

**УНІВЕРСИТЕТ УШИНСЬКОГО  
НАВЧАЛЬНО-НАУКОВИЙ ІНСТИТУТ ФІЗИЧНОЇ  
КУЛЬТУРИ, СПОРТУ ТА РЕАБІЛІТАЦІЇ**

**КАФЕДРА ТЕОРІЇ І МЕТОДИКИ  
ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ТА  
СПОРТИВНИХ ДИСЦИПЛІН**

**СУЧАСНІ ПРОБЛЕМИ  
ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ,  
СПОРТУ ТА ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ**

**МАТЕРІАЛИ VII МІЖНАРОДНОЇ  
ІНТЕРНЕТ-КОНФЕРЕНЦІЇ  
17-18 жовтня 2023 року**

Одеса  
Букаєв Вадим Вікторович  
2023

**УДК 370.15+371.302.81+613**  
**С916**

*Друкується згідно з рішенням Вченої ради Державного закладу  
“Південноукраїнський національний педагогічний університет  
імені К. Д. Ушинського”*

Протокол № 4 від 26 жовтня 2023 р.

Джуринський П. Б. доктор педагогічних наук, професор – голова оргкомітету;  
Дразіна Є. В. кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент, завідувач кафедри теорії і методики фізичної культури та спортивних дисциплін Університету Ушинського, заступник – голови оргкомітету;  
Башавець Н. А. доктор педагогічних наук, професор кафедри теорії і методики фізичної культури та спортивних дисциплін Університету Ушинського;  
Р. Урбан, професор, Голова вченої ради Інституту фізичної культури Щецинського університету (Польща);  
М. Крету, професор, факультет фізичного виховання та спорту, Університет Пітешті (Румунія);  
Афтімічук О. Є. доктор педагогічних наук, професор. ДУФВіС (м. Кишинів, Молодова);  
Ігнатенко С. О. кандидат педагогічних наук, доцент кафедри теорії і методики фізичної культури та спортивних дисциплін Університету Ушинського;  
Дроздова К. В. кандидат педагогічних наук.

**Рецензенти:**

**Соколова Ганна Борисівна** – доктор психологічних наук, професор, професор кафедри дефектології та фізичної реабілітації, в. о. директора навчально-наукового інституту фізичної культури, спорту та реабілітації

**Пільова Світлана Георгіївна** - кандидат педагогічних наук, доцент кафедри фізичної культури і спорту, Державного університету інтелектуальних технологій і зв'язку

**Сучасні** проблеми фізичного виховання, спорту та здоров'я людини :  
С916 матеріали VII інтернет-конференції. м. Одеса, 17-18 жовтня 2023 р.  
Одеса. : видавець Букаєв Вадим Вікторович, 2023. 192 с.

У збірнику матеріалів конференції розглянуті всебічні аспекти організації занять з фізичного виховання, спорту і здоров'я людини.

At the conference proceedings are considered comprehensive aspects of physical education and sports.

**УДК 370.15+371.302.81+613.7**

© Державний заклад  
«Південноукраїнський національний педагогічний університет  
імені К. Д. Ушинського», 2023

### **Література:**

1. Кібальник О. Я., Томенко О. А. Оздоровчий фітнес. Теорія та методика викладання: навч. метод. посібник для студ. «Педагогіка і методика середньої освіти. Фізична культура». М-во освіти і науки України, СумДПУ ім. А. С. Макаренка. Суми : СумДПУ ім. А. С. Макаренка, 2010. 202 с.
2. Круцевич Т. Ю., Безверхня Г. В. Рекреація у фізичній культурі різних груп населення. К. : Олімпійська література, 2010. 248 с.
3. Крупеня Світлана. Оздоровчий фітнес. К. : Університет «Україна», 2020. 222 с.

## **РОЛЬ ВИКЛАДАЧА В ФОРМУВАННІ МОТИВАЦІЇ СТУДЕНТІВ ДО ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ І СПОРТОМ**

**Кучеренко Г. В.**

Державний заклад «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського», м. Одеса, Україна

**Актуальність.** Формування мотивації студентів до занять фізичною культурою і спортом та ролі викладача в ефективності рухової активності, створенні шляхів покращення процесу фізичного виховання студентської молоді є актуальною темою.

