

6. Посохов І.С., Сагайдачна А.В. Перспективи розвитку екологічного туризму в Україні. *Вісник ХНУ ім. В. Н. Каразіна*. 2019. № 9. С. 203–212.
7. Сердюк А.М., Тимченко О.І. Здоров'я населення України: вплив навколишнього середовища на його формування. URL: <http://splanet.ru/paper/r1-301622.php>.
8. Суценок Л.П. Професійна підготовка майбутніх фахівців фізичного виховання та спорту: інформаційний аспект. *Педагогіка. Наукові праці*. 2000. Том VII. С. 122-126.
9. Царенко А., Шекера О., Шекера О. та ін. Здоров'я. Вплив екологічної кризи на здоров'я людей в Україні. *Міжнародна асоціація «Здоров'я суспільства»*. 2015. № 1.
10. Шовкун Л.М. Організаційно-педагогічні умови розвитку професійної компетентності викладачів вищих аграрних навчальних закладів : автореф. ... канд. пед. наук : спец. 13.00.04 : теорія та методика професійної освіти. Київ, 2010. 22 с.

References

1. Batashova M.Ye. (2014). Biotekhnologichni kultury v suchasnomu ahrarnomu sektori [Biotechnological crops in the modern agricultural sector]. *Bulletin of the Poltava State Academy*, 4, 38 [in Ukrainian]
2. Konokh A.P. (2007). Teoretychni ta metodychni zasady profesiinoi pidhotovky maibutnikh fakhivtsiv iz sportyvno-ozdorovchoho turizmu u vyshchikh navchalnykh zakladakh [Theoretical and methodological foundations for professional training of future experts in sports and health tourism at higher educational institutions]: *Abstracts of Doctor's thesis*. Kyiv [in Ukrainian]
3. Konokh A.P., Makovetska N.V., Konokh A.A. (2021). Formuvannya fakhovoi kompetentnosti maibutnikh vykladachiv fizychnoho vykhovannia u sferi ekolohichnoho turizmu [Formation of physical education teachers' competence in the field of ecological tourism]. *Scientific journal of Dragomanov NPU. Series 15, Scientific and pedagogical problems of physical culture (physical culture and sports)*, 5K (134) 21, 182–186 [in Ukrainian]
4. Petrenko N. (2020). Pidvyschennia motyvatsii na zaniattiakh z fizychnoho vykhovannia v ahrarnomu universyteti. [Increasing motivation in physical education classes in an agrarian university]. *Neperervna profesiina osvita: teoriia i praktyka*, 1, 30–36. DOI: <http://dx.doi.org/10.28925/1609-8595.2020.1.4> [in Ukrainian]
5. Petrenko N. (2020). Kryterii, pokaznyky, rivni i metodyky diahnozyky rozvytku pedahohichnoi kompetentnosti vykladachiv fizychnoho vykhovannia v ahrarnomu universyteti [Criteria, indicators, levels and methods for diagnosing the development of pedagogical competence of physical education teachers in an agrarian university]. *Neperervna profesiina osvita: teoriia i praktyka*, 4, 52-58. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/NPO_2020_4_8 [in Ukrainian]
6. Posokhov I.S., Sahaidachna A.V. (2019). Perspektyvy rozvytku ekolohichnoho turizmu v Ukraini [Prospects for eco-tourism in Ukraine]. *Visnyk KhNU im. V. N. Karazina*, 9, 203–212. [in Ukrainian]
7. Serdiuk A.M. (2000). Zdorovia naseleennia Ukrainy: vplyv navkolyshnoho seredovyschcha na yoho formuvannia [The health of Ukraine's population: the impact of the environment on its formation]. URL: <http://splanet.ru/paper/r1-301622.php> [in Ukrainian]
8. Sushchenko L.P. (2000). Profesiina pidhotovka maibutnikh fakhivtsiv fizychnoho vykhovannia ta sportu: informatsiinyi aspekt [Professional training of future specialists in physical education and sport: information aspect]. *Pedagogy. Scientific works*, VII, 122-126 [in Ukrainian].
9. Tsarenko A., Shekera O., Shekera O. et al. (2015). Zdorovia. Vplyv ekolohichnoi kryzy na zdorovia liudei v Ukraini [Impact of environmental crisis on people's health in Ukraine]. *International Society for Public Health*, 1. [in Ukrainian]
10. Shovkun L.M. (2010). Orhanzatsiino-pedahohichni umovy rozvytku profesiinoi kompetentnosti vykladachiv vyshchikh ahrarnykh navchalnykh zakladiv [Organisational pedagogical conditions of professional competence of teachers of higher agricultural education]: *Absrtacts of Candidate thesis*. Kyiv [in Ukrainian]

