

Висновки. Результати опитування виявили що, майбутні вчителі початкових класів у виборі форм підготовки до фізичного виховання віддають перевагу професійно-орієнтованій моделі (51%). Секційній формі занять фізичними вправами віддають перевагу 13-19% опитаних студентів, традиційній (наданням студентам можливості як відвідувати заняття з групою, так і займатись індивідуально в спортивних секціях та оздоровчих гуртках, клубах) в середньому 32% опитаних. Поряд з цим низьким залишається відсоток студентів, що обирають індивідуальну форму організації занять (1-2%).

Зауважимо, що стратегічною метою вивчення предмету «Фізичне виховання», незалежно від обраної моделі, у вищому педагогічному навчальному закладі, як форми підготовки майбутніх вчителів початкових класів повинно бути формування їх готовності до фізкультурно-оздоровчої діяльності учнів з метою передачі та формування їм цінностей сучасної фізичної культури. Процес підготовки не залежно від вибору моделі організації занять являє собою діючу педагогічну систему, що відрізняється якісною своєрідністю цільової спрямованості, змісту структурних компонентів, механізмів внутрішнього і зовнішнього функціонування, виникнення і розвитку. Функціонування і розвиток цієї системи здійснюється через організацію навчально-пізнавальної діяльності студентів, що розгортається у вигляді системи навчальних завдань, методів і форм навчання і видів занять. Системоутворюючим чинником повинні виступати оперативні цілі формування готовності до фізкультурно-оздоровчої діяльності майбутнього учителя-предметника. Структурною одиницею будь якої із запропонованих Міністерством освіти і науки України моделі повинно бути вирішення теоретичних, методичних і рухових завдань, що відображають окремі сторони фізкультурно-оздоровчої діяльності майбутнього педагога.

Подальші перспективи дослідження будуть здійснюватись у напрямку визначення ефективності запропонованих Міністерством освіти і науки України форм моделей проведення занять з фізичного виховання з метою підготовки майбутніх вчителів початкових класів до фізкультурно-оздоровчої діяльності.

Література

1. Огнистий А. В., Огніста К. М. Нові підходи до формування здоров'я студентів через індивідуальну модель організації фізичного виховання / А. В. Огнистий, К. М. Огніста // Матеріали XIV міжнародної науково-практичної конференції «Валеологія: сучасний стан, напрямки та перспективи розвитку». – 16 квітня 2016 р., Х.: ХНУ ім. В.Н. Каразіна, 2016. – С. 244-248.
2. Огнистий А. В., Огніста К. М. Маляр Е. І. Проблема готовності майбутніх вчителів-предметників до фізкультурно-оздоровчої діяльності учнів / Огнистий А. В., Огніста К. М. Маляр Е. І. // Науковий часопис Національного педагогічного університету ім. М. П. Драгоманова. Серія №15 «Науково-педагогічні проблеми фізичної культури / фізична культура і спорт / за ред. Г. М. Арзютова. – К.: Вид-во НПУ імені М.П. Драгоманова, 2013. том 2 – випуск 7 (33). – С. 14-19.
3. Результати опитування студентів Тернопільського національного педагогічного університету ім. Володимира Гнатюка, щодо організації фізичного виховання (за 2015 – 2016 роки) Тернопіль: ТНПУ ім. Володимира Гнатюка, 2016. – 19 с. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.facebook.com/media/set/?set=a.436532689879473.1073741829.436527966546612&type=3>
4. Указ Президента України №42/2016 Про Національну стратегію з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року «Рухова активність - здоровий спосіб життя - здорова нація» [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.president.gov.ua/documents/422016-19772>.
5. Ambach G. Standarts for teachers: potential for improving practice / G. Ambach // Academe. – 1996. – Vol. 82. – № 3. – P. 20-23.
6. Bollen G. G. Using multicultural tutoring to prepare preservice teacher for diverse classroom / G. G. Bollen // The educational forum. – 1996. – vol. 61. – № 1. – P. 68-76.
7. Boyer E. High school / E. Boyer – New York, 1983. – 363 p.
8. Shiyan B. M. Teoriya i metodika fizichnogo vikhovannya shkolyariv / B. M. Shiyan. – Chastina 1. – Ternopil : Navchalna kniga – Bogdan, 2003. – 272 s.
9. Stepanko A. V. Preparation of future primary school teachers for physical education lessons This Dissertation is prepared for obtaining a scientific degree in Pedagogy, speciality 13.00.04 - Theory and Methods of Professional Education / Stepanko A. V. - National Pedagogical University named after Volodymyr Gnatyuk, Ternopil, 2009. – 236 P.

