

можливості. Таким чином, позашкільний педагогічний процес у громадянському вихованні молодших школярів виконує не додаткову, а прогностичну, випереджуючу та формуючу функції. Оперативно реагуючи на зміни суспільно-економічних, політичних умов у державі, позашкільні заклади вносять корективи у зміст своєї роботи, у стратегію виховання. Позашкільний навчально-виховний процес відрізняється від шкільного тим, що він ставить в центр уваги не предмет, не зміст і навіть не метод, а особистість дитини, її потреби, інтереси і захоплення. Тут важливішим є не засвоєння знань, а їх відкриття і творче застосування, інтелектуальна незалежність і самовдосконалення [11, 45]. Тільки за таких умов, на нашу думку, можна виховати повноцінного громадянина. Отож позашкільні навчальні заклади вирішують важливу проблему, відмовляючись від шкільного професійного егоцентризму, який виявляється у стосунках вчителя з дитиною за такою формулою: "Я знаю, що тобі потрібно робити і як діяти". У позашкільному педагогічному процесі все навпаки: дитина сама обирає собі середовище, в якому самостійно регулює вчинки та поведінку. Тут все починається з питання: "Чого хочеш ти?". Тільки у невимушеній неформальній сфері спілкування, яка панує у позашкільних навчально-виховних закладах, існують оптимальні умови для поглиблення громадянських знань молодших школярів, допомоги у засвоєнні морально-етичних імперативів, які є головним критерієм громадянського виховання. Особливістю цієї сфери є можливості для оптимального застосування ігрових методів організації діяльності, використання їх на свій розсуд, адже, як відомо, одним із провідних видів діяльності у молодшому шкільному віці є гра. До методів громадянського виховання у позашкільних закладах також належать: ситуаційно-рольові ігри, соціодрама, метод відкритої трибуни, соціально-психологічні тренінги, інтелектуальні аукціони, "мозкові атаки", метод аналізу соціальних ситуацій з морально-етичним характером, ігри-драматизації тощо. Крім цих методів, доцільно долучати також традиційні: бесіди, диспути, лекції, семінари, різні форми роботи з книгою, періодичною пресою, самостійне рецензування.

ВИСНОВКИ І ПЕРСПЕКТИВИ ПОДАЛЬШИХ ДОСЛІДЖЕНЬ. Отже, в основі громадянського виховання лежить процес формування громадянськості як інтегрованої якості особистості, до структури якої входять громадянські чесноти, громадянські знання та готовність взяти участь у соціально-політичному житті країни. До громадянських чеснот, у сучасному розумінні, обов'язково додається повага до прав і свобод людини, відповідальність, відкритість та критичне мислення, толерантність. У педагогічному плані громадянськість містить в собі знання, переживання й вчинки. Ці складові знаходяться у певних зв'язках і взаємодії при переважанні на певних етапах розвитку індивіда емоційного компонента, формування почуттєвої сфери. Маючи статус "необов'язкових", позашкільні навчальні заклади природно "добудовують" безперервне громадянське становлення особистості завдяки свободі і можливості вибору улюблених занять, а також більшої можливості вихователів застосовувати нетрадиційні методи виховання. Таким чином, позашкільні навчальні заклади відіграють важливу роль у громадянському вихованні учнів, особливо, молодших школярів, оскільки саме в цьому віці закладаються основи громадянської культури, громадянських знань, формуються уявлення про національні цінності: почуття національної гідності, любов до рідної мови, національних свят і традицій – саме цим аспектами громадянської культури і будуть присвячені наші подальші дослідження.

