



**ДВНЗ «УЖГОРОДСЬКИЙ  
НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ»  
ФАКУЛЬТЕТ ЗДОРОВ'Я ТА  
ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ  
КАФЕДРА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ**



# **АКТУАЛЬНІ ПИТАННЯ ВДОСКОНАЛЕННЯ СИСТЕМИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТИВНОЇ РОБОТИ У ВИЩІЙ ШКОЛІ**

**Збірник наукових праць за матеріалами  
І науково-практичної конференції з міжнародною участю,  
присвяченої 70-й річниці кафедри фізичного виховання ДВНЗ «УжНУ»**

**19-20 квітня 2018 року**

**Ужгород – 2018**

**ДВНЗ «УЖГОРОДСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ»  
ЗАКАРПАТСЬКЕ ОБЛАСНЕ ВІДДІЛЕННЯ НОК УКРАЇНИ  
ЗАКАРПАТСЬКЕ ОБЛАСНЕ ВІДДІЛЕННЯ (ФІЛІЯ) КОМІТЕТУ  
ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ТА СПОРТУ МОН УКРАЇНИ  
УПРАВЛІННЯ У СПРАВАХ КУЛЬТУРИ, СПОРТУ, СІМ'Ї ТА МОЛОДІ  
УЖГОРОДСЬКОЇ МІСЬКОЇ РАДИ  
ФАКУЛЬТЕТ ЗДОРОВ'Я ТА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ**

**АКТУАЛЬНІ ПИТАННЯ ВДОСКОНАЛЕННЯ  
СИСТЕМИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТИВНОЇ  
РОБОТИ У ВИЩІЙ ШКОЛІ**

Збірник наукових праць за матеріалами  
І науково-практичної конференції з міжнародною участю,  
присвяченої 70-й річниці кафедри фізичного виховання ДВНЗ «УжНУ»

19-20 квітня 2018 року

Ужгород - 2018

УДК 796.011.3-057.87(063)

ББК Ч481.354л0

А 43

**А43. Актуальні питання вдосконалення системи фізичного виховання і спортивної роботи у вищій школі.** Збірник наукових праць за матеріалами І науково-практичної конференції з міжнародною участю (м. Ужгород, 19-20 квітня 2018 року). – Ужгород: в-во Бест-Принт, 2018. – 123 с.

У збірнику представлені матеріали І науково-практичної конференції з міжнародною участю, присвяченої 70-й річниці кафедри фізичного виховання ДВНЗ «УжНУ» «Актуальні питання вдосконалення системи фізичного виховання і спортивної роботи у вищій школі».

Усі матеріали подаються в авторській редакції

#### **РЕДАКЦІЙНА КОЛЕГІЯ:**

Миронюк Іван Святославович -	відповідальний редактор, декан факультету здоров'я та фізичного виховання, ДВНЗ «Ужгородський національний університет», доктор медичних наук, доцент
Маріонда Іван Іванович	заступник відповідального редактора, завідувач кафедри фізичного виховання, ДВНЗ «Ужгородський національний університет», кандидат педагогічних наук, доцент
Товт Валерій Адальбертович	відповідальний секретар, завідувач кафедри теорії і методики фізичного виховання, ДВНЗ «Ужгородський національний університет», кандидат педагогічних наук, доцент

УДК 796.011.3-057.87(063)

ББК Ч481.354л0

ДВНЗ «Ужгородський національний університет», 2018

УДК 796.011.3-057.87:37.015.3-8

## **ФОРМУВАННЯ МОТИВАЦІЇ СТУДЕНТІВ ДО ЗАНЯТТЯ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ**

*Маріонда Іван Іванович*

*кандидат педагогічних наук, доцент, завідувач кафедри фізичного виховання*

*ДВНЗ «Ужгородський національний університет»*

*Павлишинець Катерина Юріївна*

*аспірантка кафедри педагогіки*

*Хмельницька гуманітарно-педагогічна академія*

Ставлення студентів до фізичного виховання – одна з актуальних соціально-педагогічних проблем. Крім безлічі завдань, які стоять у педагогів з фізичного виховання, однією з основних є формування мотиваційного ставлення до фізичної культури, установки на здоровий спосіб життя, потреби в систематичних заняттях спортом.

Сучасне студентство, на жаль, веде малорухливий спосіб життя, стикається з низкою труднощів, пов'язаних з навчальними навантаженнями, звантаженістю робочого дня, проблемами в міжособистісному спілкуванні. Все це веде до зниження мотивації або навіть її відсутності до занять фізичною культурою і спортом, що як результат призводить до зниження рівня здоров'я, розумової і фізичної працездатності всього населення.

У зв'язку з цим велике значення набуває формування мотиваційної зацікавленості в заняттях фізичною культурою і спортом у студентської молоді.

Мотивація – це внутрішнє спонукання людини до діяльності, здатної задовольнити його потреби.