Оленев Д.Г.

Державний університет телекомунікацій

ФОРМУВАННЯ МОТИВАЦІЇ СТУДЕНТСТВА, ЯК ОСНОВИ КОМПЕТЕНТІСТНОГО ПІДХОДУ ПІД ЧАС ЗАНЯТЬ ІЗ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

У статті проаналізовано принципи пізнавальної діяльності студентів вищих навчальних закладів. Висвітлені методи стимулювання та мотивації, загальні проблеми активізації пізнавальної діяльності студентів під час занять з фізичного виховання. Проаналізовано пізнавальну діяльність як складову навчальної ситуації, ядром якої виступає соціальна взаємодія студентів із викладачами та між собою.

Ключові слова: здоров'я, пізнавальна діяльність, компетентність, компетенція, мотивація, стимулювання, студент, фахівці.

Оленев Д. Г. Формирование мотивации студенчества, как основы компетентного подхода во время занятий с физического воспитания. В статье проанализированы принципы познавательной деятельности студентов высших учебных заведений. Освещены методы стимулирования и мотивации, общие проблемы активизации познавательной деятельности студентов специального медицинского отделения во время занятий по физическому

воспитанию. Проанализирована познавательная деятельность, как составляющая учебной ситуации, ядром которой выступает социальное взаимодействие студентов с преподавателями и между собой.

Ключевые слова: познавательная деятельность, мотивация, стимулирование, студент, преподаватель.

Olenyev. D. H. Formation of student's motivation as bases of competence-based approach on classes in physical training. In article we analysed the principles of student's cognitive activity of higher educational institutions. Also, we clear up some methods of stimulation and motivation, common problems of activization of student's cognitive activity of special medical studios during the classes of physical training.

Cognitive activity is analysed as a component of an educational situation as the central component of social interaction of student's performs with professors and among themselves.

These circumstances call for experts in the field of physical culture to carry out necessary search of means in order to prevent negative factors of the environment and production (educational) process for the purpose of preservation and promotion of health.

The solution of this problem demands integrated competency-based approach to all spheres of representatives activity in field of education process as far as knowledge and abilities received in higher education institution are not always conform to those requirements which take place in production activity.

In view of this it is important to account for the maintenance of the notions "competence", "competency" and "health" from a position of those scientific disciplines entering a course of their studying in higher educational institutions (in particular, in unspecialized educational institutions), but which have direct or indirect relation to valeological problems of formation, preservation, strengthening and restoration of individual health.

The concept "competence" and "competency" are differently defined by many authors (Markova, L. Mitina, G. Griban, A. Gutel, S. Prisyazhnyuk and others). In particular, A.V. Hutorskoy defines "competence" as the integrated result of mastering knowledge, the taken norm on the basis of assimilation of knowledge, abilities, skills and also modalities of action in various life situations for the solution of theoretical and practical tasks.

The competency is "quality of the personality who provides the minimum experience of use of competence on the set field of activity of the person". Respectively, the subject competency - "is set of knowledge, abilities and characteristic features within a concrete subject, gives the chance to the student independently to perform certain operations for the solution of an educational problem (a task, a situation)".

Ключові слова: health, cognitive activity, competence, competency, motivation, stimulation, student, experts.

Постановка проблеми. Проблема розробки та впровадження культури зміцнення здоров'я, фізичної реабілітації людей, особливо студентської молоді, належить до першочергових проблем сучасної державної політики.