ЛІТЕРАТУРА

1. Бех І. Науковий підхід – запорука виховного успіху педагога // Початкова школа. – 1999. - №11. – С. 1 – 6.
2. Горб Т. Й. Громадянське виховання: інструменти дотику до особистості / Т. Й. Горб // Історія в школі. – 2013. – № 2. – С. 16-17.
3. Дем'янюк Т. Д. Соціально-психологічні механізми та загальнопедагогічні чинники виховання громадянина України / Т. Д. Дем'янюк // Оновлення змісту, форм та методів навчання і виховання в закладах освіти. – Рівне : [РДГУ], 2008. – Вип. 39. – С.10-14.
4. Закон України "Про позашкільну освіту". – К., 2006. – 27с.
5. Концепція національно-патріотичного виховання молоді – К., 2009. – 12с.
6. Концепція громадянського виховання особистості в умовах розвитку української державності // Інформаційний збірник МОУ. – 2000. – №22. – С. 7 – 21.
7. Первушевська І. Організаційно-педагогічні умови інноваційної діяльності в позашкільному закладі нового типу // Оновлення змісту, форм та методів навчання і виховання в закладах освіти : Збірник наукових праць. – Рівне. – 2001. – Вип. 17. – С.64 – 70.
8. Пономаренко Л. Виховання громадянськості у молодших класах / Л. Пономаренко // Початкова школа. – 2001. – №3. – С.17 –20.
9. Роговець О. В. Структура громадянськості молодших школярів / О. В. Роговець // Педагогіка і психологія. Вісник Академії педагогічних наук. – 2012. – № 4. – С. 53-58.
10. Groos K. Die Spiele der Menschen / K. Groos. – Iena, 1899. – S. 84-95.
11. Kuhn A. Mythologische Studien / A. Kuhn. – Gutersloh, 1886. – Bol. 1. –S. 14-102.
12. Туру J. Telesna a sportovni vychova / J.Turu – Praha, SPN. – 1990. – 264 s.

УДК 37:613.88-053.6:374

Грицюк С. А.
Східноєвропейський національний університету імені Лесі Українки, м. Луцьк

ПОЗАКЛАСНА ІГРОВА ДІЯЛЬНІСТЬ ЯК ЗАСІБ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ

Охарактеризовано ознаки і сутнісні особливості поняття "позакласна ігрова діяльність". Визначено потенційні можливості позакласної ігрової діяльності дітей молодшого шкільного віку в удосконаленні їх фізичної підготовленості. Проаналізовано оптимальні шляхи забезпечення інноваційних підходів до організації ігрової діяльності молодших школярів у поза навчальний час в умовах загальноосвітньої школи.

Ключові слова: позакласна робота, ігрова діяльність, позакласна ігрова діяльність, фізична підготовленість, молодші школярі.

Грицюк С.А. Внеклассная игровая деятельность как средство физической подготовки младших школьников. Охарактеризованы признаки и существенные особенности понятия "внеклассная игровая деятельность". Определены потенциальные возможности внеклассной игровой деятельности детей младшего школьного возраста в усовершенствовании их физической подготовленности. Проанализированы оптимальные пути обеспечения инновационных подходов к организации игровой деятельности младших школьников во вне учебное время в условиях общеобразовательной школы.

Ключевые слова: внеклассная работа, игровая деятельность, внеклассная игровая деятельность, физическая подготовленность, младшие школьники.

Gritsyuk S.A. Extracurricular playing activity as mean of physical preparation of junior schoolboys. The problems of corporal development of junior schoolboys are considered in the article. Junior school children are in the apartment of school for a long time. They studies in sitting position. It negatively influences on their bodily condition. Intellectual labour tires junior schoolboys. They are in that age-old period, when it is desirable actively to move. In their wild the stopped up necessity constantly to move, to hurry, to jump, played and others like that. Motive activity is the effective mean of fight against gipokineziya and hypodynamia and warns development of deep fatigue of children. Movement also assists to optimal physical development. It is possible successfully to use time out of studies for activation of motive activity. Time before lessons and after lessons, intervals are uses at general school for this purpose. Children do physical exercises to the lessons and during lessons. Junior schoolboys like games mostly. They especially feel like positive emotions, displaying of gladness. Different types of games, in particular with a plot and active, exercises for leisure and merriment are for them the powerful source of bright emotions. It does cooperate for necessities to motive activity in firm reasons of the independent occupations of physical culture. Children do their training exercises with great pleasure. Scientists and practices know this feature and aim to work out the new methods of the use of playing time out of studies. This direction got the appellation "extracurricular playing activity". The feature of this concept is organization of the prolonged playing activity in time out of studies with the purpose of call of permanent interest to the certain types of employments. Actually it is system and systematic extracurricular work with junior schoolboys. It purposefully brings over schoolboys to active motive activity. Junior schoolboys get used to execute physical exercises without the special tension during motive games which are connected by a certain plot. It positively influences on their physical conditioning. Playing activity in out-of-school hours is powerful and not realized mean of physical development of junior schoolboys. Therefore there is a necessity of it detailed study and use in practice of general school.

