

O.P. Hulchiy, I.M. Khomenko, I.P. Koziaryn, O.P. Ivakhno, N.M. Zakharova, S.M. Turianytsia // Collection of scientific works of NMAPE named after P.L. Shupik. - 2018. - Issue 29. - P. 417-428.

7. Khomenko I.M. Problematic issues on the way to the development of the public health system in Ukraine / I.M. Khomenko, Ya.V. Pershehuba, N.V. Piven, N.M. Zakharova // Public health: problems and prospects for development: Coll. materials of abstracts of the scientific-practical conference with international participation - November 29, 2018 - Ostrog, 2018. - P. 60-61.

8. Dutchak M. The paradigm of wellness motor activity: theoretical grounding and practical application / M. Dutchak // Theory and methodology of physical education and sports. - 2015. - №2. - P.44-51.

9. Department of Public Health of Ostroh Academy National University. - [Electronic resource]. - Access mode: https://www.oa.edu.ua/ua/departments/politics/pim_health/

10. Klimenko M.O. Methodology and organization of scientific research: textbook / M.A. Klimenko, V.G. Petruk, M.B. Mokin, N.M. Vozniuk The scumbag. - Kherson: Oldie Plus, 2012. - 474 p.

11. The concept of developing a public health system. Close by order of the Cabinet of Ministers of Ukraine of November 30, 2016 No. 1002-p.

12. National Strategy for Wellness Movement Activity in Ukraine until 2025 "Movement Activity - Healthy Lifestyle - Healthy Nation". Close by the Decree of the President of Ukraine of February 9, 2016 № 42 / 2016.

13. Fundamentals of Public Health: Theory and Practice: Educ. - method. manual / Edited by OV No fuss. - Uzhgorod: Patent OJSC, 2008. - 322 p.

14. Regulations on Physical Health Centers of the Population for All. Close Order of the Ministry of Youth and Sports of Ukraine № 323 of January 31, 2014.

15. Regulation on the All-Ukrainian Center for Physical Health of the Population "Sport for All". Close By the Order of the Ministry of Youth and Sports of Ukraine № 2516 of July 15, 2015.

16. Ringach N.O. Public health as a factor of national security: monograph / N.O. Ringach. - Kyiv: NADU, 2019. - 296 p.

17. English bulletin program bsc in public health [Electronic resource] / Universty of Debrtctn / Faculty of public health / acdemicyer 2016/2017 / P.49-59 - [Electronic resource]. - Access mode: <https://www.edu.unideb.hu/>

DOI 10.31392/NPU-nc.series 15.2020.5(125).32

Череповська О.А.

старший викладач

Національний університет «Львівська політехніка», м. Львів

СПОСОБИ ФОРМУВАННЯ МОТИВАЦІЇ У СТУДЕНТІВ ЗВО ДО ЗАНЯТЬ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

В останній час дисципліна «Фізичне виховання» втрачає свої популярність, позиції та престиж серед учнівської та студентської молоді. Підрастаюче покоління використовує всі можливості, щоб уникнути фізичних навантажень в рамках навчального предмету як в школі, так і в закладах вищої освіти. Причин для подібної поведінки достатньо: відношення до фізичного виховання і спорту в сім'ї, застаріла схема проведення та шаблонність уроків, недостатня практична кваліфікація викладачів, відсутність креативу викладання та сучасних напрямків в навчальному процесі. В ситуації, що склалась молода людина має надзвичайно мало мотивів для свідомого і сумлінного відвідування занять з фізичного виховання та плідної роботи в його межах. Беручи до уваги все вищенаведене, перед викладачами фізичного виховання постає завдання підняти престиж дисципліни «Фізичне виховання» та вмотивувати студентів до фізичних навантажень, як в рамках навчальної дисципліни, так і за межами освітніх закладів. В цій роботі ми спробували окреслити засоби, які допоможуть підвищити мотивацію молоді в даному питанні.

Ключові слова: фізичне виховання, студентська молодь, мотивація.