**Анотація.** У статті порушено проблему формування мотивації до занять фізичною культурою і спортом. та створення шляхів покращення процесу фізичного виховання студентської молоді. необхідно, Здійснити теоретичний аналіз наукових джерел щодо формування у студентів мотивації до занять фізичною культурою і спортом та ролі викладача у досягненні успішності і якості навчання студентів, формуванні мотивацій щодо занять фізичною культурою і спортом, у вирішенні виховних завдань - моральних, вольових, естетичних, емоційних, комунікативних якостей.

Фізичне виховання в системі освіти спрямоване не тільки на формування життєво-важливих рухових умінь і навичок, розвиток фізичних потреб, але й повинне впливати на формування мотиваційних характеристик студентів, виховання активної соціальної орієнтації на здоровий спосіб життя.

Мотивація – цей активний стан, що спонукує людину робити дії, спрямовані на задоволення своїх потреб. Ці дії можуть бути орієнтовані спадково, або закріплені досвідом. Дослідження показують, що пріоритетними мотивами занять фізичною культурою і спортом є зміцнення здоров'я, удосконалення форми тіла, досягнення високого спортивного результату, спілкування з друзями й активний відпочинок.

Потреба у фізичній культурі-це головна спонукальна, спрямовуюча й регулююча сила поведінки особистості, що має широкий спектр: потреба в рухах і фізичних навантаженнях, у спілкуванні, а також при проведенні вільного часу в дружньому колі, в іграх, розвагах, відпочинку, емоційній

розрядці, у самоствердженні, зміцненні позицій свого «Я», в поліпшенні якості фізкультурно-спортивних занять, у комфорті та ін.

Задоволення потреб супроводжується як позитивними емоціями, так і незадоволенням - негативними емоціями. Саме тому людина, звичайно, вибирає той вид діяльності, що більшою мірою дозволяє задовольнити потребу, яка виникла й одержати позитивні емоції [2].

Але знати причини, які спонукають особистість займатися фізичною культурою, недостатньо для підвищення мотивації. Кожний студент має свої індивідуальні мотиви, що спонукають його займатися фізичним вихованням, і вмілий викладач повинен забезпечити умови, які б задовольняли різноманітні потреби. Викладач повинен розглядати студента не стільки як об'єкт, що потребує впливу, скільки як особистість, що інтенсивно розвивається в процесі навчальної діяльності. І щоб студент займав активну позицію в процесі навчальної діяльності, він повинен мати потужні джерела мотивації навчання. Тому основним у педагогічному мистецтві викладача є вміння спонукати, а не примушувати.

Навчальна діяльність для студентів має різний зміст. Для одних вона є засобом отримати похвалу батьків, для інших – проникнення у суспільне життя. Мотиви навчання не повинні бути пасивними, вони, передусім, повинні базуватися на активному інтересі до того, що вивчається. Тільки від майстерності викладача, його педагогічного досвіду і психологічного настрою залежить використання ним таких форм і методів роботи зі студентами, які сформують у них позитивні мотиви у здобутті і підвищенні якості знань, умінь, навичок. Імідж педагога, його емоційний статус, зацікавленість і компетентність, ставлення до роботи, авторитет впливають на емоційний клімат на навчальних заняттях, а рівень його компетентності безпосередньо відображається на ставленні студентів до занять фізичною культурою і тим самим підвищення якості знань.

Незважаючи на те, що в сучасних умовах державним пріоритетом фізичного виховання молоді є зміцнення здоров'я, його стан у студентів знижується. Попри невтішний стан здоров'я, студенти не поспішають займатися фізичною культурою позааудиторно чи відвідувати спортивні секції. Аналізуючи дослідження стосовно мотивів, які спонукають до занять фізичною культурою, то в юнаків така послідовність: розвиток фізичних якостей, зміцнення здоров'я, покращення настрою та самопочуття, бажання поліпшити статуру. бажання бути привабливим для осіб іншої статі. У дівчат мотиви в такій послідовності: зміцнити здоров'я, бажання поліпшити статуру, розвиток фізичних якостей, покращення настрою та самопочуття; найменше добитися визнання оточення й підняти свій авторитет. Щодо навчальних занять то для студентів переважне значення мають такі чинники: стан навчальної бази, стан здоров'я, особа викладача, рівень наданих вимог, спрямованість навчальних занять [2].