DOI 10.31392/NPU-nc.series15.2022.3K(147).70

УДК 796:378

Пічурін Валерій В.

доктор наук з фізичного виховання та спорту, кандидат психологічних наук, доцент,
завідувач кафедри фізичного виховання
Українського державного університету науки і технологій, м. Дніпро
ORCID: 0000-0002-3893-375X

Пічурін Віктор В.

кандидат медичних наук, доцент,
доцент кафедри фізичного виховання
Дніпровського національного університету ім. О.Гончара, м. Дніпро
ORCID: 0000-0002-4426-4089

ФОРМУВАННЯ ВОЛЬОВИХ ЯКОСТЕЙ ОСОБИСТОСТІ СТУДЕНТІВ В ПРОЦЕСІ ЗАНЯТЬ СПОРТИВНОЮ ГІМНАСТИКОЮ

Ефективність професійної діяльності сучасного фахівця значною мірою визначається сформованістю у нього вольових якостей особистості. Це ставить перед закладами вищої освіти питання про забезпечення їх формування у студентів в ході навчального процесу. Однією

із небагатьох сфер життєдіяльності студентів, у яких можна ефективно вирішувати це питання є фізичне виховання. **Мета** дослідження – виявити вплив занять спортивною гімнастикою на формування вольових якостей у студентів закладів вищої освіти. **Методологія.** У дослідженні прийняли участь 60 студентів. Вік учасників дослідження складає 17-20 років. Діагностика вольових якостей студентів проводилась з використанням опитування викладачів, які працювали зі студентами на протязі 3,5 років. Для статистичної обробки отриманих даних використано t-критерій Стьюдента для залежних вибірок. Статистичною нульовою гіпотезою приймалося припущення про те, що зсув між показниками вольових якостей особистості у студентів експериментальної і контрольної груп у початковому і кінцевому зрізі значуще не відрізняється від нуля. Альтернативною статистичною гіпотезою було припущення про те, що зсув між показниками вольових якостей особистості у студентів експериментальної і контрольної груп у початковому і кінцевому зрізі значуще відрізняється від нуля. **Наукова новизна.** Встановлено: 1) ефективність занять спортивною гімнастикою для формування у студентів таких вольових якостей як наполегливість, стійкість, ініціативність, рішучість, сміливість, цілеспрямованість, дисциплінованість, енергійність; 2) неефективність занять спортивною гімнастикою для формування у студентів таких вольових якостей як самостійність, витримка, терпеливість, самовладання. **Висновки.** Рекомендується використовувати заняття спортивною гімнастикою для формування у студентів наполегливості, стійкості, ініціативності, рішучості, сміливості, цілеспрямованості, дисциплінованості, енергійності.

Ключові слова: фізичне виховання, студенти, воля, вольові якості, наполегливість, стійкість, спортивна гімнастика.