Е.А. Череповская. Способы формирования мотивации к занятиям физической культурой у студентов высших учебных заведений. В последнее время дисциплина «Физическое воспитание» теряет свои популярность, позиции, престиж среди ученической и студенческой молодежи. Подрастающее поколение использует все возможности для того, чтобы избежать физических нагрузок в рамках учебного предмета как в школах, так и в высших учебных заведениях. Причин для подобного поведения достаточно: отношение к физической культуре и спорту в семье, устаревшая схема проведения и шаблонность уроков, недостаточная практическая квалификация преподавателей, отсутствие креатива преподавания и современных направлений в учебном процессе. В сложившейся ситуации молодые люди имеют чрезвычайно мало мотивов для регулярного, сознательного посещения занятий по физическому воспитанию и результативной работы на нём. Беря во внимание всё выше сказанное, перед преподавателями физического воспитания стоит задача поднять престиж дисциплины «Физическое воспитание» и дать мотивы студентам получать физические нагрузки как в рамках учебной дисциплины, так и за пределами учебных заведений. В этой работе мы попытались определить способы повышения мотивации студенческой молодёжи в данном вопросе.

Ключевые слова: физическое воспитание, студенческая молодёжь, мотивация.

Cherepovska O. Ways of formation of motivation for physical education among students of higher educational institution. Recently, the discipline "Physical Education" is losing its popularity, position, prestige among pupils and students. The younger generation uses all the opportunities in order to avoid physical exertion within the framework of the subject matter both in schools and in higher educational institutions. There are enough reasons for such behavior: attitude to physical education and sports

in the family, outdated scheme of conducting and stereotyped lessons, insufficient practical qualifications of teachers, lack of creative teaching and modern directions in the educational process. In this situation, young people have extremely few motives for regular, conscious attendance of physical education classes and effective work on it. Taking into account all the above, the task of physical education teachers is to raise the prestige of the discipline "Physical Education" and give motives to students to get physical activity both within the academic discipline and outside educational institutions. In this work, we tried to identify ways to increase student motivation in this matter.

Key words: physical education, student youth, motivation.

Постановка проблеми. Дисципліна «Фізична виховання» виховання споконвіку вважалась «несерйозним предметом». Але надзвичайно важливим для виховання здорової нації є підняття престижу фізичного виховання, підвищення поваги до особи викладача фізичного виховання та мотивація студентської молоді щодо занять фізичним вихованням та спортом.

Аналіз літературних джерел. Сучасна молодь є активною, але в умовах сьогодення ця активність має дещо однобічний та прагматичний характер. Високу активність молоді люди демонструють, переважно, тоді, коли це стосується їх особистих інтересів. На це можуть впливати: сімейні традиції, державна політика, велике навчальне навантаження, сучасні засоби комунікації, наявність роботи, психологічні особливості, спосіб мислення тощо.

Велика кількість вітчизняних та закордонних фахівців вивчали проблеми мотивації в спорті та фізичному вихованні різних верств населення [4, 8, 9].

Щоб вмотивувати сучасного студента до фізичної активності викладач повинен вести широку просвітницьку роботу, розсуваючи межі своєї дисципліни. Студент повинен зрозуміти, що для підтримання фізичної форми та належного психічного стану необхідна постійна рухова активність. А це, в свою чергу, дозволяє переносити значні фізичні та психоемоційні навантаження, які є частиною сучасного життя [1, 4, 7].

Встановлено, що потреби, мотиви та інтереси в галузі фізичної культури залежать від віку людини, її темпераменту, укладів родини та пов'язані з психологічним розвитком, соціальним формуванням особистості і соціально-економічними умовами життя [2, 3].

Взагалі в основі будь-якого мотиву покладена потреба. Дії людини передусім залежать від потреб, а не від свідомості [5]. Це відноситься і до фізичного виховання.

Рушійною силою у розвитку мотивації до систематичних занять фізичними вправами, наприклад, у школярів є формування стійкого інтересу до предмету, визнання його важливості та позитивне ставлення до активної фізкультурної діяльності взагалі [6].

І хоча за своїм віком студенти не дуже далеко відрізняються від школярів старших класів, але особливості в процесах формування мотивації дещо різняться. Відповідь саме це питання ми намагались отримати в процесі нашої роботи.

Мета статті (постановка завдань). Вивчити ставлення студентів Національного університету «Львівська політехніка» до занять з дисципліни «Фізичне виховання», їх спортивні уподобання, з'ясувати їх бачення ідеального заняття з фізичного виховання та результатів їх занять. На підставі вивчених літературних джерел та отриманих даних спробувати окреслити можливі шляхи покращення мотивації студентів щодо ведення здорового способу життя та занять фізичним вихованням і спортом в рамках навчальної програми та поза нею.