Здоров'я і навчання студентів взаємопов'язані і взаємобумовлені. Чим міцніше здоров'я студента, тим продуктивніше навчання, інакше кінцева мета навчання втрачає справжнє значення і цінність. Щоб студенти успішно адаптувалися до умов навчання у вищому навчальному закладі, зберегли і зміцнили здоров'я за час навчання, необхідні здоровий спосіб життя і регулярна оптимальна рухова активність (Булич Э.Г., Муравов И.В., 2003)

Переважна більшість сучасних студентів культуру здорового способу життя сприймають досить зверхньо, якщо й взагалі не скептично. Формування знань студентів про потребу здорового способу життя – одне із завдань фізкультурної освіти. Критерієм ефективності цього процесу повинен бути рівень здоров'я дітей та молоді, рівень фізичної працездатності і соціальної дієздатності (Р.Т. Раєвський, 2008).

Мета дослідження – теоретично обґрунтувати формування мотивації студентської молоді, як основи компетентного підходу під час занять з фізичного виховання в оволодінні культурою здоров'я засобами фізичної культури.

Результати дослідження. Яким фахівцем стане нинішній студент, залежить не тільки від того, наскільки добре він навчається, а й від вміння володіти здоровими життєвими навичками, від його буття в зокрема. Вихованню саме цих навичок сприяє фізичне виховання. Саме формування навичок ведення здорового способу життя у студентському віці є запорукою майбутньої успішної професійної діяльності у майбутньому. Під час навчального процесу студент здатний лише сприймати знання, вміння та навички, оволодіти ними він може тільки самостійно. А тому під час підготовки фахівців будь-якого профілю у вищих навчальних закладах самостійній роботі студентів повинно надаватися велике значення. Необхідно усіляко заохочувати їх творчу ініціативу, пізнавальну діяльність, прагнення до глибокого проникнення у теоретичні основи, вдосконалення практичних навичок в обраній галузі діяльності [4, 11, 12].

У статті наведені загальні твердження щодо поняття "здоров'язбережувальна компетентність" як соціально-педагогічна категорія; сутність "здоров'я" як багатоаспектну абстрактно-логічну категорію, яка може бути описана різними модельними характеристиками та потребує повного переосмислення; дається аналіз захворюваності різних верств населення України за останні роки; наведено структуру здоров'язнавства; представлено сучасні уявлення про вплив занять фізичною культурою і спортом на організм студентської молоді [7].

Формування пріоритету здоров'язбережувальних компетентностей, мотивів здорового способу життя у студентські роки є на сьогодні надзвичайною проблемою з точки зору майбутнього України. Про це свідчать праці багатьох українських науковців, зокрема: М. М. Амосова (2002), Г. Л. Апанасенко (1989), Э. Г. Булич, І. В. Муравова (2003), Г.П. Грибана (2012), О. Д. Дубогай (2010), Л. П. Суценко (1999), С.І. Присяжнюка (2012) та ін.

Україна, яка за тривалістю життя посідає 135 місце (серед 192 країн світу) набула двох ганебних статусів [7]: як вимираюча нація, яку потрібно занести до "червоної книги" – перший статус і як "країна вдів" (за останні 10 років смертність чоловіків зрілого віку збільшилась у 2 рази, жінок – у 1,5 рази, і, відповідно, різниця між тривалістю їх життя становить близько 15 років) – другий статус [7].

Ще 100 років тому І.І. Мечніков писав: "Природа не пощадила їх (динозаврів – авт.); хто знає, не готова вона так само поступити по відношенню до роду людського?" (І.І. Мечніков, 1988).

Ця ситуація ставить людину перед необхідністю пошуку засобів запобігання цьому з метою збереження та зміцнення здоров'я. Вирішення цієї проблеми потребує *комплексного компетентнісного підходу* до усіх сфер життєдіяльності людини, в тому числі й освітянської, оскільки відомо, що знання та вміння, отримані у вишах, не завжди відповідають тим вимогам, які мають місце на ринку праці. У зв'язку з цим важливо розкрити зміст понять "компетентність" та "здоров'я" з позиції тих наукових дисциплін, що входять до курсу вивчення їх у вищих навчальних закладах та мають пряме відношення до валеологічних проблем формування, збереження, зміцнення та відновлення індивідуального здоров'я [6, 7].

Формування здоров'язбережувальної компетентності студентів виявляється в наступних аспектах: успішне навчання; психологічний комфорт при спілкуванні з однокурсниками; наявність цінностей і життєвих цілей, самореалізація особистості; достатній рівень здоров'я; усвідомлене ведення здорового способу життя; самоконтроль вчинків і поведінки, її рефлексія; сформованість самооцінки.