Key words: extracurricular work, playing activity, extracurricular playing activity, physical preparedness, junior schoolboys.

Постановка проблеми та її зв'язок з важливими науковими чи практичними значеннями. Питання про фізкультурно-оздоровчий потенціал позакласної роботи неодноразово піднімалось в багатьох законодавчих актах та нормативних документах. Зокрема в наказі МОН України від 27.11. 2008 р. "Про затвердження заходів, спрямованих на реформування системи фізичного виховання учнів та студентської молоді у навчальних закладах України" наголошується на створенні умов в навчальних закладах "для забезпечення фізіологічної норми тижневої рухової активності школярів за рахунок обов'язкових уроків фізичної культури та додаткових занять у позаурочний час", сама ж ця норма передбачена "в обсязі 8-12 годин на тиждень" [3]. Як віднайти результативні шляхи і способи перетворення позанавчального часу школярів у продуктивний період формування фізичних якостей, рухових умінь і навичок, звичок здоров'язбереження – така проблема залишається актуальною для сучасних наукових досліджень в галузі теорії та методики фізичного виховання.

Аналіз останніх наукових досліджень і публікацій. У наш час науковці значну увагу приділяють можливостям та особливостям позаурочної роботи у здійсненні завдань навчально-виховного процесу в початковій ланці загальноосвітньої школи. Цими питаннями зокрема займаються такі учені і практики, як: О. Ващенко (2007), О.Г. Коркішко (2004), Б.А. Максимчук (2005), А. О. Мельник (2014), Н.В. Москаленко (2009), О. Л. Титуць (2013), О.В. Хмизова (2010) Л.О. Юр'єва (2001) та ін. Автори досліджень особливо наголошують на тому, що власне молодший шкільний вік є найбільш сенситивним для формування загалом необхідних для подальшого повсякденного і професійного життя знань, умінь, навичок і зокрема в фізкультурно-оздоровчому напрямі. Але для того, щоб активізувати і розвинути усі закладені в кожну дитину потенційні можливості, необхідно створити в умовах загальноосвітньої школи таке фізкультурно-виховне середовище, яке б відповідало їх віковим інтересам. У розрізі цих проблем актуальними є вивчення зарубіжного досвіду проведення фізкультурноспрямованої роботи з школярами у позанавчальний час. У цій царині є напрацювання таких учених, як: Л.П. Ареф'єва (2010), С.С. Волкова, О.В. Віндюк (2011), Н. В. Заїченко (2005), І. Казанжи (2002), І.Когут, В. Маринич (2013), О.Б. Логвиненко (2004), Н.С. Мороз (2009), Т.Ю.Осадча (2003), В. С. Петрович (2013), J. Przybylska, G. Przybylski (2003) та ін. Фактично усі дослідники наголошують на домінуванні ігрового спрямування позакласної роботи з дітьми молодшого шкільного віку і підлітків у діяльності навчальних закладів висорозвинутих країн. Такий спосіб фізичного виховання вважається фахівцями найпродуктивнішим шляхом виховання школярів цієї вікової категорії. Сучасні дослідження підтверджують думку про ефективність поєднання ігрової та позакласної діяльності школярів. Учені плідно працюють у напрямі пошуку забезпечення умов проведення ігор в поза навчальний час, їх оптимального використання для вирішення різноманітних навчальних і виховних завдань, винаходу нових ігрових форм. Значні напрацювання у цьому напрямі мають: О. Андрєєва (2012), Н. О. Вахоніна (2013), З.М. Діхтяренко (2008), Л. В. Кривопап (2013), Н. В. Кудикіна (2004), О. Мальцева (2013), Т. Савельєва (2013), О. Ушаков (2009), А. Фоміна (2005), М. Bartyzel, A. Dencikowska (2008), A. Jurczak (2004), A. Korskа (2010), H.Gula-Kubiszewska, I. Nowosad (2010), R. Tomik (2011) та ін. Незважаючи на широкий і багатоплановий характер досліджень, присвячених пошуку ефективного використання позанавчального часу молодших школярів у їх фізичному удосконаленні, багато питань цієї складної проблеми залишаються поки що не з'ясованими.