Велика кількість наукових праць присвячена темі фізичного виховання в системі освіти. Згідно цих досліджень студентська молодь має низький рівень фізичної підготовленості та мотивації щодо занять фізичною культурою та спортом особливо в рамках навчальної програми ЗВО. Оскільки молодь вступає до вищого навчального закладу вже із сформованим ставленням до фізичного виховання (як правило, нижчим за середній), то перед викладачем фізичного виховання постає важливе і важке завдання – зламати цей стереотип. Взнявши за основу основні правила психології спорту та враховуючи особливості нашого контингенту ми працювали в цьому напрямку.

Виклад основного матеріалу дослідження. Наше дослідження ми розпочали з анкетування 300 студентів I – III курсів Національного університету «Львівська політехніка». Насамперед, нас цікавило ставлення студентства до занять фізичним вихованням у ЗВО.

- 18% респондентів обрали відповідь «Такі заняття непотрібні, безперспективні і не подобаються»;
- 42% відповіли «Потрібні, але безперспективні і не подобаються»;
- 32% вважають, що заняття з фізичного виховання в рамках навчальної програми потрібними, перспективними, але такими.
- 8% за варіант «Потрібні, перспективні та подобаються».

Для того, щоб заняття з фізичного виховання подобались студентам, вони повинні бути сучасними та цікавими. І тільки в такому випадку такі заняття можуть стати важливою та престижною частиною освітянської сфери. Наше подальше анкетування продемонструвало наступні результати:

- 47% студентів вважають заняття з фізичного виховання у ЗВО нецікавими, несучасними та малоефективними;
- 44% респондентів бажають отримати від занять фізичного виховання порцію навантаження та рухової активності, якої їм не вистачає в повсякденному житті;
- 39% молоді мріють навчитись основам певного виду спорту та випробувати себе в новій сфері;
- 17% респондентів очікують психоемоційного розвантаження за допомогою фізичних вправ.

Стосовно бачення ідеального заняття з фізичного виховання очима студента, то воно має бути цікавим та ефективним.

В результаті анкетування, бесід та педагогічного спостереження ми виявили коло причин, які гальмують мотивацію студентів щодо занять фізичним вихованням у ЗВО. Їх можна поділити на 2 групи: економічні (мал. 1) та професійні (мал. 2).

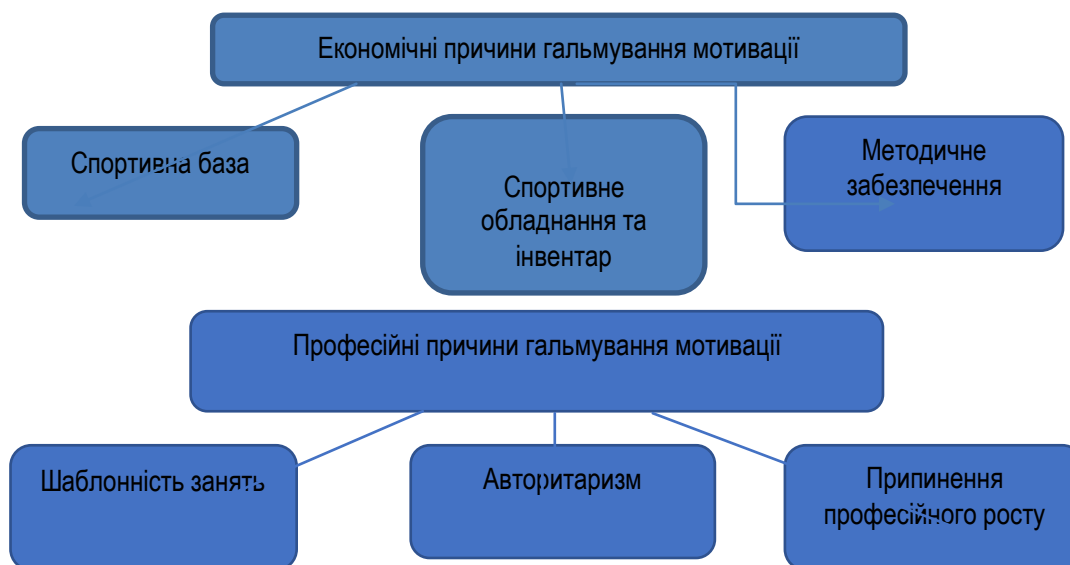


Рис. 2

Безперечно, що група економічних причин знаходиться в певній площині і на всі зміни тут потрібен тривалий час. А професійні причини – це сфера діяльності, яка цілком залежить від викладача.

