під впливом психологічних факторів, де збуджуючими стимулами виступають соціальні фактори мікро-, мезо- та макросередовища при взаємодії студента з викладачами, студентами та адміністрацією ЗВО. В свою чергу, сам вплив на мотиваційну активність студента соціальних факторів на будь-якому рівні (або у будь-якому середовищі - мікро-, мезо- або макро) залежить від професійного спрямування навчання та спеціальності, на якій навчається студент. На наше

переконання, одним із головних напрямів навчального процесу, який формує студента гармонійно розвиненою особистістю (як розумово, так і фізично), та закладає «фундамент» його продуктивної діяльності після закінчення навчання ЗВО, є фізичне виховання. Це актуалізує необхідність докладного дослідження впливу соціальних факторів на мотиви студента до занять фізичною культурою у ЗВО, формування здорового способу життя, занять спортом.

Отже, на основі проведених досліджень можна констатувати, що проблема підвищення мотиваційної активності студентів засобами фізичного виховання потребує комплексного рішення з урахуванням соціально-психологічних факторів на всіх рівнях – мікро-, мезо – та макро.

У той самий час, з погляду формування соціально-психологічної атмосфери, підвищення мотиваційної активності студентів у процесі фізичного виховання будь-якого ЗВО слід враховувати, що акценти зміщуються на мікро - і мезорівень. Це вимагає провести на рівні ЗВО комплексні емпіричні дослідження щодо вивчення мотивації студентів до занять фізичною культурою.

РОЗДІЛ II. ДОСЛІДЖЕННЯ МОТИВАЦІЙНОЇ АКТИВНОСТІ СТУДЕНТІВ У ПРОЦЕСІ ЗАНЯТТІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРОЮ

2.1. Аналіз рівня мотивації студентів до занять фізичною культурою

Процес реформування соціально-економічних відносин, на жаль, загострила проблему формування повноцінної особистості та розвитку системи освіти. Внаслідок негативного впливу факторів економічного та соціального характеру ускладнився процес формування здорового способу життя засобами масового спорту, матеріального забезпечення навчальних закладів, культурного розвитку, що спричинило поширення серед молоді негативних соціальних явищ (алкоголізм, наркоманія, токсикоманія тощо), що ускладнило розвиток мотивації до занять фізичною культурою.

З метою виявлення проблем мотивації студентів до занять фізичною культурою було проведено емпіричні дослідження на основі розробленої анкети (Додаток А). Для цього було визначено рівень мотивації студентів.

Рівень мотивації студентів визначався з урахуванням структури мотивів. Як респонденти були обрані здобувачі освіти Хмельницького національного університету з 1 по 3 курси, де було опитано: на 1 курсі – 43 особи, на 2 курсі – 42 особи, на 3 курсі – 40 осіб.

Очевидно, що серед мотивів до занять фізичною культурою у респондентів є не значні, які викликані потребами переважно не властивих студентам (задоволення від м'язової діяльності, бажання проявити себе у важких та екстремальних ситуаціях). У той же час, вельми негативним моментом можна вважати низький рівень потреби респондентів стати сильним і здоровим (10% протягом всього терміну навчання з 1 по 3 курс). Так само незначний відсоток респондентів відчуває потребу в заняттях фізичною культурою для того, щоб підготувати себе до практичної професійної діяльності (від 5% на 1 курсі до 20% на 3 курсі), хоча позитивна

динаміка усвідомлення цієї необхідності за період навчання в Університеті говорить про позитивні орієнтації студентів у здобутті вищої освіти.

Найбільш пріоритетним мотивом до занять фізичною культурою, властивим саме дівчатам, який має постійну тенденцію до переважання серед інших видів протягом навчання, є потреба в естетичній насолоді власною красою, силою, витривалістю, швидкістю, гнучкістю та спритністю (з 20 до 30%), де, звичайно, перший критерій (краса) для дівчат найважливіший.

Дуже позитивною тенденцією є те, що до 3 курсу значно (в 10 разів) скоротилася кількість студентів, для яких заняття фізичною культурою є обов'язком, спричиненим навчальним процесом. Проведені дослідження дозволяють зробити висновок, що організація психологічного на мотивацію студентів з метою їхнього позитивного ставлення до занять фізичною культурою у ХНУ є ефективною. Ефект від педагогічного впливу на розвиток мотивації студентів збільшується, не дивлячись на фактори, що гальмують, у соціальному макросередовищі. Вочевидь, що загалом викладачами вирішується важлива проблема розвитку мотивації до занять фізичної культурою як із психологічної, і з педагогічної точок зору.

У той самий час, як свідчить результат проведених досліджень, більшість проблем розвитку мотивації пов'язані з негативним впливом на психіку студентів соціальних факторів мезосередовища. Для підтвердження (або спростування) даної тенденції проведено дослідження з метою визначення залежності між рівнем мотивації студентів до занять фізичною культурою, шкідливими звичками – як найбільш згубного фактора, та успішністю. Саме негативний вплив таких факторів, що формуються переважно у соціумі, на наш погляд можуть стати факторами гальмування процесу фізичного виховання студентів.

Результати проведених досліджень психолого-педагогічних досліджень зі студентами Хмельницького національного університету протягом вересня – грудня 2023 року показали, що до таких факторів належать, насамперед – тютюнопаління та алкоголь (шкідливі звички) [56]. Прояв даних факторів

однаковою мірою знижує мотивацію студентів до занять фізичною культурою та спортом та загальну успішність.

Очевидно, що у групі з найвищим рівнем мотивації студентів до занять фізкультурою та спортом – найнижчий рівень негативних оцінок як за результатами сесії в цілому, так і за результатами фіз.підготовленості слід зазначити, що отримані 1,4% не належать до негативних оцінок з фізкультури. У той самий час, у студентів із низьким рівнем мотивації до занять фізкультурою та спортом - найвищий рівень негативних оцінок за підсумками сесії.

Проведені дослідження характеризують залежність психологічного стану студентів та їх успішності від "здорового способу життя".

Очевидність цієї залежності проявляється в тому, що «в процесі фізичного виховання підвищується ступінь адаптації організму студентів до фізичних та розумових навантажень, що позитивно впливає на загальну успішність та підготовку до професійної діяльності. У процесі аналізу рівня мотивації студентів встановлено, що причиною виникнення психологічних факторів гальмування розвитку мотивації студентської молоді насамперед є порушення принципу систематичності в процесі фізичного виховання в ЗВО» [55]. Тобто оптимального розподілу навантаження та відпочинку протягом навчального року, внаслідок чого в організмі виникають негативні зміни, що впливає на психічний стан студента та знижує ефект фізичного розвитку.

Науковою психологічною проблемою при цьому є те, що в теорії фізичного виховання в системі вищої освіти опосередковано розглянуто аспект розподілу фізичного навантаження у контексті управління психологічним та емоційним станом студентів у процесі навчання. У зв'язку з цим підвищується ризик неефективного управління психічним станом студента ЗВО, і виникає передумова порушення принципів систематичності та безперервності самого процесу фізичного виховання як ефективного засобу підтримки не тільки їхньої фізичної працездатності, а й розумової на високому рівні.

На основі проведених досліджень психологічно-мотиваційного стану студентів 1 – 3 курсів у кількості 125 осіб було визначено практичну психологічну проблему, яка є наслідком порушення принципу систематичності у процесі фізичного виховання.

Встановлено, що зниження рівня мотиваційної активності виникає внаслідок виникнення у психіці студентів «синдрому емоційного вигорання». Також встановлено, що внаслідок виникнення емоційного вигорання, у психіці студента розвиваються всі можливі три стадії стресу (за Г. Сельє): «нервове навантаження, причиною якого є травмуюча емоційна атмосфера, пов'язана з недосконалою організацією часу навчання та підготовки до сесії, що викликає підвищену відповідальність; резистенція (опір), коли студент намагається більшою чи меншою мірою захистити себе від неприємних відчуттів засобом так званої розрядки за допомогою шкідливих звичок; як наслідок, розвивається третя стадія – втома організму – збіднення психічних ресурсів, зниження емоційного тону і, як наслідок, негативні результати при здачі сесії» [57].

Очевидно, що причини виникнення психологічних факторів гальмування мотиваційної активності студентів до занять фізичною культурою криються у соціальному середовищі. У нашому випадку вони є наслідком відсутності необхідних контактів із викладачем, що визначає мікросередовище, і реакцією на негативні соціальні фактори мезо- та макросередовища.

Отже, на основі проведеного дослідження отримали подальший розвиток наукові підходи класичної психодіагностики, що дозволяє констатувати емоційне вигорання студентів – як фактор зниження рівня їхньої мотиваційної активності до занять фізичною культурою. При цьому, нами обґрунтовано саме поняття «емоційне вигорання студентів» - як механізм психологічного захисту психіки студента, що проявляється у формі повного чи часткового виключення емоцій у відповідь на психотравмуючий вплив розумового навантаження, який є показником емоційної поведінки у

процесі збільшення розумового навантаження та пов'язаний з відсутністю функціональних можливостей організму протидіяти стресам та доцільно використовувати енергетичні ресурси організму, що призводить до дисфункції у повному засвоєнні навчального матеріалу та виникнення конфліктів між студентом та викладачем.