Pichurin Valerii, Pichurin Victor. Formation of volitional qualities of students' personality in the process of gymnastics. The effectiveness of the professional activity of a modern specialist is largely determined by the formation of his volitional qualities of personality. This raises the question of higher education institutions to ensure their formation in students during the educational process. One of the few areas of student life in which this issue can be effectively addressed is physical education. **The purpose** of the study – to identify the impact of gymnastics on the formation of volitional qualities in students of higher education. **Methodology.** The study involved 60 students. The age of study participants was 17-20 years. Diagnosis of students' volitional qualities was performed using a survey of teachers who worked with students for 3.5 years. Student's t-test for dependent samples was used for statistical processing of the obtained data. The statistical null hypothesis was the assumption that the shift between the indicators of volitional qualities of personality in students of the experimental and control groups in the initial and final section does not differ significantly from zero. An alternative statistical hypothesis was the assumption that the shift between the indicators of volitional qualities of personality in students of the experimental and control groups in the initial and final section is significantly different from zero. **Scientific novelty.** It is established: 1) the effectiveness of gymnastics for the formation of students such strong-willed qualities as persistence, resilience, initiative, determination, courage, purposefulness, discipline, energy; 2) the ineffectiveness of gymnastics for the formation of students such strong-willed qualities as independence, endurance, patience, self-control. **Conclusions.** It is recommended to use gymnastics classes to form students' perseverance, resilience, initiative, determination, courage, purposefulness, discipline, energy.

Key words: physical education, students, will, volitional qualities, persistence, resilience, gymnastics.

Постановка проблеми. В наукових дослідженнях встановлено, що вольова регуляція є необхідною умовою успіху у різних видах діяльності. Про це свідчать результати досліджень таких авторів як В.В. Зонь [2], І. Аїзен [11], В.А. Іванніков [3], Н.М. Кехр [15], Ж. Кухл [16, 17], С. Мілне, С. Орбелл, Р. Шеран [18], В.Н. Шляпніков [9], А. Бровченко [12], І.В. Фрыз, Н.І. Сидоренко [13]. Це ставить перед закладами вищої освіти ряд проблем, пов'язаних з організацією навчально-виховного процесу. Вони стосуються, зокрема, і таких питань як формування вольових якостей особистості студентів у сферах фізичного виховання та спорту, встановлення ефективних засобів для проведення такої роботи.

У фізичному вихованні постерігається інтерес дослідників до вивчення різнопланових аспектів формування вольових якостей у вихованців. Серед робіт цього напрямку слід виділити публікації Г. Грибана і співавторів [14], О. Стрельцова і співавторів [7], А. Веселовського та О. Веселовської [1], А. Хом'юк [8], Я. Абдуллаєва і Д. Турдимуродова [10], Д. Турдимуродова [19, 20], Н.Н. Платонова [6] та ряд інших. В них досліджено такі аспекти як: а) встановлення рівня розвитку вольових якостей студентів і їх вплив на фізичну підготовленість; б) вольові аспекти формування особистості курсантів освітніх установ МНС; в) виховання вольових якостей у майбутніх вчителів засобами фізичного виховання; г) формування вольових якостей у підлітків в процесі фізичного виховання; д) створення педагогічних умов в формуванні вольових якостей у молодших школярів; е) встановлення педагогічних чинників, які впливають на вольові зусилля школярів при виконанні фізичних вправ різного характеру; ж) тестування вольових якостей учнів старших класів загальноосвітньої школи; з) формування вольового розвитку особистості в процесі фізкультурно-спортивної діяльності в умовах Півночі. Водночас, залишається ще чимало питань, які потребують спеціальних досліджень. До їх числа належить і питання про доцільність

(ефективність) використання тих чи інших видів спорту для формування у студентів тих чи інших вольових якостей.

Треба відзначити, що формування вольових якостей у студентів в процесі навчальних занять з фізичного виховання є маловивченою проблемою. Тому актуальними є дослідження впливу різних засобів фізичного виховання на цей процес. Експериментальною гіпотезою дослідження стало припущення про те, що в процесі навчальних занять з фізичного виховання ефективною (для формування вольових якостей особистості) є діяльність студентів, яка пов'язана з використанням координаційно-складних вправ (заняття спортивною гімнастикою).

Мета дослідження – виявити вплив занять спортивною гімнастикою на формування вольових якостей у студентів закладів вищої освіти.