Мета та завдання статті. Мета статті – проаналізувати сутнісні особливості позакласної ігрової діяльності та її можливості у фізичному розвитку молодших школярів.

Завдання статті:

1. Здійснити аналіз теоретичних напрацювань що стосуються ознак і особливостей поняття "позакласна ігрова діяльність".
2. Визначити потенційні можливості позакласної ігрової діяльності дітей молодшого шкільного віку в удосконаленні їх фізичної підготовленості.
3. Окреслити пріоритетні напрями удосконалення ігрової діяльності молодших школярів у позанавчальний час в умовах загальноосвітньої школи.

Виклад основного матеріалу дослідження. Молодший шкільний вік має психофізіологічні та соціальні ризики щодо розвитку дитячого організму. Передусім це зумовлене різкою зміною позиції дитини в соціальному середовищі і набуття нею соціального статусу школяра. Це корінним чином змінює її дошкільний устрій життя. Поява постійних обов'язків у вигляді виконання навчальних завдань, напружена розумова діяльність, обсяг і рівень якої постійно зростає, негативно відгукується на фізичному стані дітей молодшого шкільного віку. До того ж прагнення гідно виконувати нову соціальну роль, змушує молодших школярів вести малорухливий спосіб життя. І це швидко перетворюється у звичку. Діти, які у дошкільному віці надавали перевагу рухливості, ходьбі, бігу, стрибкам, поступово втрачають інтерес до рухової діяльності, надаючи перевагу "сидячій" та "екранній" поведінці. Такі прояви гіподинамії та гіпокінезії негативно відображаються на здоров'ї дітей – фізичному, психічному, соціальному. Відбуваються процеси гальмування окремих фізичних якостей, недостатність у формуванні умінь і навичок фізкультурного спрямування. Проблема активізації молодших школярів до занять фізкультурою і спортом, перетворення їх в повсякденну потребу набрала гострого звучання і потребує предметного вирішення. Вона знаходиться в центрі уваги науковців, освітянських працівників, батьків, громадськості. Про те, що цю проблему необхідно розпочинати вирішувати відразу з приходом дитини до школи, ні в кого не викликає сумнівів. Дослідження і спостереження переконують, що молодший шкільний вік є сензитивним і сприятливим для збагачення знаннями і формування будь-яких позитивних умінь і навичок, у тому числі і фізкультурно-оздоровчого спрямування. У цьому віці у дитини іще достатньо виражений прояв кінезофілії, природного прагнення до руху, яка одночасно дуже чутлива до впливу соціальних факторів. Природне прагнення до руху за певних зовнішніх умов може блокуватись, а може навпаки стимулюватись, зокрема створеним в умовах загальноосвітньої школи руховим режимом. Повноцінно використати час, який молодші школярі проводять у стінах школи, для активізації їх рухової діяльності можливо лише з допомогою оптимального задіяння позанавчального часу. Дослідження учених [1, 2, 5, 6, 7] показують, що найбільш успішно і масово така робота відбувається, за умов проведення вільного часу від навчання часу, у формі гри. Ідеї максимального використання можливостей гри у позакласному середовищі освітніх закладів пропагуються і створеною у 1961 році Міжнародною Асоціацією Гри (International Play Association – IPA), до складу якої входить понад 50 країн світу [4]. За ініціативою цієї організації у 2013 році ООН прийняло доповнення до Загального Коментаря щодо статті 31 Конвенції про Права Дитини. Запропоноване доповнення повинне сприяти спільному для різних країн розумінню сутності гри і виробленню спільної стратегії заходів забезпечення прав дитини на гру. Доповнення до Коментаря передбачає захист прав кожної дитини на гру, без якої не може здійснюватись її фізичний, психологічний, соціальний розвиток. Заради цього держава, суспільство, громадськість повинні забезпечити ігрове середовище для дитячих ігор: час, місце, професійну допомогу. Особлива відповідальність у цьому плані покладається на загальноосвітні школи. У документі підкреслюється про необхідність "Забезпечити можливості для ініціативи спілкування, прояву творчих можливостей через гру в усіх освітніх установах... Посилити підтримку гри в початковій школі для підвищення мотивації і ефективності навчання [4]".