Таким чином, при тому, що загалом рівень мотивації студентів Хмельницького національного університету до занять фізичною культурою можна вважати високим, виявлено проблеми, які знижують цей рівень, а саме: - низький рівень потреби до зміцнення здоров'я; - відсутність потреби у більшості студентів до підготовки себе до практичної професійної діяльності; - наявність у окремих студентів шкідливих звичок, що негативно впливають не тільки на їх показники в рівні фізичного розвитку, але і загальну успішність, що викликано проявом синдрому емоційного вигорання.

Дані практичної проблеми свідчать про не повну сформованість мотиваційної активності студентів, що викликано негативним впливом факторів, що знижують рівень їх мотивації до занять фізичною культурою. Ці проблеми актуалізують необхідність виявлення факторів, які впливають на мотиваційну активність студентів у процесі занять фізичною культурою та їх оцінки.

2.2. Оцінка факторів, що впливають на мотиваційну активність студентів у процесі занять фізичною культурою

На основі аналізу впливів соціальних факторів на мотиваційну активність студентів, перш за все необхідно оцінити соціальні фактори мікросередовища - тобто ступінь впливу викладача на свідомість студента, та формування у останнього стійких мотивів до занять фізичною культурою.

Для вирішення даної науково-практичної задачі було розроблено анкету (див. дод. А), для заповнення якої респондентами виступили ті ж самі студенти з 1 по 3 курсу у загальній кількості 125 осіб.

В основі розробки цієї анкети закладено принцип гуманізму, що дозволило «оцінити очима студентів ступінь гуманності до них з боку викладачів. При цьому гуманізм розглядався нами як найвищий ступінь позитивного стимулювання студентів до занять фізичною культурою та педагогічної майстерності викладачів» [43].

Відповіді на запитання анкети студентками дозволили встановити ступінь задоволеності ними тим чи іншим чинником, які згруповані у три групи: загальні – ті, які враховують основні фактори гуманізації педагогічного процесу; фактори психологічного впливу з боку викладача на мотиви студента, що формуються у мікросередовищі; чинники на мотиви студента з боку адміністрації ЗВО, покликані повною мірою задовольнити потреби студентів у заняттях фізичної культурою, формовані в мезосередовищі.

Обов'язковою умовою при заповненні анкети студентками було те, що в кожній групі факторів вони не могли мати однакову оцінку. Також студентам пропонувалося оцінити важливість кожної із трьох груп факторів.

Оцінка студентами соціально-психологічних факторів, що впливають на мотиваційну активність студентів у процесі занять фізичною культурою передбачала група факторів. 1. Загальні: гуманне ставлення до особистості студента 7,2; повага прав та свобод студента 9,8; пред'явлення студенту посильних та розумно сформульованих вимог 5,1; повага до позиції студента, навіть якщо він відмовляється виконувати вимоги 5,5; повага права кожного студента бути самим собою 8,9; доведення до свідомості студента конкретних цілей його виховання 8,8; недопущення насильницьких дій 10,0; відмова від тілесних та інших, що принижують гідності, окремих покарань 10,0. 2. Фактори впливу із забезпечення об'єктивності в оцінці результатів студентів в процесі здачі контрольних нормативів. Можливість вільного вибору спортивних секцій та напрямів спеціалізації у студентських клубах 5,2; заохочення студентів, які покращують їх результати 7,8; створення гідного клімату у відносинах у групі під час занять та сприятливого

психологічного клімату 9,2; залучення студентів до організації та проведення позаурочних форм фізичного виховання як суддів та арбітрів (конкурси, турніри тощо) 8,0. 3.Чинники впливу з боку адміністрації ЗВО. Безпечні та сприятливі умови занять на парах з фізичної культури з дотриманням норм гігієни 9,8; збагачення занять різними формами та методами організації процесу фізичного виховання 4,8; забезпечення сучасним, якісним, різноманітним інвентарем 3,0.

Отримані результати дозволили виявити соціально-психологічні фактори, що знижують мотиваційну активність студентів 1-3 курсів ХНУ у процесі занять фізичною культурою. До таких відносяться:

- у групі загальних факторів: «подання студенту посильних і розумно сформульованих вимог» та «повага до позиції студента, навіть якщо він відмовляється виконувати вимоги» - половина опитаних студентів не в повній мірі усвідомлюють вимоги викладача щодо оцінки рівня їх фізичної підготовленості - вважають їх дещо завищеними, і намагаються відстоювати свою точку зору щодо «пом'якшення», що можна вважати суб'єктивним підходом та бажанням студентів дещо спростити сам процес фізичного вдосконалення;

- у групі факторів мікросередовища (впливи з боку викладача на мотивацію студентів) порівняно найнижчу оцінку отримали фактори, пов'язані з бажанням студентів пом'якшити вимоги до нормативів («можливість самостійного вибору студентом навантаження та інтенсивності вправ, що виконуються під час окремих занять»), що, знову ж таки, має певну частку суб'єктивізму, оскільки ці нормативи затверджені Міністерством освіти і науки України і цілком обґрунтовані; в той же час, серед факторів даної групи є і цілком об'єктивно низько оцінений половиною опитаних студентів («можливість вільного вибору спортивних секцій та напрямів спеціалізації в студентських спортивних клубах»), який вважають, що виділяється час для їх занять у спортивних секціях університету не зручний, вартість абонементу, що встановлюється спортивним клубом ЗВО -

завищено, а сам підхід до комерціалізації освітнього процесу (можливість відвідування тренажерної зали у навчальний час лише за умови придбання абонементу за оплату) є неправильним, оскільки більшість із опитаних сплатили вартість навчання в університеті на контракті, куди, на їхній погляд, входить зокрема і відвідування тренажерних залів у навчальний час;

- група факторів мезосередовища, що формуються адміністрацією ЗВО, мають найнижчу оцінку (середнє значення = 5,8 балів); у цій групі фактор, якому студенти дали найнижчу оцінку (у середньому = 3 бали) у цій же групі і низька оцінка фактора «збагачення занять різними формами та методами організації процесу фізичного виховання» (в середньому-4,8 бала), викликане, знову таки – відсутністю різноманітного інвентарю для повного задоволення потреб студентів на заняттях фізичною культурою в урочний час.

Таким чином, у процесі дослідження соціально-психологічних факторів, що впливають на мотиваційну активність студентів у процесі занять фізичною культурою, були виявлені як фактори розвитку, так і фактори гальмування. У свою чергу, фактори гальмування розділені нами на об'єктивні, які справді знижують мотивацію студентів до занять фізичною культурою через недосконалість педагогічного процесу та суб'єктивні. До об'єктивних факторів гальмування мотиваційної активності віднесено: відсутність можливості вільного вибору спортивних секцій напрямів спеціалізації у студентському клубі внаслідок переважання послуг на платній основі; незадоволеність формами та методами організації процесу фізичного виховання внаслідок звуження можливостей викладачами задіяти весь арсенал інфраструктури кафедри фізичної культури та спорту; не задоволеність можливістю використовувати весь інвентар, який є у спортивних корпусах на безкоштовній основі у навчальний час.

Проведені дослідження щодо виявлення соціально-психологічних факторів, що впливають на мотиваційну активність студентів у процесі

занять фізичною культурою, дозволяють математично оцінити їхній загальний рівень мотиваційної активності за допомогою розробленої моделі.

При цьому нами не враховувалися соціальні фактори макросередовища, оскільки з педагогічної точки зору зусиллями НПП ЗВО неможливо на них вплинути з метою покращення.

$$M.a.(пс.) = 8,4$$

$$2\Phi 1р. - E\Phi 1т. = 8,2$$

$$2\Phi 2р. - 2\Phi 2т. = 7,1$$

$$E\Phi 3р. - E\Phi 3т. = 5,8$$

де: М.А. (пс.) – загальний рівень мотиваційної активності опитаних студенток, коеф.;

$E\Phi 1р.$ - $E\Phi 1т.$ - Різниця між сумою соціальних факторів розвитку ($2\Phi 1р.$) та гальмування ($E\Phi 1т.$) мікросередовища, коеф.;

$2\Phi 2р.$ - $E\Phi 2т.$ - різниця між сумою соціальних факторів розвитку ($E\Phi 2р.$) та гальмування ($E\Phi 2т.$) мезосередовища, коеф.;

$E\Phi 3р.$ - $E\Phi 3т.$ - Різниця між сумою соціальних факторів розвитку ($2\Phi 3р.$) та гальмування ($E\Phi 3т.$) макросередовища, коеф.