Матеріал і методи. У дослідженні брали участь 60 студентів Дніпровського національного університету залізничного транспорту імені академіка В. Лазаряна. Вік учасників дослідження складав 17–20 років. Від усіх учасників було отримано інформовану згоду на участь в експерименті. Діагностика вольових якостей особистості у студентів виконувалася з використанням методу опитування, яке проводилось серед викладачів, які працювали зі студентами, що взяли участь у дослідженні. Для того, щоб зробити роботу викладачів більш продуктивною, нами була розроблена спеціальна таблиця, у якій вони реєстрували міру прояву вольових якостей особистості студентів. Для створення таблиці були використані 12 рис (якостей) особистості, які в психології класифікують як вольові. Викладачам пропонувалось оцінити за десятибальною шкалою (від 0 до 10) міру прояву зазначених рис у студентів. Перший зріз було проведено наприкінці першого семестру. Другий – наприкінці сьомого. Для статистичної обробки отриманих даних використано t-критерій Стьюдента для залежних вибірок.

Організація дослідження. В експерименті брали участь студенти експериментальної та контрольної груп, які було сформовано для перевірки висунутих гіпотез. Кількісно кожна із груп складалася із 30 осіб. Студентів експериментальної групи було залучено до навчальних занять з фізичного виховання, які включали заняття спортивною гімнастикою. Студенти контрольної групи вивчали курс фізичного виховання відповідно до навчальної програми для вищих навчальних закладів. В основу занять було покладено загальну фізичну підготовку.

Результати дослідження. Статистичною нульовою гіпотезою приймалося припущення про те, що зсув між показниками вольових якостей особистості у студентів експериментальної і контрольної груп у початковому і кінцевому зрізі значуще не відрізняється від нуля.

Альтернативною статистичною гіпотезою було припущення, що зсув між показниками вольових якостей особистості у студентів експериментальної і контрольної груп у початковому і кінцевому зрізі значуще відрізняється від нуля.

По закінченні експерименту не виявлено статистично значущих змін щодо сформованості у студентів контрольної групи таких вольових якостей особистості як наполегливість, стійкість, ініціативність, самостійність, рішучість, сміливість, цілеспрямованість, дисциплінованість, витримка, енергійність, терпеливість, самовладання. Водночас, зафіксовано достовірні зміни в експериментальній групі за такими вольовими якостями як наполегливість, стійкість, ініціативність, рішучість, сміливість, цілеспрямованість, дисциплінованість, енергійність. У цій же групі не зафіксовано достовірних змін за показниками таких якостей як самостійність, витримка, терпеливість, самовладання. Динаміку змін за вищевказаними якостями подано в таблиці 1.

Таблиця 1

Статистичні значення показників сформованості вольових якостей особистості студентів експериментальної і контрольної груп до та після експерименту, к-ть балів

Вольові якості	Експериментальна група				Контрольна група			
	До експерименту		Після експерименту		До експерименту		Після експерименту	
	\bar{x}	S	\bar{x}	S	\bar{x}	S	\bar{x}	S
Наполегливість	7,933	1,093	8,200*	1,077	7,833	1,293	7,900	1,164
Стійкість	8,233	1,202	8,533*	1,146	8,333	1,135	8,400	1,171
Ініціативність	7,600	1,540	7,733**	1,611	7,466	1,586	7,400	1,685
Самостійність	7,600	1,562	7,666	1,445	7,466	1,606	7,533	1,564
Рішучість	7,533	0,991	8,033*	0,948	7,600	0,952	7,666	0,977
Сміливість	7,666	1,164	8,266*	0,963	7,566	1,333	7,500	1,500
Цілеспрямованість	8,133	1,284	8,333*	1,324	8,000	1,390	8,033	1,328
Дисциплінованість	8,200	1,557	8,400*	1,518	8,066	1,806	8,133	1,667
Витримка	7,400	1,428	7,466	1,309	7,266	1,547	7,333	1,468
Енергійність	7,866	1,175	8,100*	1,220	7,666	1,422	7,733	1,263

Терпеливість	7,400	1,331	7,466	1,203	7,466	1,284	7,533	1,284
Самовладання	7,866	1,609	8,000	1,527	7,733	1,860	7,800	1,720

Примітка. Відмінності статистично достовірні між одним і тим самим показником в експериментальній групі до та після експерименту при * $p < 0,01$; ** $p < 0,05$.