Отже, **здоров'язбережувальна компетентність** – це інтегративна характеристика рівня навченості студента, яка складається з мотивації щодо ведення здорового способу життя, засвоєних знань, вмінь, навичок, адекватної поведінки в динамічних умовах навчально-виховного процесу та побутового середовища, уміння діяти в різних сферах життєдіяльності (навчальній, побутовій, спортивній тощо).

Структурними компонентами здоров'язбережувальної компетентності є мотиваційний, когнітивний, діяльнісний, рефлексивний.

Мотиваційний компонент здоров'язбережувальної компетентності студентів проявляється в розумінні доцільності використання своїх знань у практичній діяльності, розвиненості мотивів створення умов для здорового способу життя, усвідомленні важливості заходів профілактики захворювань та травматизму в побутових та навчальних ситуаціях. *Мотиваційний* компонент передбачає розвиток мотивів збереження та зміцнення здоров'я студентами, визначається критерієм сформованості у студентів мотивації щодо подальшого розвитку здоров'язбережувальної компетентності. *Когнітивний* компонент свідчить про засвоєння студентами необхідних знань. Зокрема, студенти мають засвоїти знання про: здоров'я та особливості його формування, правила загартовування, режим дня та рухової активності, особливості харчування школярів. *Когнітивний* компонент здоров'язбережувальної компетентності свідчить щодо «сформованості знань з основ здоров'я», показниками якого є «повнота знань» та «характер засвоєння знань». *Діяльнісний* (практичний) компонент здоров'язбережувальної компетентності студентів пов'язаний з оволодінням ними елементарними вміннями та навичками збереження здоров'я. Насамперед ідеться про: *основи раціонального харчування* (дотримання режиму харчування, визначення якості харчових продуктів, врахування користі для здоров'я окремих продуктів, складання свого харчового раціону); *режим рухової активності* (важливості занять фізичними вправами, спортивними іграми, ранкової гімнастики), *санітарно-гігієнічні навички* (догляду за зубами, шкірою, волоссям тощо); *режиму праці та відпочинку* (уміння чергувати різні види рухової активності, харчування, відпочинку); *ефективне спілкування* (уміння висловлювати свої думки та слухати інших, засвоєння мови жестів, міміки тощо), *співпереживання* (розуміння потреб та проблем інших людей, можливість висловлювати особливості свого стану та стану іншої людини).

Успішна реалізація набутих знань з основ здоров'я відбувається у практичному досвіді студентів, а саме вміннях та навичках, які відображені у *діяльнісному* компоненті здоров'язбережувальної компетентності через критерій «сформованості вмінь та навичок здоров'язбереження», показниками якого є відтворення у практичній діяльності засвоєних знань та вмінь, формуючих здоровий спосіб життя.

Рефлексивний компонент здоров'язбережувальної компетентності складається з аналізу своїх психофізіологічних можливостей студентів, причин та наслідків своїх дій, рівня небезпеки в надзвичайній ситуації та створенні алгоритму дії, узгодження своєї поведінки з оточуючим середовищем, вміння прогнозувати результат своїх вчинків. *Рефлексивний* компонент здоров'язбережувальної компетентності визначається критерієм «сформованості здатності до рефлексії студентів», який визначається показником аналізу поведінки та окремих вчинків студентів.

З'ясовано, що процес формування здоров'язбережувальної компетентності студентів є складним процесом, що відбувається під впливом навчально-виховного процесу у вищому навчальному закладі, спілкуванні з науково-педагогічними працівниками та однокурсниками, під впливом засобів масової інформації тощо. *На наш погляд*, формування здоров'язбережувальної компетентності студентів дозволить чинити опір таким сучасним чинникам ризику в навчальному процесі, як природно низький потенціал здоров'я та схильність до астенічних проявів; синдром дефіциту уваги та гіперактивності; значне психоемоційне й інформаційне навантаження; відсутність або невідповідність режиму праці та відпочинку; порушення тривалості сну, шкідливі звички, недостатність рухової активності; низький рівень культури здоров'я студентів. Використання нових, цікавих і актуальних навчально-методичних прийомів узмозжить вирішити завдання здоров'язбереження населення України та посилення потенціалу нації в цілому.