Отримані результати проведеного дослідження дають змогу визначити першочергові фактори, які необхідно покращувати з метою підвищення мотиваційної активності студентів у процесі занять фізичною культурою.

У той же час проведені дослідження доводять, що у студентів поведінка найчастіше визначається одночасною наявністю кількох мотивів. Говорячи про мотив, як про усвідомлене спонукання до формування здорового життя, слід пам'ятати, що мотив собою перестав бути причиною цілеспрямованих дій - він лише результат відображення у психіці потреб організму, викликаних зовнішніми чи внутрішніми об'єктивними явищами.

Виходячи з результатів дослідження, можна стверджувати про те, що до закінчення періоду навчання в ЗВО значно зменшується відсоток студентів з величезним переважанням опосередкованих (обов'язкових) мотивів, викликаних почуттям обов'язку відвідувати заняття з фізкультури.

При цьому за цей же період значно зростає відсоток студентів із потребою у самовираженні і самоствердженні.

Проведені дослідження на конкретному прикладі дозволяють зробити висновок про те, що організація процесу психологічного впливу на мотивацію студентів до занять фізичною культурою має бути ефективною, оскільки зростає потреба у самовираженні та самоствердженні, при одночасному зменшенні обов'язковості у заняттях фізичними вправами. При зворотній тенденції, або ж при зростанні лише відсотка опосередкованих мотивів, необхідно вносити корективи в цей процес.

Отриманий результат дозволяє говорити про те, робота НПП дозволяє підвищити рівень мотивації здобувачів освіти. Ефект від психологічного впливу на розвиток мотивації студентів до зміцнення здоров'я значно зростає, незважаючи на наявність факторів гальмування.

Таким чином, можна констатувати, що рівень мотивації викладачів кафедри з педагогічної точки зору переважає вплив досліджених негативних факторів - зовнішніх демотиваторів.

Висновки до розділу 2

Отже, на основі проведеного дослідження отримали подальший розвиток наукові підходи класичної психодіагностики, що дозволяє констатувати емоційне вигорання студентів – як фактор зниження рівня їхньої мотиваційної активності до занять фізичною культурою. При цьому, нами обґрунтовано саме поняття «емоційне вигорання студентів» - як механізм психологічного захисту психіки студента, що проявляється у формі повного чи часткового виключення емоцій у відповідь на психотравмуючий вплив розумового навантаження, який є показником емоційної поведінки у процесі збільшення розумового навантаження та пов'язаний з відсутністю функціональних можливостей організму протидіяти стресам та доцільно

використовувати енергетичні ресурси організму, що призводить до дисфункції у повному засвоєнні навчального матеріалу та виникнення конфліктів між студентом та викладачем.

Таким чином, при тому, що загалом рівень мотивації студентів Хмельницького національного університету до занять фізичною культурою можна вважати високим, виявлено проблеми, які знижують цей рівень, а саме: - низький рівень потреби до зміцнення здоров'я; - відсутність потреби у більшості студентів до підготовки себе до практичної професійної діяльності; - наявність у окремих студентів шкідливих звичок, що негативно впливають не тільки на їх показники в рівні фізичного розвитку, але і загальну успішність, що викликано проявом синдрому емоційного вигорання.

Дані практичної проблеми свідчать про не повну сформованість мотиваційної активності студентів, що викликано негативним впливом факторів, що знижують рівень їх мотивації до занять фізичною культурою. Ці проблеми актуалізують необхідність виявлення факторів, які впливають на мотиваційну активність студентів у процесі занять фізичною культурою та їх оцінки.

Проведені дослідження на конкретному прикладі дозволяють зробити висновок про те, що організація процесу психологічного впливу на мотивацію студентів до занять фізичною культурою має бути ефективною, оскільки зростає потреба у самовираженні та самоствердженні, при одночасному зменшенні обов'язковості у заняттях фізичними вправами. При зворотній тенденції, або ж при зростанні лише відсотка опосередкованих мотивів, необхідно вносити корективи в цей процес.

Отриманий результат дозволяє говорити про те, робота НПП дозволяє підвищити рівень мотивації здобувачів освіти. Ефект від психологічного впливу на розвиток мотивації студентів до зміцнення здоров'я значно зростає, незважаючи на наявність факторів гальмування.

Таким чином, можна констатувати, що рівень мотивації викладачів кафедри з педагогічної точки зору переважає вплив досліджених негативних факторів - зовнішніх демотиваторів.

РОЗДІЛ III. НАУКОВО-МЕТОДИЧНІ ПОЛОЖЕННЯ РОЗВИТКУ МОТИВАЦІЇ ТА ПІДВИЩЕННЯ МОТИВАЦІЙНОЇ АКТИВНОСТІ СТУДЕНТІВ ДО ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ

3.1. Обґрунтування механізму підвищення студентів у процесі занять фізичною культурою мотиваційної активності

Встановлені проблеми підвищення мотиваційної активності студентської молоді засобами фізичного виховання на різних рівнях (мікро-, мезо- та макро), та прояв соціально-психологічних факторів гальмування зумовлюють необхідність визначення напрямів їхньої нейтралізації, і, відповідно, соціально-психологічних факторів розвитку.

Насамперед, це психологічні чинники, які формуються у свідомості студентської молоді, і стосуються їх мотивів до занять фізичною культурою та спортом. Отже, потрібне формування структури мотивів, які спонукають студента займатися фізичною культурою.

Для вирішення цієї практичної проблеми потрібно обґрунтування та впровадження у освітній процес комплексного механізму стимулювання студентів до занять фізичною культурою на основі збалансованості між впливом факторів дидактичного, освітнього та фізкультурного характеру. Недостатність дослідження цього механізму в теоретичному плані ускладнює реалізацію принципів фізичного виховання практично.

Обґрунтування даного механізму ґрунтується на «методології підвищення рівня стимулювання студентів до занять фізичною культурою на основі гармонізації принципів дидактики, навчання та фізичного виховання, що дозволить підвищити рівень мотивації студентів до занять фізичною культурою. Дослідження теорії стимулювання дозволяє стверджувати, що в морально-психологічному аспекті механізм повинен безпосередньо впливати на свідомість студента та зорієнтувати його на таке ставлення до занять фізичною культурою, за якого виконуються вимоги вищої школи до

фізичного розвитку молоді. За таких умов механізм повинен бути відбудованим на загальних принципах дидактики і визначити цілі, зміст, закономірності та принципи навчання» [57].

Дослідження принципів дидактики, навчання та методичних принципів фізичного виховання дозволяють знайти однорідні та відмінні риси.

Як свідчать дані, однорідними за назвою є принципи наочності, системності, доступності та обізнаності. За логікою, саме ці принципи мають бути органічно пов'язаними із принципами стимулювання до занять студентів фізичною культурою.

Принципи дидактики, навчання та фізичного виховання (за визначенням): «наочність, системності, послідовності, доступності, поінформованості, науковості, активності, міцності, індивідуалізації, послідовності (динамічності)» [42].

Виходячи з умов взаємозалежності принципів фізичного виховання, навчання та дидактики, у механізмі психолого-дидактичного стимулювання студентів до занять фізичною культурою саме ці вони мають бути пов'язані.

Наступними принципами стимулювання: «визначеності, об'єктивності, інформативності та наочності» [57].

Очевидно, що однорідним за назвою є принцип наочності, який з погляду дидактики та стимулювання характеризується «максимальним виразом форм та засобів організації фізичного виховання. Прозорістю в оголошенні результатів та їх публічне обговорення, публічне заохочення найкращих студентів та догани тим, хто порушує вимоги викладача» [38]. Інакше цей принцип характеризується в теоріях навчання та фізичного виховання – «це необхідність демонстрації фізичних вправ та рухів викладачем з метою якісного оволодіння ними студентом» [42].

Принцип визначеності, у нашому розумінні, полягає у вірності встановлених норм та показників оцінки рівня фізичної підготовленості студентів - як основи системи їхнього стимулювання до занять фізичною культурою. Слід зазначити, що ні теорії навчання, ні теорії фізичного

виховання жоден з принципів аналогічно не характеризується. У той самий час, з погляду, цей принцип стимулювання побічно пов'язують із окремими принципами навчання (системності, доступності, послідовності індивідуалізації) окремими принципами фізичного виховання (доступності, системності та дидактичності). Такий підхід дозволить планомірно збільшувати фізичні навантаження та уникнути перевтоми студентів, виходячи з різного рівня їхньої фізичної підготовленості.

Принцип об'єктивності з погляду стимулювання полягає у заохоченні студентів до підвищення рівня фізичної підготовки та спортивних досягнень. Кожен студент має бути впевненим у тому, що за спортивні та фізкультурні досягнення він буде заохочений морально та (або) матеріально.

Проте, жоден із принципів навчання немає такого змісту [17]. У цьому, хоч і побічно, але такий зміст стимулювання простежується у принципі обізнаності та активності в теорії фізичного виховання [42].