Використовуючи отримані дані ми провели експеримент. Традиційним для НУ «Львівська політехніка» є свято аеробіки. При підготовці до нього ми в двох групах рівної підготовки пішли двома шляхами. В групі № 1 ми повідомили, що проводитимуться змагання та студенткам треба до них готуватись. Після чого студентки вивчали композицію під запропоновану до неї музику.

В групі № 2 ми подали цю новину, як запрошення до участі в цікавій та серйозній справі. «Зіграли» на тому факті, що, фактично, кожна дівчина мріє себе проявити в танці і треба хоч раз в житті спробувати. Ми розповіли про потенційних суперників, були в курсі всіх сучасних музичних новинок, радились і студентами щодо виборів костюмів та назви команди, вчили молодь вгамовувати тривогу та не боятись глядачів, створили чат для спілкування.

В результаті, з 24 студенток групи № 1 в змаганнях наважились взяти участь лише 7 дівчат. (Ми дозволили дівчатам приймати рішення щодо участі в змаганнях). Але це було зроблено без особливого бажання, формально. Ця команда в змаганнях зайняла останнє місце. В групі № 2 абсолютно всі студентки виявили бажання брати участь в змаганнях. В результаті, ми розділили їх на дві команди, які посіли, відповідно, I та II місця. І по закінченню змагань дівчата почали планувати виступ на наступний рік. Ще одним потужним мотиваційним стимулом для молоді може стати бажання отримання похвали, необхідність стати потрібним та почутим, набуті собі новий статус, відчуті себе в ролі лідера тощо.

Дуже дієвими, але за певних умов та із урахуванням психотипу студента, можуть бути сумніви в кінцевому результаті. Ці важелі також доцільно використовувати при роботі з студентами. Звичайно, це складна та кропітка робота, на яку необхідний час, велике бажання та високої професіоналізм. Але таке важливе завдання, як повернення престижу окремій освітянській галузі та посилення потреб і мотивації студентства у фізичній активності в умовах сьогодення цього вартує.

Висновки. Сучасне студентство не має потужної мотивації щодо занять фізичною культурою та спортом в рамках навчальної програми ЗВО. Гальмівниками цього процесу ми визначили два типи причин: економічні та професійні. В результаті нашої роботи ми виявили фактори, що можуть вплинути на посилення мотивації студентів. Для цього необхідно:

- Намагатись зробити заняття з ФВ цікавими, нестандартними та ефективними;
- Більше схилитись до демократичного стилю керування та водночас стати беззаперечним авторитетом для студентів за рахунок високих професійних якостей та компетентності;
- Шукати індивідуальний підхід до кожного студента;
- Мати зі студентами спільну мету та разом йти до неї (на прикладі організації та проведення змагань);
- Не припиняти професійного росту, слідкувати за новими методиками, регулярно відвідувати конференції, семінари, конвенції;
- Займатись самовдосконаленням, вивчаючи супутні науки (психологію, мову жестів, ораторську майстерність тощо); Бачити в студентах своїх однодумців, прагнути зрозуміти їх та широко проводити просвітницьку роботу серед студентства. Молоді люди повинно чітко розуміти що вони роблять на заняттях з фізичного виховання, як це робити і для чого. **Перспективи подальших досліджень.** Продовження роботи в цьому напрямку є перспективною, оскільки питання мотивації молоді щодо занять фізично культурою завжди буде актуальним. І тому надзвичайно важливо шукати нові шляхи, методи та засоби, які б спонукали студентство до фізичного самовдосконалення та здорового способу життя.

Література

- 1.Базовая аэробика в оздоровительном фитнесе. Учебное пособие. М.: ООО «УИЦ «ВЕК», 2006.- 72 с.
- 2.Зварищук О. М. Виховання відповідальності за свій фізичний стан (на прикладі старших класів: методичні рекомендації для вчителів фізичної культури). - Львів, 2002