Порівняння даних, наведених у таблиці, дає підстави для висновку про динаміку змін відносно формування вольових якостей особистості у студентів. Насамперед, привертає увагу суттєве зростання середнього арифметичного в експериментальній групі за показниками таких вольових якостей як наполегливість, стійкість, ініціативність, рішучість, сміливість, цілеспрямованість, дисциплінованість, енергійність. Якщо на початку експерименту ці показники в експериментальній і контрольній групах були майже на одному рівні, то на кінець експерименту вони стали суттєво відрізнятися. При цьому в контрольній групі показники середнього арифметичного змінилися несуттєво, а в експериментальній – спостерігається їх значне зростання. Водночас, слід зазначити, що в експериментальній групі не виявлено статистично значущих змін щодо сформованості таких якостей як самостійність, витримка, терпеливість, самовладання.

Отримані в ході експериментальної роботи дані пояснюються, на нашу думку, ефективністю занять спортивною гімнастикою для формування у студентів наполегливості, стійкості, ініціативності, рішучості, сміливості, цілеспрямованості, дисциплінованості, енергійності.

Обговорення результатів. Плануючи проведення експерименту, ми виходили з важливості для успішної професійної діяльності майбутнього фахівця достатнього рівня сформованості у нього вольових якостей особистості. У цьому контексті нас цікавило питання можливості формування вольових якостей особистості у студентів в процесі навчальних занять з фізичного виховання в основу яких покладено заняття спортивною гімнастикою.

Отримані по закінченні експерименту статистичні дані, які характеризують динаміку змін вольових якостей особистості у студентів, показали таке. Традиційні заняття з фізичного виховання, основу яких складала загальна фізична підготовка і яка проводилась зі студентами контрольної групи, суттєво (статистично значуще) не вплинули на формування у них вольових якостей. Про це свідчить той факт, що протягом трьох років таких занять у студентів контрольної групи не відбулось суттєвого зростання відповідних показників. Ми пояснюємо це тим, що в ході традиційних занять не ставляться конкретні завдання з формування вольових якостей у студентів, не здійснюється підбір ефективних засобів для їх формування, і взагалі, така діяльність не планується.

Що стосується експериментальної групи, то на кінець експерименту отримано статистичні дані, які показують суттєве зростання у студентів сформованості таких вольових якостей особистості як наполегливість, стійкість, ініціативність, рішучість, сміливість, цілеспрямованість, дисциплінованість, енергійність. Водночас, не виявлено статистично значущих змін щодо сформованості таких якостей як самостійність, витримка, терпеливість, самовладання. Ми пояснюємо це ефективністю занять спортивною гімнастикою для формування у студентів якостей, що названі першими, і неефективністю таких занять для формування самостійності, витримки, терпеливості, самовладання.

В рамках мотиваційного розуміння природи волі в психології існує уявлення про волю як здатність до свідомого навмисного подолання перешкод. На нашу думку, кількість, специфіка і величина зовнішніх і внутрішніх перешкод, які доводиться долати студентам під час занять тим чи іншим видом спорту, визначальною мірою впливають на формування у них тих чи інших вольових якостей.

У своїй експериментальній гіпотезі ми припустили, що в процесі навчальних занять з фізичного виховання ефективною (для формування вольових якостей особистості) є діяльність студентів, яка пов'язана з використанням координаційно-складних вправ (заняття спортивною гімнастикою). Дані, які отримано в процесі дослідження, дають підстави зробити висновок про те, що експериментальна гіпотеза підтвердилась стосовно таких вольових якостей особистості як наполегливість, стійкість, ініціативність, рішучість, сміливість, цілеспрямованість, дисциплінованість, енергійність. Ці дані співвідносяться з результатами наших попередніх досліджень [4].