Принцип інформованості у системі стимулювання та дидактики полягає у поширенні інформації про досягнення студентів, доведенні цієї інформації до кафедр та деканатів. При цьому найчастіше використовуються такі методи, як публічні церемонії вручення грамот, подяк, подарунків, премій за фізкультурні та спортивні досягнення, занесення на дошку пошани. Слід зазначити, що «змістовна складова цього принципу стимулювання також безпосередньо не міститься в жодному принципі навчання і опосередковано передбачена теорією обізнаності та активності фізичного виховання» [42].

Проведені дослідження дозволяють стверджувати, що у теорії навчання та фізичного виховання майже не розглянуті принципи стимулювання на засадах дидактики. У цьому, з погляду, як і методологічному, і у практичному плані порушується система взаємозв'язку самих принципів фізичного виховання. У зв'язку з цим необхідно розробити та впровадити у навчальний процес ЗВО механізм психолого-дидактичного стимулювання студентів до занять фізичною культурою, оскільки без виконання принципів

стимулювання на основі дидактики неможливо реалізувати інші засади навчання та фізичного виховання. Це доводить необхідність впровадження розробленого механізму як у освітній процес будь-якого ЗВО.

Таким чином ми вважаємо, що сучасна наука та практика організації навчального процесу та теорії фізичного виховання потребує вдосконалення на основі впровадження дієздатного механізму психолого-дидактичного стимулювання студентів до занять фізичною культурою. Для цього необхідне поглиблення теоретичних засад фізичного виховання та розробка відповідних методичних, науково-практичних рекомендацій щодо підвищення рівня стимулювання студентів до занять фізичною культурою.

На наш погляд, впровадження розробленого механізму сприятиме підвищенню рівня мотивації викладачів до покращення якості фізичного виховання у ЗВО – з одного боку, а з іншого – розвитку мотивації студентів до занять фізичною культурою. Серед основних напрямів роботи, що передують впровадженню механізму, можна визначити такі: розробка та впровадження методик та програм з організації позаурочних форм занять, які за умови їх застосування і періодичного контролю на урочних заняттях матимуть позитивний ефект; вдосконалення системи контролю за станом здоров'я та рівнем фізичної підготовки студентів; вдосконалення організації роботи щодо підвищення престижності фізичної культури та спорту серед студентів (агітація здорового способу життя, проведення спортивних змагань, організація позаурочної роботи серед студентів).

В той же час, для обґрунтування принципів формування соціально-психологічної атмосфери підвищення мотиваційної активності студентської молоді в процесі фізичного виховання необхідно визначити соціально-психологічні фактори розвитку, що виникають у мезосередовищі та безпосередньо впливають на психологічний стан будь-якого студента.

Особливу роль відіграють фактори макросередовища, такі як: збільшення видатків бюджетів усіх рівнів на розвиток фізичної культури та спорту; активізація діяльності державних чиновників у сфері фізичної

культури та спорту при розробці та затвердженні державних програм у сфері фізичної культури та витрат для їх реалізації; збільшення кількості урочних занять з фізичного виховання у ЗВО, як мінімум, до 4 годин на тиждень; вдосконалення політики рекламної діяльності з переходом від реклами тютюнових та алкогольних виробів в інформаційному просторі до реклами, що підвищує імідж здорового способу життя та спорту.

На наш погляд, реалізація напрямків макросередовища можлива за умови дотримання принципів стратегічного управління розвитком здоров'я та належного фінансування установ освіти, охорони здоров'я, фізичної культури та спорту виконавчими органами.

3.2. Принципи та методи розвитку мотивації студентів до занять фізичною культурою на основі активізації пізнавальної діяльності

Активізація пізнавальної діяльності у освітньому процесі має особливе значення. З одного боку - вона є відображенням сформованих потреб учнів до зайняття такою діяльністю, а з іншого індикатором сформованих мотивів у них до цієї діяльності.

У сучасній педагогічній науці вченими виділяються сім основних принципів активізації пізнавальної діяльності учнів – «проблемності, забезпечення максимально можливої адекватності навчально-пізнавальної діяльності характеру практичних завдань, взаємонавчання, дослідження проблем, що вивчаються, індивідуалізації, самонавчання та мотивації» [39].

У той же час, на наш погляд, неможливо реалізувати в навчальному процесі жоден принцип, якщо відсутні мотиви для пізнавальної діяльності учнями, які, як було зазначено вище, формуються під впливом і з урахуванням мотивуючих факторів. У цьому контексті вважаємо обґрунтованим висновок деяких учених у тому, що основним серед семи

принципів є принцип проблемності. З урахуванням цього висновку наведемо класифікацію принципів активізації пізнавальної діяльності студентів із виділенням основоположного принципу мотивації до фізичної культури.

Стимули – основа підвищення активності, що формують бажання студента пізнати основи здорового способу життя та фізично вдосконалюватись. Стимули впливають потреби студента пізнавальної діяльності і формують стійкі мотиви до неї.

Мотиви до формування знань для вирішення проблемних ситуацій у процесі навчання, ґрунтуючись на своєму чи чужому досвіді, логіці. Студент отримує нові знання від формулювань викладача, та в результаті власної активної пізнавальної діяльності.

Усвідомлення практичної значущості теоретичного курсу з усвідомленням реальних проблем на основі переходу від теоретичного осмислення нових знань до їхнього практичного осмислення, обміну знаннями з іншими учнями для збагачення один одного, аналізу та узагальнення досліджуваних явищ, фактів, інформації; уміння творчо підходити до використання цих знань; здібності робити висновки зі своїх та чужих помилок; вмінню актуалізувати та розвивати свої знання та вміння, збагаченню освітньої діяльності творчістю та пошуковим характером, різнобічного вирішення наукових проблем на основі постійного пошуку різних методів, максимальної реалізації здібностей з урахуванням психофізичних особливостей організму, підвищення рівня адаптованості до освітнього процесу, сприйняття нового, підвищення рівня самоконтролю, саморегулювання, самонавчання, особистого активного прагнення до поповнення та вдосконалення власних знань та умінь, вивчаючи самостійно додаткову літературу, отримуючи консультації.

Класифікація принципів активізації пізнавальної діяльності на основі сформованих мотивів студентів до занять фізичною культурою. принципів активізації пізнавальної діяльності студентів передбачає поєднання таких загально-дидактичних принципів: «принцип проблемності, принцип

забезпечення максимально можливої адекватності навчально-пізнавальної діяльності характером практичних завдань, принцип взаємонавчання, принцип дослідження проблем, що вивчаються, принцип індивідуалізації, принцип самонавчання» [24].

Аналіз навчально-методичної літератури дозволяє констатувати, що без потреб, що формуються стійкі мотиви як учнів, так і навчальних суб'єктів освітнього процесу, і без відповідних стимулів неможливо реалізувати жоден із принципів активізації пізнавальної діяльності студентів. Водночас, реалізація цих принципів має спиратися на педагогічні методи активізації пізнавальної діяльності студентів. Дані методи, які застосовуються викладачем на практиці, повинні сприяти максимальному підвищенню рівня пізнавальної активності учнів, спонукати їх до старанного навчання.

У педагогічній практиці й у методичній літературі традиційно прийнято ділити методи навчання за джерелом знань: «словесні (оповідання, лекція, розмова, читання), наочні (демонстрація натуральних, екранних та інших наочних посібників, дослідів) та практичні (лабораторні та практичні роботи). Кожен з них може бути більш активним, і пасивним» [32].

Наведемо класифікацію методів активізації пізнавальної діяльності студентів. Характеристика методів активізації пізнавальної діяльності студентів за класифікованими групами

Дискусії. Застосовують з питань, що вимагають роздумів, щоб студенти могли вільно висловлювати свою думку та уважно слухати думку промовців.

Самостійної роботи. Надається завдання самостійно скласти план або план-конспект тренування (заняття з фізкультури) з виконанням установки: "мінімум тексту - максимум інформації". Проблемного викладу. Створення на занятті проблемної ситуації з можливістю студентами висувати свої гіпотези та методи вирішення цієї проблемної ситуації. Наочні. Частково-пошуковий. Організується робота студентів в такий спосіб, щоб частину нових завдань вони освоїли самостійно. І тому демонструється досвід до пояснення нового матеріалу; повідомляється лише ціль. А студенти шляхом

спостереження та обговорення вирішують проблемне питання. Практичні. Частково-пошуковий лабораторний. Студенти вирішують проблемне питання та здобувають частину нових знань шляхом самостійного виконання та обговорення експерименту. До нього студентам відома лише мета, але не очікувані результати. Пояснення: власна технологія автора.

До особливої групи методів активізації пізнавальної діяльності студентів можна віднести «загальновідомі педагогічні методи стимулювання, докладно розкриті у наукових дослідженнях» [39].