3. Іванченко Л. П. Формування мотивації у підлітків до систематичних занять фізичною культурою і спортом: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук: спец. 13.00.07 «Теорія та методика фізичного виховання» / Л. П. Іванченко. - Луганськ, 2007. - 20 с.
4. Лапшина Г. Г., Череповська О. А. Теоретична підготовка студентів ЗВО з предмету «Фізичне виховання». Конспект лекцій / Г. Лапшина, О. Череповська, Л. Дербабя, Р. Дмитрів [та ін.] : навчальний посібник / за ред. Г. Г. Лапшиної // - Львів: Поліграфіст, 2018, - 336 с.
5. Леонтьев А. Н. Мотивы и эмоции. - М., 1972. - 39 с.
6. Лещенко Г. А. Формування позитивної мотивації школярів до систематичних занять фізичними вправами: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук: спец. 13.00.09 «Теорія навчання» / Г. А. Лещенко. - Кривий Ріг, 2002. - 18 с.
7. Череповська О. А., Палагнюк Т. В. Аеробіка: методичні вказівки до проведення занять з танцювальної аеробіки зі студентками I - II курсів вищих навчальних закладів. - Львів: Видавництво Національного університету «Львівська політехніка», 2006. - 56 с.
8. Elliot A., Dweck C. Handbook of Competence and Motivation. - Guilford Press: New York, 2005.
9. Shlosberg S., Neponent L. Fitness. - John Wiley and sons, 2010. - 432 p.

Reference

1. "Basic aerobics in wellness fitness" (2006), "ООО UIC "VIEK", 72 p.
2. Zvarishzuik O.M. (2002), "Education of responsibility for one's physical condition (in the example of the senior classes: guidelines for physical education teachers)", Lviv.
3. Ivanchenko L.P., (2007), "Formation of motivation in adolescents to systematic physical education and sports", Theory and methods of physical education, Lugansk, 20 p.
4. Lapshyna G.G., Cherepovska O.A., Dербaba L. and Dmytriv R. (2018), "Theoretical preparation of students of higher education institutions in the subject of physical education", Lviv, Polygraphist.
5. Leont'ev A.N. (1972), "Motives and emotions", Moscow, 39 p.
6. Leshchenko G.A., (2002) "Formation of positive motivation of schoolchildren to systematic exercise exercises", Theory of Learning, Krivoy Rog, 18 p.
7. Cherepovska O.A. and Palaguiuk T.V., (2006), "Aerobics: guidelines for conducting aerobic dance classes with female students I-II courses of higher education", Lviv, Vydavnytstvo NU LP.
8. Elliot A. and Dweck C., (2005), "Handbook of Competence and Motivation", Guilford Press.
9. Shlosberg S. and Neponent L., (2010), "Fitness", John Wiley and sons.

DOI 10.31392/NPU-nc.series 15.2020.5(125).33
УДК 378.018.46:796.071.43(477)

Ячнюк М.Ю.

**кандидат наук з фіз. вих. і спорту, доцент кафедри фізичної культури та основ здоров'я
Чернівецький Національний Університет імені Юрія Федьковича**

Ячнюк Ю.Б.

**старший викладач кафедри теорії та методики фізичного виховання і спорту,
Чернівецький Національний Університет імені Юрія Федьковича**

Ячнюк І.О.

**старший викладач кафедри теорії та методики фізичного виховання і спорту,
Чернівецький Національний Університет імені Юрія Федьковича**

Ібрагімов Е.Ю.

Керівник фізичного виховання коледжу БДМУ

ФОРМУВАННЯ БЕЗПЕРЕРВНОЇ ОСВІТИ ТРЕНЕРІВ

Модель розвитку суспільства потребує від сучасного фахівця широкого спектра знань, навичок і компетенцій для успішного виконання своїх професійних функцій, забезпечення всебічного і сталого розвитку освіти і науки України. Сучасному суспільству, яке розвивається досить стрімко, потрібні кваліфіковані працівники, які можуть конкурувати на ринку праці, компетентні, відповідальні та вільно володіють своєю професією, здатні до ефективної роботи за спеціальністю на рівні світових стандартів, готових до постійного професійного росту, соціальної і професійної мобільності.

Післядипломна освіта передбачає розвиток її за допомогою відкритих технологій освіти дорослих, відкритого контингенту і відкритих занять, прозорості системи, взаємоузгодженості всіх компонентів, а також наявності умов для вільного входження суб'єктів в освітній простір, здобуття якісної освіти без обмежень за гендерним, віковим, національним та територіальними відмінностями. Професійний саморозвиток – це процес формування особистості, орієнтованої на високі професійні досягнення. У системі післядипломної освіти створено умови для безперервного навчання впродовж усього життя, доступності в здобутті знань, відповідності запитам і потребам особистості та суспільства.

На курсах підвищення кваліфікації використовується сучасна теорія і практика спортивного тренування; вивчається застосування методик функціонального відновлення організму; аналізуються поза тренувальні та поза змагальні чинники в підготовці спортсменів, психологічна підготовка. Терміни проведення подальших курсів залежить від