Зрозуміло, що сформованість компетентностей фахівців різних сфер діяльності відіграє важливу роль в реалізації їх творчого потенціалу. Це пов'язано з тим, що компетентність фахівця з вищою освітою це виявлені ним на практиці прагнення і здатність (готовність) реалізовувати свій потенціал (знання, вміння, досвід, особистісні якості тощо) для успішної творчої (продуктивної) діяльності в професійній і соціальній сфері, усвідомлюючи соціальну значущість і особистісну відповідальність за результати цієї діяльності, необхідність її постійного удосконалення" (Р.І. Файчак, 2006).

Теоретичний аналіз літературних джерел дає змогу виділити, зокрема, також і принципи організації пізнавальної діяльності студентів:

- *чіткість та зрозумілість завдань для пізнавального пошуку;*
- *орієнтація завдання на зростання професіоналізму спеціаліста;*

- систематичний поетапний контроль надбань пізнавального пошуку;
- проблемний, творчий характер завдань для пізнавальної діяльності.

Отже, активізація навчально-пізнавальної діяльності під час занять з фізичного виховання вимагає такої організації процесу пізнання, коли об'єкт пізнання входить до сфери діяльності студента, а діалектична взаємодія між ними створює передумови формування пізнавальних умінь. Даний процес навчально-пізнавальної діяльності вимагає продуманого керівництва з боку викладача, який покликаний впровадити у навчально-виховний процес науково обґрунтовану систему способів організації діяльності, що спрямована на формування у студентів мотивації щодо набуття необхідних знань, вмінь та навичок щодо ефективного засвоєння матеріалу.

Формування у студентів пізнавальних вмінь під час занять з фізичного виховання відбувається поетапно (розвиток рефлексивної здатності, творчого типу мислення, здатність правильно працювати з інформацією) у відповідності із вирішенням навчальних завдань різного типу: **репродуктивних, продуктивних, евристичних, проблемних, психологічних, педагогічних тощо.**

Виділяють такі типи пізнавальних умінь:

1. За сприйняттям і розумінням матеріалу, що вивчається - концентрувати увагу при засвоєнні нового матеріалу і запам'ятовування, виділяти ознаки предметів і явищ, що вивчаються, поділяти ці ознаки на суттєві і несуттєві, на основі цього формулювати правила і певні теоретичні узагальнення, знаходити зв'язок із попередньо набутих знаннями та вміннями слідувати за логічним викладенням матеріалу, робити висновки, ставити питання до вивченого.

2. За процесом запам'ятовування матеріалу, що вивчається – вміння розуміти внутрішню логіку навчального матеріалу, виділяти факти і робити висновки, складати стислий чи розгорнутий план матеріалу, користуватися образно-схематичними засобами, застосовувати прийоми розподілу часу у процесі підготовки.

3. За здатністю використовувати набуті знання на практиці – чітко відокремлювати практичні завдання, пов'язані із застосуванням знань на практиці розділяти процес їх вирішення на етапи, пов'язувати практичні дії із відповідними теоретичними положеннями і висновками, здійснювати самоконтроль результатів рішення, відкривати нові аспекти у практиці, що поглиблюють теоретичне знання матеріалу тощо.

Кожний з методів організації навчальної діяльності володіє не тільки інформативно-навчальним, але і мотиваційним впливом. В цьому сенсі можна говорити про стимулююче-мотиваційну функцію будь-якого методу навчання. Функція стимулювання в цьому випадку немов би виходить на перший план, сприяючи здійсненню освітньої функції всіх інших методів.

Групу методів стимулювання і мотивації можна умовно поділити на дві великі підгрупи.

В першу входять методи формування пізнавальних інтересів у тих, що навчаються.

В другій - методи, здебільшого спрямовані на формування почуття боргу і відповідальності в навчанні.

Спеціальні дослідження присвячені проблемі формування пізнавального інтересу, показують, що мотивація в усіх її проявах і на усіх етапах розвитку характеризується трьома обов'язковими аспектами:

- позитивною емоцією по відношенню до діяльності;
- наявністю пізнавальної сторони цієї емоції;
- наявністю безпосереднього мотиву, що іде від самої діяльності.