Найбільш застосовуваними сучасною педагогічною практикою є такі методи, як заохочення, покарання та змагання.

Заохочення – це вираз позитивної оцінки дій студентів. Воно закріплює позитивні навички та звички. Засноване на збудженні позитивних емоцій. Види заохочення різноманітні: схвалення, похвала, подяка, нагородження грамотами, подарунками тощо. Однак слід враховувати, що надмірне заохочення може приносити як користь, так й шкоду.

Покарання - метод педагогічного впливу, який має попереджати, гальмувати небажані вчинки. Як і інші методи виховання, покарання розраховане на поступове перетворення зовнішніх стимулів на внутрішні стимули. Слід дотримуватись таких правил застосування покарання при педагогічному впливі на учнів: не рекомендується застосовувати групові покарання; покарання має бути зрозумілим студенту, і не повинно ображати його; покарання має відповідати ступеню провини та ін.

Змагання – метод педагогічного впливу, який ґрунтується на природньому прагненні студентів до суперництва. Мета суперництва - утвердження себе серед оточуючих, так як результати змагання міцно та на тривалий час визначають та закріплюють статус студента в колективі. Змагаючись, студенти швидко засвоюють досвід суспільної поведінки, розвивають не лише фізичні, а й моральні та естетичні якості

Таким чином, підбиваючи підсумки розкриття сутності розвитку мотивації студентів до занять фізичною культурою на основі активізації пізнавальної діяльності, можна зробити такі висновки:

Серед основних принципів активізації пізнавальної діяльності студентів основним є принцип мотивації, без дотримання якого неможливо реалізувати інші шість принципів; реалізація принципів активізації пізнавальної діяльності студентів має спиратися на застосування викладачем відповідних методів активізації їх пізнавальної діяльності (словесних, наочних та практичних); до особливої групи методів активізації пізнавальної діяльності студентів можна віднести загальновідомі педагогічні методи стимулювання (заохочення, покарання та змагання).

3.3 Впровадження методики підвищення мотиваційної активності студентів до занять фізичною культурою

Розробці методик, спрямованих на розвиток мотивації студентів у системі фізичного виховання, присвячені наукові дослідження таких вчених [44, 51]. Цікавими у цьому науковому напрямі дослідження де проблема розвитку мотивації вирішується за допомогою організації позаурочних форм [57].

У той же час, на наш погляд актуальним є вирішення проблеми розвитку мотивації у студентському середовищі за допомогою вибору певних форм та методів як залежно від рівня фізичної підготовки та потреби студента, так і залежно від терміну та етапу його навчання в ЗВО.

Виходячи з результатів проведеного дослідження (п.п. 2.1, 2.2 кваліфікаційної роботи), та виявленої залежності між потребами та мотивами на різних курсах навчання, сферу формування потреби студентів до занять фізичною культурою, та, відповідно – «вибору методів підвищення їх мотиваційної активності умовно можна розділити на 5 етапів: 1. Розвиток спонукання, мотивація до діяльності (заняттям фізичною культурою). 2.

Постановка цілей навчання, вибір інтересів у діяльності (спрямованості за видами спорту, секціями). 3. Розвиток діяльності – реалізація поставлених завдань, використання створених комфортних умов для здійснення діяльності (занять фізичною культурою); підвищення результатів. 4. Аналіз отриманих результатів, осмислення задоволеності діяльності. 5.Формування стійких мотивів та бажання продовжити заняття фізичною культурою після досягнення мети та закінчення терміну навчання у ЗВО» [46].

Розвиток спонукання, мотивація до діяльності (заняттям фізичною культурою) 1 курс: постановка цілей навчання, вибір інтересів у діяльності (спрямованості за видами спорту, секціями); 2 курс: розвиток діяльності – реалізація поставлених завдань, використання створених комфортних умов для здійснення діяльності (занять фізичною культурою); підвищення результатів; 3 курс: аналіз отриманих результатів, осмислення задоволеності діяльності; 4 (5) курс: формування стійких мотивів та бажання продовжити заняття фізичною культурою після досягнення мети та закінчення терміну навчання в ЗВО

Відповідно до поділу етапів, на кожному з них рекомендується застосування певних груп засобів та методів, різних за змістом та відповідають індивідуальному, диференційованому особистісно-орієнтованого вибору студентом подальшої діяльності. Також кожному етапу процесу формування потреби ставиться мета досягнення студентами необхідної мотиваційної тенденції.Т ак, на першому етапі («Розвиток спонукання, мотивація до діяльності (заняттям фізичною культурою)»), необхідно створювати ситуації-стимули, які сприятливо впливають на розвиток особистості студента 1 курсу, які були б затребувані його суб'єктивністю, що надають йому простір для вільного вибору тих або інших засобів та форм занять фізичною культурою. У разі викладачами мають створюватися умови, що опосередковують необхідність занять фізичної культурою.

Логіка дій на даному етапі виправдовується тим, що кожен студент індивідуальний у своєму особистісному виборі і не завжди ті самі засоби впливу можуть призвести до залучення студента до занять фізичною культурою.

На цьому етапі особливу роль відіграють методи переконання та стимулювання, а також бесіди зі студентами з таких проблем, як вплив занять фізичними вправами на функціональні системи організму, значення фізкультурних занять для реалізації життєвих планів, досягнення за допомогою фізкультури намічених цілей у навчальній та професійній діяльності.

На наступному етапі («Постановка цілей навчання, вибір інтересів у діяльності (спрямованості за видами спорту, секціями)») необхідно домогтися, щоб мотиваційна тенденція продовжувала свій розвиток і виражалася у спонуканні студентів до певних дій - занять фізкультурою.

Тут, в індивідуальних розмовах зі студентом, необхідно допомогти йому оцінити свої можливості та допомогти з вибором спрямованості занять. Творче застосування викладачем найбільш значимих та ефективних засобів та методів впливу забезпечується сумлінним виконанням своїх обов'язків, а не формальним виконанням функцій педагога.

Для підтримки стійкості мотиваційного процесу у реалізації наміру необхідно надати студентам комфортні умови для виконання діяльності – це основне завдання 3 етапу («Розвиток діяльності - реалізація поставлених завдань, використання створених комфортних умов для провадження діяльності (занять фізичною культурою); підвищення результатів»). На даному етапі з боку викладача необхідний контроль за реалізацією студентом своїх намірів та управління фізкультурно-оздоровчою діяльністю до фактичного досягнення мети. Необхідно створювати ситуації, в яких у студентів з'являвся план реалізації наміру, а також проводити заходи, що підтримують мотивацію до реалізації наміру. Наприклад, для цього можуть використовуватися такі методи та засоби, як: - надання можливості вибору

фізичних вправ для розминки у підготовчій частині заняття; - надання можливості вибору спеціальних фізичних вправ у розвиток фізичних якостей; - надання спортивного інвентарю для занять, які допомагають реалізувати самостійні задуми студентів; - проведення занять під музику; - почергове виконання обов'язків спортивного судді серед студентів групи, що порушує престижність власного статусу в очах одногрупників; - перегляд відео - записів занять. Як показав результат експерименту, ці засоби мають сильний мотиваційний ефект на бажання студентів займатися фізичною культурою.

На четвертому етапі («Аналіз отриманих результатів, осмислення задоволеності діяльністю»), який необхідно проводити не рідше ніж один раз за семестр, обираються відповідні засоби та методи, спрямовані на підвищення поінформованості студента про результати фізкультурно-оздоровчих занять.

П'ятий етап («Формування стійких мотивів та бажання продовжити заняття фізичною культурою після досягнення мети та закінчення терміну навчання в ЗВО») - підсумковий, характерною рисою якого є, як де-факто, сформована потреба студента у фізкультурній діяльності, що є наслідком досягнення ними високого рівня мотивації на попередніх етапах формування потреби.

Як показує практика роботи зі студентами випускних курсів, у яких закінчується дисципліна «Фізична культура і основи здоров'я», на цьому етапі незамінний вплив мають особистісні емоційні оцінки студента здійсненої фізкультурної діяльності протягом усього терміну навчання у ЗВО. Позитивні емоції, що залишилися у студента від занять у дружньому, згуртованому колективі, де домінували подібні інтереси, надають найбільше поява мотиваційної тенденції прагнення фізкультурно-оздоровчої діяльності.

Створювана комфортна психологічна атмосфера в процесі спілкування під час заняття фізкультурою стане спонуканням до продовження спілкування у фізкультурному середовищі, послужить прекрасним стимулом для занять фізичною культурою і після закінчення терміну навчання.