Мотивація досягнення (мотивація досягнення успіху) – один з різновидів мотивації діяльності, пов'язана з потребою індивіда домагатися успіхів і уникати невдач; прагнення до успіхів у різних видах діяльності. В його основі лежать емоційні переживання, пов'язані з соціальним прийняттям успіхів, які досягаються індивідом. Мотивація в спорті передбачає наявність факторів і процесів, які спонукають молодих людей до дії або бездіяльності.

Шлях до ефективної, результативної діяльності людини лежить через розуміння його мотивації. Тільки знаючи, що рухає людиною, що спонукає його до діяльності, можна розробити ефективну систему форм і методів формування мотивації до фізичної культури і спорту у студентів.

Існує безліч класифікацій мотивів до занять фізичною культурою і спортом. Наведемо приклад класифікації А.Н. Миколаєва, в якій він виділив

шість груп мотивів, які можна застосувати до спортивної діяльності. Це мотиви, спрямовані на:

1. Високий результат спортивної діяльності.
2. Задоволення від процесу заняття спортом.
3. Самовдосконалення, зміцнення здоров'я, виховання сильного характеру.
4. Спілкування, задоволення від зустрічей з товаришами по команді.
5. Винагорода, пільги, нагороди, різні поїздки і збори і т.д.
6. Обов'язковість, яке супроводжується словами: «Займаюся, тому, що так треба».

Можна з упевненістю сказати, що знання мотиваційної сфери особистості дозволить готувати студента до цілеспрямованих занять фізичною культурою і спортом. Практичне застосування особливостей мотивації фізичної діяльності є важливим етапом у формуванні мотивів до занять фізичною культурою.

Мотиви спортивної діяльності не тільки спонукають людину займатися спортом, а й надають заняття осмислений характер. Для цього необхідно оволодіння системою певних умінь і навичок, сприятливий психологічний стан, розвиток здібностей, фізичних якостей і властивостей особистості. Саме регулярні заняття фізичною культурою і спортом повинні забезпечити досягнення необхідного рівня фізичного і розумового потенціалу студента. Цього можна досягти тільки тоді, коли педагог спрямовує свою діяльність на забезпечення всебічного розвитку студента, грамотно поєднує всі форми і методи впливу на нього, а також методично правильно організовує заняття.

Безумовно, формування мотивації до занять фізичною культурою – це багатоскладовий процес. Необхідно використовувати індивідуальний і загальний підхід до фізичних здібностей підготовленості студентів, застосовувати на заняттях змагальну діяльність, естафети, ігрові види спорту. Необхідно сформувати секції за інтересами серед студентів: волейбол, баскетбол, футбол, настільний теніс, гімнастика, плавання, легка атлетика, заняття в тренажерному залі і т.д., для цього потрібно враховувати інтереси студентів, виявляти зацікавлені ними види фізичної активності.

Для студентів буде цікавим і привабливим проведення таких фізкультурно-оздоровчих заходів, як: «День здоров'я», туристичні походи, військово-спортивні ігри по типу «Зірниця» і багато іншого, що змусить студентів проявити інтерес до занять фізичною культурою.

Вище зазначені заходи можна продовжувати величезним списком. Головне, що в результаті це дозволить підняти рівень фізичного і психологічного здоров'я студентів і підвищити їх мотивацію до занять фізичною культурою і спортом. В результаті грамотно організованої роботи по

формуванню мотивації у студентів, спорт і фізична культура стануть основою, здатною допомогти студентській молоді успішно адаптуватися до умов життя і професійної діяльності та на цій основі забезпечити собі високу працездатність і творчу активність.

Крім практичних занять фізичною культурою у ВНЗ введені теоретичні заняття, на яких, в першу чергу, важливо звернути увагу на формування інтересу у студентів до практичних вправ. Правильне поєднання активних форм і методів навчання сприяє розвитку пізнавального інтересу студентів як до освоєння знань і формування умінь, так і до практичних занять фізичною культурою і спортом.

Таким чином, мотивація відіграє важливу роль в збільшенні здорового населення, в поширенні здорового способу життя, в масовості заняттями фізичною культурою і т.д. Фізична культура і спорт покликані забезпечити повне задоволення всіх інтересів студентів: теоретичні знання повинні визначити основу уявлення здорового способу життя, а практичні заняття повинні забезпечити основу формування навичок і вмінь з фізичного самовдосконалення особистості протягом усього життя.

#### **Список використаної літератури:**

1. Белянічева, В.В. Формування мотивації занять фізичною культурою у студентів / В.В. Белянічева, Н.В. Грачова // ФкиС: інтеграція науки і практики. Вип.2. – Саратов: Наука, 2009. – 6 с.
2. Лотоненко А.В. Фізична культура студентської молоді: досвід, проблеми, перспективи / Лотоненко А.В., Стеблецов Б.А. // Фізична культура: виховання, утворення, тренування. — К., 1996. — № 23. — С. 5.