Одним із прийомів, що входять в метод емоційного стимулювання навчання, можна назвати прийом створення на заняттях з фізичного виховання ситуацій зацікавленості – введення в навчальний процес цікавих прикладів із певного досвіду. Емоційність переживань викликають шляхом застосування прийому здивування.

Цінним методом стимулювання інтересу до навчання можна назвати ігровий метод. Гра давно вже використовується як засіб збудження мотивації до навчання.

В якості прийому стимулювання здебільшого застосовується аналіз життєвих ситуацій. Цей метод навчання безпосередньо стимулює навчання за рахунок максимальної конкретизації знань.

Одним з дієвих прийомів стимулювання інтересу до навчання на заняттях з фізичного виховання є створення ситуації успіху у студентів, що зазнають певних труднощів в навчанні. Ситуації успіху створюються і шляхом диференціації допомоги студентам у виконанні навчальних завдань одних і тих же рівнів складності. Важливу роль в створенні ситуації успіху грає забезпечення сприятливої морально-психологічної атмосфери в ході виконання тих або інших завдань. Сприятливий мікроклімат та підтримка викладача під час навчання знижує відчуття невпевненості і побоювання. Стан тривожності при цьому змінюється станом впевненості.

Взагалі, перелічені засоби і методи навчання під час занять з фізичного виховання забезпечують досягнення першого якісного рівня інтелектуальної активності – стимулююче-продуктивного. Він характеризується наявністю зовнішнього джерела стимуляції і відсутністю інтелектуальної ініціативи.

Історичні закономірності соціально-економічного, політичного та екологічного життя у сучасній Україні сприяли переходу до нових освітніх вимог, до особисто-орієнтованому підходу підготовки майбутніх фахівців. Перехідний стан суспільства не тільки зумовив зміну орієнтацій випускників аграрних вищих навчальних закладів (заняття бізнесом), але і вимагає замислитись над комплексом професійно-прикладних якостей майбутнього фахівця, його психо-фізичним станом та рівнем фізичної підготовленості. Тому, недостатня готовність сучасної людини до взаємодії з умовами навколишнього середовища, що змінилися відносно швидко та різко, являється причиною зниження росту показників фізичного розвитку, фізичної працездатності та стану здоров'я у різних груп населення, особливо у студентської молоді. Протягом останніх двох десятиріч у студентів зросла інтенсифікація розумової праці, на тлі значного зниження рухової активності, що призвело

до послаблення організму, гіподинамії, погіршення фізичного стану, розвитку хронічних захворювань більше, ніж на 30 % з них. Таким чином, з року в рік, збільшується кількість студентів спеціального медичного навчального відділення.

В силу обставин, які склалися, необхідність посилення уваги до занять фізичними вправами студентів безперечна.

В класичній системі навчання загалом охоплюється методологічна та професійна підготовка з неповним використанням пізнавальної активності студента [2, 3, 4].

Важливу увагу при впровадженні самостійних занять фізичними вправами в побут студентів треба приділяти тому, щоб кожний з них оволодів логічними прийомами мислення (аналізом, синтезом, порівнянням, узагальненням), а також необхідними навичками [1, 5, 8]:

- аналізувати та засвоювати потрібну інформацію про свої фізичні можливості та динаміку їх зміни;
- будувати самостійну роботу з перспективою на кінцеву ціль.

Разом з тим, безпосереднє навчання навичкам і умінням самостійних занять - єдиний шлях виховання звички до занять фізичною культурою. Досягненню цієї мети сприяють прийоми, що забезпечують усвідомлене засвоєння знань, умінь і навичок на заняттях з фізичної культури, що підвищують інтерес до фізичних вправ, виховуючи звичку до активного відпочинку, а також розвиток у студентської молоді самооцінки рухів, урахування індивідуальних особливостей при визначенні для них завдань для самостійних занять [6, 9, 10]. Перш за все у студентів треба формувати мотивацію до самого процесу занять фізичною культурою. Тому заняття з фізичного виховання слід проводити так, щоб вони залишали в свідомості студентської молоді глибокий слід, формували пізнавальний інтерес, приносили задоволення і були емоційно привабливими, що створює сприятливі можливості для все більших вольових напружень при подоланні труднощів під час занять фізичними вправами [3, 11, 12]. Визначення індивідуального рівню фізичного стану (за допомогою «Щоденника здоров'я») та його динаміка, використання нетрадиційних методик стимулює студентів до самовдосконалення організму шляхом самостійних занять у позаурочний час.