В. Пасічник та А. Чвенар, А.Вільчковська, Е.Вільчковський, досліджуючи мотивацію студентів до систематичних занять фізкультурою та спортом, приходять до висновку, що "... система фізичного виховання у ВНЗ повинна

враховувати потреби, мотиви, інтереси та схильності студентів до розвитку своїх рухових здібностей [1]. Спрямованість мотивів до занять з фізичної культури повинна бути орієнтована не стільки на результат (виконати норматив, скласти залік), скільки на сам процес їх фізкультурно-спортивної діяльності. Тому значно збільшується роль творчих, новаторських здібностей викладача фізичного виховання у НЗ. Від його професійної майстерності залежить не тільки організація та зміст занять, а й конструктивна, цілеспрямована виховна робота щодо формування інтересів і мотиваційних потреб студентів у здоровому способі життя. До таких новаторських положень, які мають на меті покращити бажання займатися фізичними вправами, сформувати мотивацію до занять фізичною культурою, останнім часом все більше долучаються українські науковці.

Особистість викладача, його авторитет відіграють важливу роль у досягненні успішності і якості навчання студентів, формуванні мотивацій щодо занять фізичною культурою і спортом, у вирішенні виховних завдань - моральних, вольових, естетичних, емоційних, комунікативних якостей. З досвіду своєї діяльності в сфері фізичного виховання хочу зауважити, що вирішення виховних завдань забезпечить позитивний вплив щодо формування стійкої мотивації студентів до занять фізичною культурою і спортом. Розвиток моральних і вольових якостей, єдність фізичного і духовного розвитку особистості студентів, покращення якості фізичної підготовленості студентів, а отже і їхнього здоров'я, можливе лише при систематичних заняттях фізичними вправами, які мають тренуючий режим і носять розвивальний характер, залученні студентів у позанавчальний час до різних форм і систем фізкультурно-оздоровчої та спортивної діяльності в навчальному закладі. Спортивні змагання є найбільш розповсюдженими і ефективними формами організації масової фізкультурно-спортивної роботи. Ранкова гімнастика, самостійні домашні завдання, секційні заняття, спартакіади коледжу, л/а кроси, пробіги, естафети, дні здоров'я, змагання по різних видах спорту в гуртожитку, фізкультурні свята та інші заходи, які, окрім розвитку фізичних якостей та зміцнення стану здоров'я, викликають позитивні емоції, бадьорість і гарний настрій, а також сприяють вихованню особистості, її морально-вольових та естетичних якостей. спонукають студентів до систематичних занять, принципів організації здорового способу життя. У системі різноманітних організаційних форм і оздоровчих систем з фізичного виховання, тісно пов'язаних між собою, особливе місце займає урок фізичної культури, що є основною формою фізичного виховання студентів. Заняття фізкультурою формують позитивні риси особистості - лідерства, боротьби зі страхами, розвитку змагальних здібностей, виховання почуття колективізму, моральної та фізичної підготовки до переживання різних стресових станів. Постійно долаючи фізичні навантаження, студент бореться з іншою стороною своєї особистості - повільністю, слабкістю, страхом [3]

Одним із важливих аспектів на заняттях фізичної культури, звичайно, є естетичне виховання. Шляхом пояснення, показу, правильного виконання рухів, гарної спортивної форми, культури поведінки – формується естетична

уява. Головними засобами естетичного виховання в процесі занять фізичними вправами є: краса фізичної зовнішності людини правильна будова тіла, гармонійний розвиток мускулатури, правильна постава, пластичність тіла, цілеспрямовані досконалі рухи, сама атмосфера та умови занять (одяг, музика, злагоджені дії, відповідно обладнані спортивні споруди, гігієнічні умови).

Аналіз літератури Т.Ю.Круцевич, О.Ю.Малоземов, Ф.Р.Філатов [1] та власний досвід практичної діяльності свідчить, що проблема формування мотивації до занять фізичними вправами студентів навчальних закладів є досить актуальною. Тому саме викладачі фізичного виховання повинні відігравати пріоритетну роль у формуванні в молоді установок на засвоєння ціннісного потенціалу фізичної культури, здорового стилю життя, фізичного самовдосконалення студентів і їхньої здоров'язберігаючої поведінки. Формування фізкультурно-оздоровчих компетентностей у студентів значною мірою залежить від відносин «викладач – студент». Особливо важливою у цьому питанні є роль викладача, який володіє необхідними здібностями, професійною педагогічною підготовленістю, педагогічною майстерністю і педагогічною культурою.