Фізична культура і спорт є однією із небагатьох сфер, життєдіяльності студента, у яких може ефективно вирішуватись завдання формування його особистості. У той же час спеціальних досліджень, спрямованих на вивчення питання використання фізичної культури для формування особистості, вкрай мало. Нами запропоновано вирішення цих питань в рамках концепції психофізичної підготовки [5].

Висновки. 1. Навчальні заняття з фізичного виховання, в основу яких покладено заняття спортивною гімнастикою, є ефективними для формування у студентів таких вольових якостей як наполегливість, стійкість, ініціативність, рішучість, сміливість, цілеспрямованість, дисциплінованість, енергійність. 2. В ході дослідження не виявлено суттєвого впливу занять спортивною гімнастикою на формування у студентів таких вольових якостей як самостійність, витримка, терпеливість, самовладання. 3. Навчальні заняття з фізичного виховання, в основу яких

покладено загальну фізичну підготовку, не забезпечують ефективного формування вольових якостей особистості у студентів.

Список використаних джерел

1. Веселовський А.П., Веселовська О.М. Виховання у майбутніх вчителів вольових якостей засобами фізичного виховання як основи формування їх професійно-особистісних компетентностей. *Науковий вісник Ужгородського національного університету : серія : Педагогіка. Соціальна робота*. 2018. Вип. 1 (42). С. 288-291.
2. Зонь, В.В. Виховання вольових якостей у курсантів вищих військових навчальних закладів: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04. К., 2002. 20 с.
3. Иванников В.А. Психологические механизмы волевой регуляции. Москва, 1991. 142 с.
4. Пичурин В.В. Особливості формування вольових якостей особистості у студентів-залізничників на заняттях з фізичного виховання. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*. 2012. Вип. (24). С. 66-72.
5. Пичурин В.В. Теоретико-методологічні основи психофізичної підготовки студентів інженерних спеціальностей в процесі фізичного виховання: монографія. Дніпро: Свідлер А.Л., 2017. 393 с.
6. Платонов Н.Н. Формирование волевого развития личности в процессе физкультурно-спортивной деятельности с оздоровительной направленностью в условиях Севера: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.01. Якутск, 1998. 141 с.
7. Стрельцов О.В., Бобринев Е.В., Шавырина Т.А., Маторина О.С., Маштаков В.А. Волевые аспекты формирования личности курсантов образовательных учреждений МЧС России. *Медико-биологические и социально-психологические проблемы безопасности в чрезвычайных ситуациях*. 2020. № (4). С. 114-122. URL: <https://doi.org/10.25016/2541-7487-2020-0-4-114-122>
8. Хом'юк А.В. Формування у підлітків вольових якостей у процесі фізичного виховання. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Серія 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*. 2017. Вип. 4 (85). С. 120-123.
9. Шляпников В.Н. Роль волевой регуляции в процессе профессиональной адаптации молодых специалистов. *Вопросы психологи*. 2010. № 6. С. 78-90.
10. Abdullaev Ya.M., Turdimurodov D.Y. Creation of pedagogical conditions in the formation of volitional qualities in primary school students. *Colloquium – journal*. 2020. № 24 (76). Pp. 12-14.
11. Ajzen, I. From intentions to actions: A theory of planned behavior. *Action control: From cognition to behavior*. Berlin; New York: Springer-Verlag, 1985. Pp. 11-40.
12. Brovchenko, A. Volition as the systemically important factor of personality development. *Fundamental and Applied Researches in Practice of Leading Scientific Schools*. 2016. № 18(6). URL: <https://www.farplss.org/index.php/journal/article/view/123>
13. Fryz I.V., Sydorenko N.I. Psychological Determinants of Volitional Qualities Development in Adolescence. *Science and education*. 2016. № 5. Pp. 136-141.
14. Grygoriy Griban, Olena Kuznietsova, Pavlo Tkachenko, Dmytro Oleniev, Oksana Khurtenko, Zoia Dikhtiarenko, Eduard Yeromenko, Andrii Lytvynenko, Alla Khatko, Larysa Pustoliakova. Formation of the Students' Volitional Qualities in the Process of Physical Education. *International Journal of Human Movement and Sports Sciences*. 2020. № 8(6), P. 505-517. DOI: 10.13189/saj.2020.080625.
15. Kehr H.M., Bles P., Rosenstiel L. Self-regulation, self-control, and management training transfer. *Intern. J. Educat. Res*. 1999. Vol. 31. P. 487-498.
16. Kuhl J., Kazen M. Self-discrimination and memory: State orientation and false self-ascription of assigned activities. *J. Pers. & Soc. Psychol*. 1994. June. Vol. 66(6). P. 1103-1115.
17. Kuhl, J. Who control whom when «I control my-self»? *Psychol. Inquiry*. 1996. Vol. 7(1). P. 61-68.
18. Milne S., Orbell S., Sheeran P. Combining motivation and volitional interventions to promote exercise participation: Protection motivation theory and implementation intentions. *Brit. J. Health Psychol*. 2002. May. Vol. 7, № 2. P. 163-184.
19. Turdimurodov D.Y. Testing volitional qualities for students of high schools of secondary school. *The American Journal of Social Science and Education Innovations*. 2021. Volume 3. Issue 03. pp. 405-413.
20. Turdimurodov D.Y. Pedagogical factors of external stimulation affecting the volitional efforts of schoolchildren during physical exercises of a different nature. *Innovations in pedagogy and psychology*. 2020. №. 9. Issue 3. P. 21-25.