Висновки. Підводячи підсумок викладеному можна відзначити, що краще не «бігати за здоров'ям в 40-60 років підтюпцем», а краще постійно займатися фізичними вправами. Ці заняття повинні увійти до звички. Якщо вважати заняття фізичними вправами другорядною справою, то завдання оздоровлення людей не вирішити. І ще хочеться відзначити - рух, змагання, самоствердження - природна суть фізичної культури і спорту. Вони допомагають людині розкрити свої внутрішні резерви, природний потенціал і можливості, про які ми не здогадуємося. Вони, як і будь-яка інша галузь загальнолюдської культури, відрізняються, тим, що їх дійсна віддача (цінність) не буває миттєвою. Вкладені у фізичне виховання засоби можуть повертатися сторицею у вигляді непомітних оку речей, наприклад, підвищенням працездатності людей, укріпленням їх здоров'я, можливістю вести активний, повноцінний образ життя.

Перспективи Подальших Досліджень. Проведене дослідження не вичерпує усіх аспектів проблеми формування мотивації студентства, як основи компетентнісного підходу під час занять з фізичного виховання у вищому навчальному закладі. Перспективою є подальші дослідження формування здоров'язбережувальної компетентності студентів під час навчання у виші.

Література

1. Амосов М. М. Роздуми про здоров'я. – К. : Здоров'я, 1990. – 167с.
2. Апанасенко Г. П. Здоров'я, яке ми вибираємо. – К. : Т-во «Знання», УРСР, 1989. – 48с.
3. Булич Э. Г., Муравов И. В. Здоровье человека. – Киев : Олимп. лит, 2003. – 275с.
4. Валимова Г. В. Улучшение организации самостоятельной работы студентов – один из путей перестройки учебной работы в вузе.- Ростов н/Д; РГПИ, 1987. – 134с.
5. Дубогай А. Д. Управлять здоровьем смолоду. – К. : Молодь, 1985. – 111с.
6. Присяжнюк С. І. Фізичне виховання: навч. посіб. / С. І. Присяжнюк. – К. : Центр учбової літератури, 2008. – 504 с.
7. Хорошуха М. Ф. Основи здоров'я юних спортсменів: монографія / М. Ф. Хорошуха. – К.: НУБіП України, 2014. – 722 с.
8. Шамова Т. И. Активизация учения школьников. – М : Педагогика, 1982. – 209 с.
9. Ales Sekot. Fair Play in the Perspective of Contemporary Sport / Ales Sekot // Sport Science Review. – January 2012. – vol. XX (5-6). – P. 175-189. doi : 10.2478 / v 10237-011-0071-2.
10. Bolton N. The policy and politics of free swimming / N. Bolton, S. Martin // International Journal of Sport Policy and Politics. – 2013. – Vol. 5 (3). – P. 445-463. doi : 10.1080 / 19406940. 2012. 656689.
11. Cale L. Fitness testing in physical education – a misdirected effort in promoting healthy lifestyles and physical activity? / L. Cale, J. Harris // Physical Education and Sport Pedagogy. – 2009. – Vol. 14 (1). – P. 89-108. doi : 10.1080 / 17408980701345782.
12. Cardon G. Physical activity levels in levels in elementary school physical education : a comparison of swimming and non-swimming classes / G. Cardon, S. Verstraete, D. De Clercq, V. De Bourdeaudhuij // Journal of Teaching in Physical Education. – 2004. – Vol. 23 (3). – P. 252-263.

*Олійник О.М.,
Донбаська державна машинобудівна академія
Малахова Ж.В.
Донецький національний медичний університет*

ПІДВИЩЕННЯ СТАНУ ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ НА ОСНОВІ СПОРТИВНО-ОРІЄНТОВАНОГО ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

Дослідження ряду вітчизняних і закордонних авторів вказують на те, що регулярні заняття із спортивно-