Авторитет викладача фізичного виховання більш за все визначається його професійною компетентністю, мотивацією до роботи в сфері своєї діяльності, добрий особистий фізичний стан, який дозволяє показати приклад виконання рухового завдання, особистісні властивості і зовнішні риси, що викликають симпатію у тих, кого навчають, врівноваженістю нервової системи [3]. Тактичність та толерантність викладача у стосунках з групою – це шлях до доброго психологічного клімату. успішного вирішення навчально-виховних завдань. Вимогливість без грубощів, пихатості, зрозумілості, простота поведінки, але без зайвого панібратства, увага до кожного, але також без її підкреслювання; гумор без грубих насмішок, поради без зайвої набридливості, уміння вислухати, не перебиваючи, не відволікаючись на інше, проявити зацікавленість до співрозмовника, до його думок.

**Висновок.** Підсумовуючи аналіз літературних джерел необхідно визначити, що провідні чинники навчальної успішності студентів освітніх закладів обумовлені особистісними особливостями студентів, їхньою мотивацією до навчання, що на формування мотивації занять фізичними вправами впливає сукупність зовнішніх і внутрішніх умов. Становлення мотивації залежить в цілому від змісту, форм і методики занять розвитку рухових якостей, матеріально-технічне оснащення фізкультурно-спортивної бази навчального закладу, психологічний клімат у групі, єдність вимог викладачів фізичного виховання. Але основним чинником формування фізкультурно-оздоровчих компетентностей, мотивації студентів до занять фізичною культурою і спортом відіграє пріоритетну роль авторитет викладача його рівень педагогічної майстерності.

### **Література:**

1. Вільчковський Е. Мотивація студентів педагогічних вузів Польщі до систематичних занять фізкультурою та спортом. Наукові записки Тернопільського державного педагогічного університету. Серія: Педагогіка. 2000. № 7. 201 с. С. 136.
2. Круцевич Т.Ю. Загальні основи теорії і методики фізичного виховання. Видавництво: Київ: Олімпійська література, 2008.
3. Філатова З. І. Ціннісні орієнтації та відношення студентів до занять з фізичного виховання в умовах спеціальних медичних груп. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. 2008. №8. С. 153.

## **МЕТОДИ ОБСТЕЖЕННЯ ПАЦІЄНТІВ ПІДЛІТКОВОГО ВІКУ З СКОЛІОЗОМ 1-2 СТУПЕНЯ**

**Логвиненко Д., Ситник О.**

Сумський державний університет, Україна

**Анотація.** У роботі представлені як консервативні, так і сучасні методи діагностики сколіозу підлітків – важливого етапу клінічного реабілітаційного менеджменту.

**Актуальність.** Нині все більшого значення набуває питання сколіозу у підлітків. Діагностика є важливим етапом клінічного реабілітаційного менеджменту, бо є частиною обстеження. Рання та точна діагностика виявляє проблеми на початковій стадії і попереджає розвиток захворювання або призупиняє його. Оцінка отриманих даних дозволяє формувати реабілітаційний діагноз, запропонувати шляхи вирішення проблеми і приступити до втручання. Лікування пацієнтів проводять поетапно, розробляючи для кожного свої підходи.

**Мета дослідження:** дослідити методи обстеження фізичним терапевтом підлітків зі сколіозом 1-2 ступеня.

**Методи наукового дослідження:** аналіз і узагальнення наукових публікацій, методичних посібників, нормативно-правових документів, інтернет-ресурсів.

### **Виклад основного матеріалу:**

Сколіоз серед підлітків нині дуже поширена та актуальна проблема. Тому для раннього його виявлення потрібно вчасно застосовувати ефективні та легкі у використанні методи обстеження хребетного стовпа. Для точного і правильного поставлення діагнозу, у комплекс обстеження включається мультидисциплінарна команда медичного закладу. Сюди належать: невропатолог, хірург, ортопед, лікар-остеопат, протезист, мануальний терапевт, а також фізичний терапевт. Роль кожного надзвичайно важлива.

Так, невропатолог повинен враховувати патології, які можуть являти собою відображення болю у спині і проявлятися при захворюваннях серця і