References

1. Veselovskyi, A.P., Veselovska, O.M. (2018). Education of future teachers of volitional qualities by means of physical education as a basis for the formation of their professional and personal competencies. *Naukovyi visnyk Uzhhorodskoho natsionalnoho universytetu : seriia: Pedagogika. Sotsialna robota*. 1 (42), 288-291. (In Ukraine)
2. Zon, V.V. (2002). Education of gross qualities in cadets of higher military educational institutions: *Abstracts of Candidate's thesis*. Kiev: 20. (In Ukraine)
3. Ivannikov V.A. (1991). Psychological mechanisms of volitional regulation. Moskva, 142. (In Russian)
4. Pichurin V.V. (2012). Peculiarities of formation of volitional qualities of personality in railway students in physical education classes. *Nauk. chasopys NPU imeni M.P. Dragomanova. Seriiia 15. Naukovo-pedahohichni problemy fizychnoi kultury (fizychna kultura i sport)*, (24), 66-72. (In Ukraine)
5. Pichurin V.V. (2017). Theoretical and methodological bases of psychophysical training of engineering students in the process of physical education: monohrafiia. Dnipro: Svidler A.L. 393. (In Ukraine)

6. Platonov, N.N. (1998). Formation of volitional personality development in the process of physical culture and sports activity with a health-improving orientation in the conditions of the North: *Candidate's thesis*. Yakutsk, 141. (In Russian)
7. Streltsov, O.V., Bobrinev Ye.V., Shavyrina T.A., Matorina O.S., Mashtakov V.A. (2020). Strong-willed aspects of the formation of the personality of cadets of educational institutions of the Ministry of Emergency Situations of Russia. *Mediko-biologicheskie i sotsialno-psikhologicheskie problemy bezopasnosti v chrezvychnykh situatsiyakh*, (4), 114-122. <https://doi.org/10.25016/2541-7487-2020-0-4-114-122> (In Russian)
8. Khom'iuk, A.V. (2017). The formation of volitional qualities of adolescents in physical education. *Naukovyi chasopys NPU imeni M.P. Dragomanova. Seriya 15: Naukovo-pedahohichni problemy fizychnoi kultury (fizychna kultura i sport)*; 4 (85). pp. 120-123. (In Ukraine)
9. Shlyapnikov, V.N. (2010). The role of volitional regulation in the process of professional adaptation of young specialists. *Voprosy psikhologii*, 6, 78-90.
10. Abdullaev, Ya.M., Turdimurodov, D.Y. (2020). Creation of pedagogical conditions in the formation of volitional qualities in primary school students. *Colloquium – journal*, 24 (76), 12-14.
11. Ajzen, I. (1985). From intentions to actions: A theory of planned behavior. *Action control: From cognition to behavior*. Berlin; New York: Springer-Verlag, 11-40.
12. Brovchenko, A. (2016). Volition as the systemically important factor of personality development. *Fundamental and Applied Researches in Practice of Leading Scientific Schools*, 18(6). Retrieved from <https://www.farpss.org/index.php/journal/article/view/123>
13. Fryz, I.V., Sydorenro, N.I. (2016). Psychological Determinants of Volitional Qualities Development in Adolescence. *Science and education*, 5, 136-141.