Учені виділяють ігри, що цілеспрямовано проводяться з школярами у поза навчальний час у спеціальні понятійні категорії: "ігрова діяльність у позаурочному навчально-виховному процесі", "позакласна ігрова діяльність". За своїми цілями та завданнями навчально-виховний процес в урочній та позаурочній діяльності не має принципових розбіжностей. Однак у способах реалізації цих завдань можна виділити суттєві особливості. Порівняно з уроками позакласна робота відкриває перед учителями різноманітні можливості для задоволення індивідуальних запитів школярів, врахування їх інтересів і нахилів. Значно зростає роль самого школяра у виборі способів використання вільного часу, в реалізації прагнення до самовиховання та самовдосконалення. Термінологічне словосполучення "ігрова діяльність" трактується науковцями як "узагальнююче по відношенню до поняття гра" [2], як "різновид активної діяльності" [1] дітей. Загалом позакласна ігрова діяльність розуміється як "складова частина навчально-виховного процесу, спрямована на задоволення запитів, інтересів школярів через виховний вплив педагога та включає у себе один із видів активної діяльності дітей, що моделює під час гри відносини [1, с. 8]". Проведений аналіз наукових підходів [1, 2, 5, 6] до розуміння сутності позакласної ігрової діяльності дав можливість визначити такі особливості цього феномену:

- Тісний змістовий взаємозв'язок з процесом навчання, що допомагає школярам швидко адаптуватись до пропонованих занять, дій, завдань.
 - Наявність нерегламентованої (на відміну від уроку) часової тривалості, як у варіанті збільшення, так і зменшення.
 - Участь в організації і проведенні значно більшої кількості суб'єктів, ніж під час навчальних занять (педагогічних працівників, членів учнівського самоврядування, батьків, волонтерів, представників громадськості і ін.).
 - Емоційна насиченість пропонованих видів діяльності, які викликають інтерес, привабливість, бажання виконувати пропоновані завдання.
 - Спрямованість дій дітей у першу чергу не на результат, а на позитивний процес дії, пізнання, задоволення.
 - Значний потенціал можливостей опосередкованого формування знань, умінь, навичок, виховання різнобічних особистісних якостей.
 - Демократичний характер діяльності, що базується на добровільній участі школярів, а тому позбавлений проявів примусу і формалізму.
 - Ґрунтується на позитивному досвіді дітей, збагачує його.
 - Домінування ігрового характеру діяльності, радості та задоволення.
- Власне остання із названих ознак, у напрямі нашого дослідження, вимагає більш детального роз'яснення.

Рухливі ігри мають особливу цінність у розвитку молодших школярів, піднесення рівня їх фізичної підготовленості. Зокрема вони:

- розвивають різноманітні рухи дітей – ходьбу, біг, стрибки, метання, лазіння, перелазіння тощо;
- ставлять дітей в неочікувану ситуацію, чим стимулюють прояв швидкого реагування, переключення рухових дій;
- розвивають спостережливість, орієнтацію в просторі, вміння оцінювати відстань і напрям;
- удосконалюють рухові уміння і навички, ефективність їх застосування;
- залучають дитину до узгодження власних рухів із діями гравців;
- навчають дитину не акцентуватись на власних страхах, долати їх при виконанні складних рухів;
- пропонують різноманітні варіанти повторень рухів в ускладнених формах, створюють передумови для використання рухових умінь і навичок у реальних життєвих умовах;
- розширюють руховий досвід дитини;
- стимулюють удосконалення рухових дій з допомогою змагальних та заохочувальних елементів [1, 7].

Загалом, беручи участь у позакласній ігровій діяльності з фізичного виховання, молодший школяр виконує значний обсяг фізичних вправ з великим внутрішнім бажанням і задоволенням, не зосереджуючись на необхідності їх обов'язкового виконання. Що безумовно слугує хорошим підґрунтям для формування звичок до постійних фізкультурних занять, удосконалення рухової діяльності.