Наприкінці слід зазначити, що розроблена методика етапізації процесу фізичного виховання в ЗВО з метою підвищення мотиваційної активності на основі формування у студентів потреби у фізкультурній діяльності є комплексним процесом, що стосується всіх сфер життєдіяльності студента, що передбачає проходження всіх етапів розвитку мотивації, і вимагає від викладача виконання певних правил: - впливати на емоційно-чуттєву та поведінкову сферу життєдіяльності студентів; - дотримуватись особистісно-орієнтованого підходу при врахуванні мотиваційних тенденцій до прагнення продовжити фізкультурно-оздоровчі заняття; - розвивати у студентів вміння осмислювати, аналізувати та вносити корективи у досягнення результатів.

Таким чином, першочергову роль відіграють особистісні характеристики викладача, його ініціатива, доброзичливість, товариськість, наполегливість, цілеспрямованість у питаннях розвитку фізичної культури у студентському середовищі. Без кваліфікованих викладачів у системі вищої освіти, які вміло застосовують сучасні методики розвитку мотивації студентів до занять фізичною культурою та спортом, будь-які створені державні стимули при реалізації державних програм не сформуують стійкі потреби студентства до цього виду діяльності.

Висновки до розділу 3

Особливу роль відіграють фактори макросередовища, такі як: збільшення видатків бюджетів усіх рівнів на розвиток фізичної культури та спорту; активізація діяльності державних чиновників у сфері фізичної культури та спорту при розробці та затвердженні державних програм у сфері фізичної культури та витрат для їх реалізації; збільшення кількості урочних занять з фізичного виховання у ЗВО, як мінімум, до 4 годин на тиждень; вдосконалення політики рекламної діяльності з переходом від реклами

тютюнових та алкогольних виробів в інформаційному просторі до реклами, що підвищує імідж здорового способу життя та спорту.

На наш погляд, реалізація напрямків макросередовища можлива за умови дотримання принципів стратегічного управління розвитком здоров'я та належного фінансування установ освіти, охорони здоров'я, фізичної культури та спорту виконавчими органами.

Таким чином, підбиваючи підсумки розкриття сутності розвитку мотивації студентів до занять фізичною культурою на основі активізації пізнавальної діяльності, можна зробити такі висновки:

Серед основних принципів активізації пізнавальної діяльності студентів основним є принцип мотивації, без дотримання якого неможливо реалізувати інші шість принципів; реалізація принципів активізації пізнавальної діяльності студентів має спиратися на застосування викладачем відповідних методів активізації їх пізнавальної діяльності (словесних, наочних та практичних); до особливої групи методів активізації пізнавальної діяльності студентів можна віднести загальновідомі педагогічні методи стимулювання (заохочення, покарання та змагання).

Розроблена методика етапізації процесу фізичного виховання в ЗВО з метою підвищення мотиваційної активності на основі формування у студентів потреби у фізкультурній діяльності є комплексним процесом, що стосується всіх сфер життєдіяльності студента, що передбачає проходження всіх етапів розвитку мотивації, і вимагає від викладача виконання певних правил: - впливати на емоційно-чуттєву та поведінкову сферу життєдіяльності студентів; - дотримуватись особистісно-орієнтованого підходу при врахуванні мотиваційних тенденцій до прагнення продовжити фізкультурно-оздоровчі заняття; - розвивати у студентів вміння осмислювати, аналізувати та вносити корективи у досягнення результатів.

Таким чином, першочергову роль відіграють особистісні характеристики викладача, його ініціатива, доброзичливість, товариськість, наполегливість, цілеспрямованість у питаннях розвитку фізичної культури у

студентському середовищі. Без кваліфікованих викладачів у системі вищої освіти, які вміло застосовують сучасні методики розвитку мотивації студентів до занять фізичною культурою та спортом, будь-які створені державні стимули при реалізації державних програм не сформують стійкі потреби студентства до цього виду діяльності.

Висновки

Проведені дослідження щодо розвитку мотивації та підвищення мотиваційної активності студентів до занять фізичною культурою дозволяють зробити такі висновки:

1. Сутність мотиваційної активності особистості спрямовано задоволення потреб, де головним чинником є мотивація. При цьому мотив є усвідомленим спонуканням до підвищення активності.

Мотиваційна активність особистості є прагнення особистості задовольняти власні потреби з урахуванням сформованої системи мотивів (мотивації) під впливом стимулюючих її свідомість стимулів, які впливають неї ззовні, що формуються у соціумі, і чинників, які формуються у психіці особистості і сприяють виникненню потреб.

2. У процесі навчання можна сформувати здібності особистості до прояву пізнавальної активності. На формування мотивації студентів до підвищення рівня освіти впливає безліч факторів макро-, мезо- та мікросередовища. Для повного обліку цих факторів необхідно у освітньому процесі використовувати структурну модель, в якій визначається процес взаємодії між студентом та суб'єктами, під впливом яких відповідно і формуються мотиви до активності у процесі навчання. Саме ці суб'єкти і визначають соціальні (зовнішні) фактори впливу на свідомість студента та його мотивацію, оскільки утворюються у зовнішньому (соціальному) середовищі. Дані фактори поділяються на фактори розвитку та фактори гальмування.

3. Мотиваційна активність студента є прагненням до потреби студента виявляти пізнавальну, творчу інтелектуальну активність у процесі навчання і мати відповідні мотиви для цього, що формуються у свідомості під впливом психологічних факторів, де збуджуючими стимулами виступають соціальні фактори мікро-, мезо- та макросередовища при взаємодії студента з викладачами, студентами та адміністрацією ЗВО.

4. Стан фізичного виховання та фізкультурно-оздоровчої роботи у навчально-виховній сфері на даний час має певні фактори гальмування розвитку мотивації студентів на різних рівнях. Розвиток мотивації студентів до занять фізичною культурою на етапі стає однією з головних психолого-педагогічних проблем у ЗВО. Для вирішення цих проблем потрібна зміна у фізичному вихованні студентської молоді принципів освіти, спрямованих на формування у студентів потреби у зміцненні здоров'я засобами фізичної культури та спорту. Актуальним питанням є визначення факторів гальмування мотиваційної активності студентів заняттям фізичною культурою та спортом як психологічних – тих, що утворюються безпосередньо у свідомості студентської молоді, так і на різних рівнях соціального середовища.

5. Аналіз рівня мотивації студентів до занять фізичною культурою дозволив виявити проблеми на основі проведених емпіричних досліджень за допомогою розробленої анкети, де респондентами виступили здобувачі освіти Хмельницького національного університету з 1 по 3 курси. Встановлено, більшість проблем розвитку мотивації пов'язані з негативним впливом на психіку студентів соціальних чинників мезосередовища, які стають чинниками гальмування розвитку фізичного виховання студентів. Шкідливі звички - як фактор гальмування, знижує мотивацію студентів до занять фізичною культурою та спортом та загальну успішність. У той же час причиною виникнення психологічних факторів гальмування розвитку мотивації студентської молоді є порушення принципу систематичності в процесі фізичного виховання у ЗВО, внаслідок чого в психіці студентів виникає «синдром емоційного вигорання».

6. Для вирішення виявлених проблем розвитку мотивації студентів у процесі фізичного виховання теоретично обґрунтовано принципи впровадження у освітній процес комплексного механізму стимулювання студентів до занять фізичною культурою на основі збалансованості між впливом факторів дидактичного, навчального та фізкультурного характеру;

методів активізації пізнавальної діяльності студентів за класифікованими групами, серед яких пріоритетним є метод стимулювання, заснований на поєднанні таких форм, як заохочення, покарання та змагання; розроблено та впроваджено методику, засновану на виборі певних форм та методів як залежно від рівня фізичної підготовленості та потреби студента, так і залежно від терміну та етапу його навчання у ЗВО. Для кожного етапу запропоновано певні групи засобів та методів, різних за змістом, застосування яких дозволить викладачеві підвищити мотиваційну активність студентів у процесі занять фізичною культурою.

Список використаних джерел

1. Бажміна Е.А. Формувальне оцінювання: цілі, умови, принципи та структура. Вісник Черкаського національного університету імені Богдана Хмельницького. Педагогічні науки, №4, 2021. С.130-137. URL: <https://ped-ejournal.cdu.edu.ua/article/view/4048>.
2. Березюк О.С., Смоляр В.І. Шляхи модернізації освітньої системи України. Тенденції модернізації національних освітніх систем: збірн. наук. праць/за ред. О.С.Березюк, О.М.Власенко. Житомир: вид-во ЖДУ ім.І.Франка, 2014. 158с.
3. Зеленська Л.Д., Михайленко М.О. Педагогічний інструментарій організації формувального оцінювання в закладах загальної середньої освіти. Наукові записки. Педагогічні науки, 2022. С.11-18.
4. Молнар Т. Теорія та практика підготовки майбутніх учителів початкової школи до роботи з учнями в міжкультурному просторі Закарпаття: [моногр.]. Запоріжжя: ТОВ «ЛІПС» ЛТД, 2022. 484с.
5. Молнар Т.І. Інтерактивні технології у практиці підготовки майбутніх учителів початкової школи до роботи в міжкультурному просторі Закарпаття: навч.-метод. посіб. для здобувачів вищої освіти денної та заочної форм навчання спеціальності 013 «Початкова освіта» ОС «Бакалавр». Мукачево: МДУ, 2021. 72с.
6. Area M., Hernández V., & Sosa J. Models of educational integration of ICTs in the classroom. Comunicar. XXIV. 2016. No (47) P. 79–87.
7. Arries E. J. Professional values and ethical ideology: Perceptions of nursing students. Nurs Ethics. 2020 May; 27(3): 726–740. doi:10.1177/09697330198893968.. Sadler D.R. Formative assessment and the design of instructional strategies // Instructional Science. 1989. Vol.18. pp.119-144.
8. Жерновнікова Я.В., Казак В.Ю., Алексєнко Я.В., Єфременко А.М., Фоменко В.В. Визначення перспектив та напрямків вдосконалення

підготовки фахівців сфери фізичного виховання та спорту у закладах освіти України. Науковий часопис Національного педагогічного університету ім.М.П.Драгоманова. Серія No 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт).2023. Випуск 9 (169) 23. С. 56-59.DOI: [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.9\(169\)](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.9(169)).