14. Grygoriy Griban, Olena Kuznietsova, Pavlo Tkachenko, Dmytro Oleniev, Oksana Khurtenko, Zoia Dikhtiarenko, Eduard Yeromenko, Andrii Lytvynenko, Alla Khatko, Larysa Pustoliakova. (2020). Formation of the Students' Volitional Qualities in the Process of Physical Education. *International Journal of Human Movement and Sports Sciences*, 8(6), 505-517. DOI: 10.13189/saj.2020.080625.
15. Kehr, H.M., Bles, P., Rosenstiel, L. (1999). Self-regulation, self-control, and management training transfer. *Intern. J. Educat. Res.*, 31, 487-498.
16. Kuhl, J., Kazen, M. (1994). Self-discrimination and memory: State orientation and false self-ascription of assigned activities. *J. Pers. & Soc. Psychol.*, June, 66(6), 1103-1115.
17. Kuhl, J. (1996). Who control whom when «I control my-self»? *Psychol. Inquiry*, 7(1), 61-68.
18. Milne, S., Orbell, S., Sheeran, P. (2002). Combining motivation and volitional interventions to promote exercise participation: Protection motivation theory and implementation intentions. *Brit. J. Health Psychol.*, May. 7, 2, 163-184.
19. Turdimurodov, D.Y. (2021). Testing volitional qualities for students of high schools of secondary school. *The American Journal of Social Science and Education Innovations*, 3, Issue 03, 405-413.
20. Turdimurodov, D.Y. (2020). Pedagogical factors of external stimulation affecting the volitional efforts of schoolchildren during physical exercises of a different nature. *Innovations in pedagogy and psychology*, 9, 3, 21-25.

DOI 10.31392/NPU-nc.series15.2022.3K(147).71

УДК 378.016:796]:004

Поліщук В.В.

кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент,
Університет Григорія Сковороди в Переяславі
ORCID: 0000-0002-3526-5098

Поліщук М.В.

студентка II курсу,
факультет української і іноземної філології,
Університет Григорія Сковороди в Переяславі

ВИКОРИСТАННЯ СУЧАСНИХ ІНФОРМАЦІЙНИХ ТЕХНОЛОГІЙ НА ЗАНЯТТЯХ З ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ СТУДЕНТІВ

У статті описано сучасні фітнес-аплікації для мобільних телефонів як одна з найдоцільніших інформаційних технологій для використання на заняттях фізичної культури студентів в закладах вищої освіти. Перезавантаження та діджиталізація освіти можливо тільки через науково обґрунтоване вдосконалення інформаційних технологій, яке стало однією з найважливіших проблем педагогічної науки і практики сьогодні. Головна мета інформаційних педагогічних технологій – підвищити ефективність освітнього процесу, гарантувати досягнення запланованих результатів навчання. Сучасний етап розвитку освіти характеризується інтенсивними пошуками нового в теорії та практиці. Цей процес зумовлений низкою протиріч, головне з яких – невідповідність традиційних методів, форм навчання і виховання в системі освіти нинішнім соціально-економічним умовам розвитку суспільства, що породила цілий ряд об'єктивних інноваційних процесів. Проаналізовано мобільні фітнес-додатки