ВИСНОВКИ І ПЕРСПЕКТИВИ ПОДАЛЬШИХ ДОСЛІДЖЕНЬ. Таким чином, дослідження наукових джерел засвідчило, що позакласна ігрова діяльність є важливим компонентом сучасного навчально-виховного процесу в загальноосвітній школі. Вона виступає в ролі потужного засобу творчої цілеспрямованої взаємодії педагогів та інших суб'єктів виховної роботи з школярами у вільний від навчання час щодо створення умов для організації активного дозвілля з метою їх всебічного розвитку. Позакласна ігрова діяльність фізкультурного спрямування володіє значним потенціалом фізичного удосконалення школярів. Пропоновані дітям ігри здатні виконувати емоційну, розвивальну, виховну, оздоровчу, відпочинкову, тренувальну функції. Позакласна ігрова діяльність, як соціальний фактор, позитивно впливає на підтримку природного бажання дітей молодшого шкільного віку до руху, збагачення їх рухових умінь і навичок. Розбуджена і розвинута грою цікавість до руху може утримуватись протягом багатьох років, і знадобитись в дорослому і професійному житті. Є необхідність в теорії і практиці фізичного виховання здійснювати пошук таких інноваційних ігор, які б не лише були збагачені різними руховими елементами і пропонували багато варіантів дій, а й викликали стійку зацікавленість у дітей, витримуючи конкуренцію з атракційними пропозиціями сучасних віртуальних винаходів. З нашої точки зору найбільш перспективним у цьому напрямі є подальше вивчення творчих, пригодницьких, сюжетних ігор у їх поєднанні з руховою діяльністю.

ЛІТЕРАТУРА

1. Діхтяренко З.М. Виховання наполегливості молодших школярів у процесі позакласної ігрової діяльності: автореф. дис... канд. пед. наук: 13.00.07 / З.М. Діхтяренко ; Ін-т пробл. виховання АПН України. — К., 2008. — 20 с.
2. Кудикіна Н.В. Теоретичні засади педагогічного керівництва ігровою діяльністю молодших школярів у позаурочному навчально-виховному процесі: Автореф. дис... д-ра пед. наук: 13.00.01 / Н.В. Кудикіна ; Ін-т педагогіки АПН України. — К., 2004. — 41 с. (С. 23, 25)
3. Наказ МОН України від 27.11. 2008 р. № 1078 "Про затвердження заходів, спрямованих на реформування системи фізичного виховання учнів та студентської молоді у навчальних закладах України" [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.mon.gov.ua/ua/about-ministry/normative>
4. International Play Association [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://ipaworld.org/tag/international-play-association/>
5. Jurczak Adam Udział dzieci i młodzieży w pozalekcyjnych i pozaszkolnych formach aktywności ruchowej / Adam Jurczak. // Wychowanie Fizyczne i Sport. – 2004. – Т. 48. – № 4. – С. 367-378.
6. Nowosad Inetta Szkoła jako miejsce organizowania czasu wolnego uczniów : opinie i oczekiwania uczniów klas IV-VI a oferta zajęć pozalekcyjnych szkoły / Inetta Nowosad // Wychowanie na co Dzień. – 2010. – № 9. – С. 3-7
7. Szczepankiewicz Donata Znaczenie gier i zabaw ruchowych w wychowaniu fizycznym / D.Szczepankiewicz, J. Tyczko. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.publikacje.edu.pl/publikacje.php?nr=336>

УДК 796.011.1-057.875

Гук О. М.

Тернопільський національний економічний університет м. Тернопіль

ФОРМУВАННЯ МОТИВАЦІЇ СТУДЕНТІВ ДО САМОСТІЙНИХ ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ (НА ПРИКЛАДІ АТЛЕТИЧНОЇ ГІМНАСТИКИ)

У статті розглядається процес формування мотивації студентів до самостійних занять фізичною культурою. Розкривається значимість самостійності оздоровчих занять атлетичною гімнастикою у підвищенні рівня соматичного здоров'я студентів. Запропоновано методіку формування мотивації до фізкультурно-спортивної діяльності на прикладі занять атлетичною гімнастикою.

Ключові слова: мотивація, самостійні заняття, студенти, атлетична гімнастика.

Гук А. М. Формирование мотивации студентов к самостоятельным занятиям физической культурой (на примере атлетической гимнастики). В статье рассматривается процесс формирования мотивации студентов к самостоятельным занятиям физической культурой. Раскрывается значимость самостоятельных оздоровительных занятий атлетической гимнастикой в повышении уровня соматического здоровья студентов. Предложена методика формирования мотивации к физкультурно-спортивной деятельности на примере занятий атлетической гимнастикой.