9. Fullagar H. H., McCall A., Impellizzeri F. M., Favero T., Coutts A. J. The translation of sport science research to the field: a current opinion and overview on the perceptions of practitioners, researchers and coaches. *Sports Medicine*. 2019. Vol. 49. P.1817-1824.DOI: <https://doi.org/10.1007/s40279-019-01139-0>

10. Харківська А. А.,Мудрик В. І., Школа О. М. Компетентність як фактор підвищення професійної діяльності майбутніх фахівців фізичної культури і спорту : монографія. Харків, 2020. 185с.

11. Santos S., Mesquita I., Graça A., Rosado A. Coaches' perceptions of competence and acknowledgement of training needs related to professional competences. *Journal of sports science & medicine*. 2010.Vol.9(1). P.62-70.URL: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3737976/>

12. Жогло В. М., Коваль С. С., Хмелюк О. В., Лебедев С. І., Колоколов В. О., Єфременко А. М. Значення соціальної та культурної складової у підготовці фахівців з фізичного виховання та спорту. Науковий часопис Національного педагогічного університету ім. М.П. Драгоманова. Серія No 15. Науково-педагогічні проблеми ISSN2786-6645Scientific journal“PHYSICAL CULTURE AND SPORT: SCIENTIFIC PERSPECTIVE“~122~фізичної культури (фізична культура і спорт). 2023. Випуск 9 (169) 23. С. 59-62.DOI: [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.9\(169\)](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.9(169)).

13. Ребрина А. А. Особливості професійно-педагогічної діяльності тренера-викладача з виду спорту та його професійно-важливі якості. Науковий часопис НПУ ім.М. П. Драгоманова.2021. Вип. 9 (140). С. 86-89.DOI: [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2021.9\(140\)](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2021.9(140)).

14. Башавець Н., Федорищак Р., Бондарович О., Овчарук В., Рубан А. Вдосконалення професійної компетентності тренерів різних видів спорту. Вісник науки та освіти.2023. №8 (14).С. 402-414.DOI: [https://doi.org/10.52058/2786-6165-2023-8\(14\)-402-414](https://doi.org/10.52058/2786-6165-2023-8(14)-402-414)
15. Проскурін А. В., Стадніченко В. С. Науково-дослідницька компетентність як основа готовності майбутнього тренера до здійснення спортивного відбору.Науковий часопис НПУ ім.М.П. Драгоманова.2023.Випуск 1 (159).С. 118-121.DOI: [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.1\(159\)](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.1(159)).
16. Peel J., Cropley B., Hanton S., Fleming S. Learning through reflection: Values, conflicts, and role interactions of a youth sportcoach. Reflective practice. 2013.Vol.14(6). P.729-742.DOI: <https://doi.org/10.1080/14623943.2013.815609>
17. Walker L. F., Thomas R., Driska A. P. Informal and nonformal learning for sport coaches: A systematic review. International Journal of Sports Science & Coaching. 2018.Vol.13(5). P.694-707.DOI: <https://doi.org/10.1177/1747954118791522>
18. Лазоренко С., Скрипка І., Бабачук Ю., Йопа Т., Чередніченко С.Динаміка рухової активності учнів закладів дошкільної освіти. PhysicalCultureandSport: ScientificPerspective. 2023. No1. С. 6-12.
19. ГуменюкС.В. Методиканаукових досліджень у фізичному вихованні та спорті / ГуменюкС.В., ГулькаО.В., СапрунС.Т. / навч. посібник. Тернопіль, 2022. 322 с.
20. КруцевичТ.Ю., Безверхня Г. В. Рекреація у фізичній культурі різних груп населення: навч. посібник. К.: Олімп. л-ра, 2010. 248 с.
21. Павлюк Є.О. Критеріальний підхід розвитку професійної компетентності майбутніх тренерів-викладачів в процесі їх професійного становлення [Електронний ресурс] / Є.О.Павлюк, Т.В.Чопик // Вісник Національної академії Державної прикордонної служби України. 2015. Вип.1. Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/j-pdf/Vnadps_2015_1_14.pdf.

22. Трубочова С.Е. Умови реалізації компетентісного підходу в навчальному процесі // Компетентісний підхід у сучасній освіті: світовий досвід та українські перспективи. К.: «К.І.С.», 2004. С. 53-56.

23. Chernyakova Z., Lianoi M., Bakatov V., Kholodniy A.(2023). Peculiarities of the professional training of future physical culture teachers and trainers in the conditions of distance education. *Physical Culture and Sport: Scientific Perspective*, No1, pp.78-83.7. Stork S and Sanders S (2008). Physical education in early childhood. *The Elementary School Journal*, 108(3):197–206.

24. Telama R, Yang X, Leskinen E, et al. (2014). Tracking of physical activity from early childhood through youth into adulthood. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 46(5): 955–962.

25. Tucker P (2008) The physical activity levels of preschool-aged children: A systematic review. *Early Childhood Research Quarterly*, 23(4): 547–558.

26. Сопотницька О. Характеристика особливостей професійної діяльності тренерів з ігрових видів спорту/ Олена Сопотницька// Сучасні тенденції розвитку освіти і науки в міждисциплінарному контексті: матеріали ІІ-ї міжнар. наук.-практ. конф. (Ченстохова–Ужгород–Дрогобич, 24–25 берез. 2016р.). –Ченстохова–Ужгород–Дрогобич, 2016. –С.396–398.

27. Васюк Ю. (2020). Особливості і структура соціальної самовизначеності підлітків у психолого-педагогічній науці та практиці. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології : науковий журнал/ МОН України, Сумський державний педагогічний ун-т ім. А. С. Макаренка. Суми : СумДПУ ім. А.С.Макаренка. 9(103). 294–305. DOI: 10.24139/2312-5993/2020.09/294-305*

28. Долинська Л., Панчук Н.(2023). Динаміка оцінювання студентами життєво-професійного шляху в процесі фахової підготовки (результати дослідження за 2000 та 2020 роки). *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Серія 12. Психологічні науки. 21(66). 5–16.*

29. Кавецький В. Є. (2019). Урахування напрямів самопідготовки оптантів до професійного самовизначення в профорієнтаційній роботі педагогів. Розвиток професійної майстерності педагога в умовах нової соціокультурної реальності: збірник матеріалів II Міжнародної науково-практичної конференції: у 2 ч. Ч.1 (м. Тернопіль, Україна, 11-12 квітня 2019 року). Тернопіль: СМП «Тайп». 242–245.

30. Кобченко А. А. (2022). Напрями та підходи з професійної орієнтації молоді. In: The 9 th International scientific and practical conference “Modern research in world science” (November 28-30, 2022) SPC “Sci-conf. com. ua”, Lviv, Ukraine. pp. 1569.

31. Професійна орієнтація : підручник. (2014). / уклад. Єгорова Є. В., Ігнатович О. М., Кобченко В. В., Литвинова Н. І., Марченко І. Б., Мерзлякова О. Л., Синявський В. В., Татаурова-Осика Г. П., Шевенко А. М. Кіровоград : Імекс-ЛТД, 240.

32. Ребуха Л. З. (2022). Готовність вчителів гуманітарних предметів до профорієнтаційної роботи у закладах загальної середньої освіти. Вісник Луганського національного університету імені Тараса Шевченка. Серія: Педагогічні науки. 1(349). 185–192.

33. Тарарук Д. П. (2022). Педагогічні умови формування готовності вчителів до профорієнтаційної діяльності серед старшокласників. Інноваційна педагогіка. 43(2). 105–109.

34. Тарарук Д. П. (2021). Вплив наукових підходів на педагогічний супровід учнів закладу загальної середньої освіти в процесі професійного самовизначення. Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології. 10(114). 177–187.

35. Турбан В. В. (2019). Становлення та професійне самовизначення особистості. Актуальні проблеми психології: зб. наук. праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. Психологія навчання. Генетична психологія. Медична психологія. К. : ДП «Інформаційно-аналітичне агентство». 33. 223–234.

36. Федоренко Л. (2022). Специфіка професійного самовизначення випускників сільських шкіл (за результатами констатувального експерименту). Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Серія 12. Психологічні науки. 7(62). 109–119. [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series12.2022.17\(62\).10](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series12.2022.17(62).10)

37. Чорна І. (2022). Психологічні особливості професійного самовизначення школярів. Вісник Львівського університету. Серія: Психологічні науки. 12. 157–163.

38. Бабич В. І. Визначення потенціалу навчального предмета "Фізична культура" в контексті формування соціального здоров'я учнів основної школи. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві. 2012. № 4. С. 240–243.

39. Горащук В. П. Культура здоров'я –новий педагогічний напрямок з формування здорового покоління у сучасній системі освіти в Україні. Валеологія: сучасний стан, напрямки та перспективи розвитку. Матеріали IV міжнародної науково-практичної конференції, квітень 2006 р.: у 2-х т. (За ред. проф. М. С. Гончаренко):Харків, 2006. т. II ч.2. С. 54-62.

40. Кравчук Я. І. Теоретико-методичні засади диференційованого підходу до навчання фізичної культури учнів загальноосвітньої школи.Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві.2010. № 1. С. 40–44.

41. Ляхова І. М. Формування культури здоров'я учнів (теоретичний і здоров'яформувальний аспекти). Науковий часопис [Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова]. Серія 15 : Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). 2019. Вип. 7. С. 54-59.

42. Мельник Ю. В.,Свячена С. М. Організація здорового способу життя в школі та формування культури здоров'я учнів початкових класів : навч.-метод. посіб. для керівників навч. закл., учителів, вихователів, практик психологів, соціальних працівниківХ. : ХДПУ, 2002. 210 с.

43. Поташнюк І. В. Основи формування культури здоров'я учнів загальноосвітніх навчальних закладів. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві. 2010. №4. С. 49–52.

44. Долинський Б.Т. Теоретико-методичні засади підготовки майбутніх учителів до формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у молодших школярів у навчально-виховній діяльності : дис. ... д-ра пед. наук; Держ. закл. «Південноукр. нац. пед. ун-т ім. К. Д. Ушинського». – О., 2011. – 549 с.

45. Желєзна Т. Здоров'язбережувальна діяльність учителів основної школи та шляхи її вдосконалення в системі післядипломної освіти / Т. Желєзна // Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології. – Суми. – 2019. – № 4. – С. 267-280.

46. Максимова Н. Інтерактивні методи навчання: крок у майбутнє / Н. Максимова, Л. Порох // Рідна школа. – 2008. – №12. – С. 35-38.

47. Пометун О.І. Сучасний урок. Інтерактивні технології навчання: наук.-метод. посібн. / О. І. Пометун, Л.В. Пироженко. За ред. О.І. Пометун. – К.: Видавництво А.С.К., 2004. – 192 с.

48. Романишина Л.М., Крищук Б.С., Поліщук О.С. Здоров'язбережувальна компетентність як складова професійної компетентності майбутнього вчителя початкової школи. / Л.М. Романишина, Б.С. Крищук, О.С. Поліщук // Вісник університету імені Альфреда Нобеля. – Серія: Педагогіка і психологія. Педагогічні науки. – №2 (24). – Дніпро, 2020. – С. 123-131.

49. Урум Н. С. Підготовка майбутніх вчителів до забезпечення здорового способу життя молодших школярів : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук : спец. 13.00.04 „Теорія та методика професійної освіти” / Н. С. Урум. – К., 2008. – 19 с.

50. Хомич Л.О. (1998) Професійно-педагогічна підготовка вчителя початкових класів. – Київ: Магістр-S, 1998. – 201 с.

51. Denisiuk L., Milceroova H. (1962).Rozwój sprawności motorycznej dzieci i młodzieży w wieku szkolnym. Warszawa Państwowe Zakłady Wydawnictw Szkolnych.
52. Drabik J. (1995).Aktywność fizyczna w edukacji zdrowotnej społeczeństwa cz. I. Wydawnictwo Uczelniane Gdańsk.
53. Gorbaniuk J., Chuchra M. (2018) Aktywność fizyczna kobiet i mężczyzn w czasie wolnym od pracy, roczniki teologiczne, Lublin.
54. Howley E T, Franks B D.(1997).Health Fitness Instructors. Handbook: Champaign, III, Human Kinetics.
55. Kubińska Z., Pańczuk A. (2018).Potrzeby zdrowotne realizowane przez aktywność fizyczną osób starszych, Rozprawy Społeczne, 12(1).
56. Kuński H.(1999).Profil wydolności (sprawności) prozdrowotnej w indywidualizacji treningu zdrowotnego osób dorosłych. ZG TKKF, Warszawa.
57. Migasiewicz J.(2006).Wybrane przejawy sprawności motorycznej dziewcząt i chłopców w wieku 7-18 lat na tle ich rozwoju morfologicznego. Praca habilitacyjna AWF we Wrocławiu, Wrocław.
58. Mucha B., Mucha M. (2021) Aktywność fizyczna w dobie pandemii Covid-19 [w:] W. Nowak, K. Szalonka, Zdrowie i styl życia. Ekonomiczne i społeczne i zdrowotne skutki pandemii, Wrocław.
59. .Niedostateczny poziom aktywności fizycznej w Polsce jako zagrożenie i wyzwanie dla zdrowia publicznego, Raport Komitetu Zdrowia Publicznego Polskiej Akademii Nauk pod red., W. Drygas M. Gajewska T. Zdrojewski (2021), Narodowy Instytut Zdrowia Publicznego –Państwowy Zakład Higieny Warszawa.
60. Osieński W. (2011).Teoriawychowania fizycznego. Wydawnictwo AWF, Poznań.
61. Skripko A., Biczysko G. (2017)Aktywność fizyczna oraz formy spędzania czasu wolnego dzieci i młodzieży, Gorzów-Kalisz.
62. Szopa J., Mleczko E., Żak S. (2000).PodstawyAntropomotoryki, Wydawnictwo Naukowe PWN Warszawa –Kraków.

63. Єжова О. О. Формування ціннісного ставлення до здоров'я в учнів професійно-технічних навчальних закладів : монографія. –Суми : Вид-во “МакДен”, 2011. –412 с.
64. Завидівська Н.Н. Формування навичок здорового способу життя у студентів вищих навчальних закладів. Л.: ЛДУФК, 2009. 120 с.
65. Кириленко О. Соціологічний аналіз спортивної активності населення України // Соціологія: теорія, методи, маркетинг. –К. –2007. –№ 3. –С. 169-187
66. Кириченко Т.Г., Н.А.Журавльова Організаційно-методичні засади формування здорового способу життя студентської молоді в процесі фізкультурно-оздоровчих занять. Збірник наукових праць за матеріалами VI Міжнародної науково-практичної інтернет-конференції Сучасні проблеми теорії та практики фізичного виховання, спортивних дисциплін і туризму. Переяслав-Хмельницький. ФОП ДОМБРОВСЬКА Я. М., 2018. С. 39-51.
67. Кубович О. Теоретичні передумови формування культури здорового способу життя студентської молоді. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я в сучасному суспільстві. 2012. № 3. С. 218–222
68. Мальцева О. Здоров'я вчителя –один із важливих чинників професійної та творчої самореалізації педагога. Здоров'я та фізична культура. Шкільний світ. 2011. № 3. С. 1–5.
69. Мосейчук Ю.Ю. Формування ціннісного становлення до культури здоров'я як основна вимога професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури Педагогічні науки : зб. наук. праць. [Херсонський державний університет]. Херсон, 2019. Вип. LXXXVII. С 128–134
70. Петрица П. Шляхи та засоби формування культури здоров'я студентів. Проблеми та перспективи наук в умовах глобалізації : матеріали IX Всеукраїнської наукової конференції, Тернопіль, 18–22 листопада 2013 р. ТНПУ ім. В. Гнатюка. Тернопіль, 2013. С. 209–212.

71. Повар О. В. Мотиваційно-ціннісне ставлення студентів університетів до фізичного виховання й спорту. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві. -2012. -№ 1. -С. 50–55.

72. Поліщук А. Формування мотиваційно-ціннісного ставлення до занять фізичною культурою і спортом // Режим доступу: https://ffv.udpu.edu.ua/?page_id=4849.

73. Шаронова І.В. (Сундукова І.В.) Формування у старшокласників ціннісного ставлення до психічного здоров'я як умови його збереження та укріплення / І.В. Шаронова // Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Серія № 12. Психологічні науки: Збірник наукових праць. –К.: НПУ імені М.П. Драгоманова, 2013. –№ 41 (65). –С. 113-120.