

**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 V МІЖНАРОДНОЇ  
ІНТЕРНЕТ-КОНФЕРЕНЦІЇ  
17-18 листопада 2021 року**

Одеса  
Букаєв Вадим Вікторович  
2021

**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 № 5 від 19.11.2021*

**Члени редакційної колегії:**

Джуринський П. Б. доктор педагогічних наук, професор, директор навчально-наукового інституту фізичної культури, спорту та реабілітації, Університету Ушинського – голова оргкомітету;

Долгієр Є. В. кандидат з фізичного виховання та спорту, доцент, завідувач кафедри теорії і методики фізичної культури та спортивних дисциплін Університету Ушинського

Афтімічук О. Є. доктор педагогічних наук, професор. ДУФВіС (м. Кишинів, республіка Молдова)

Севдалев С. В. кандидат педагогічних наук, доцент, декан факультету фізичної культури Гомельського державного університету імені Франциска Скорини, Гомель, Білорусь;

Башавець Н. А. доктор педагогічних наук, професор, кафедри теорії і методики фізичної культури та спортивних дисциплін Університету Ушинського; заступник – голови оргкомітету;

Осіпова І. В. кандидат педагогічних наук, доцент кафедри теорії і методики фізичної культури та спортивних дисциплін Університету Ушинського;

Ігнатенко С. О. кандидат педагогічних наук, доцент кафедри теорії і методики фізичної культури та спортивних дисциплін Університету Ушинського;

Дроздова К. В. кандидат педагогічних наук, старший викладач кафедри теорії і методики фізичної культури та спортивних дисциплін Університету Ушинського

**Сучасні** проблеми фізичного виховання, спорту та здоров'я людини :  
С916 матеріали V інтернет-конференції. м. Одеса, 17-18 листопада 2021 р.  
Одеса : видавець Букаєв Вадим Вікторович, 2021. 182 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**

© Заклад вищої освіти  
«Університет Ушинського», 2021

5. Бойко В. В. Цілеспрямований розвиток рухових здібностей людини. М.: Фізична культура і спорт, 1987. 208 с.

## **ФОРМУВАННЯ МОТИВАЦІЇ ДО ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ У МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ**

Сидор С. С., Осіпова І. В.

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

**Анотація.** Мотивація є однією найстаріших проблем шкільного навчання, то ж шляхи її вдосконалення потребують постійного дослідження і вдосконалення.

**Актуальність дослідження** – соціальні та економічні зміни, що відбуваються в нашій країні і за кордоном, висувають нові вимоги до педагогічної теорії та практики в галузі підготовки підростаючого покоління до життя і праці в умовах становлення нових відносин. Особливої актуальності в сучасних умовах набуває проблема формування мотивів до навчання, зокрема до занять фізичною культурою.

Вік 6 - 7 років є переломним, він визначається моментом вступу дитини до школи. У школяра починається нова, по змісту і по функціям діяльність - діяльність навчання. Перехід до нового положення, відношення з дорослими і однолітками, а також у сім'ї визначаються, тим як вони виконують свої перші і важливі обов'язки, і все це веде до тих проблем, які пов'язані не тільки з сім'єю, але і з навчанням.

Поряд з питаннями формування в учнів мотивації до навчання, також необхідно вирішувати питання формування потреби до самостійних і систематичних занять фізичною культурою на базі створення уявлень про здоровий спосіб життя. Придбання даних знань сприяє зміні ставлення учнів до фізичної культури, спонукаючи стати сильними, добре фізично розвиненими.

З перших же днів вимоги в школі у дітей виникають позиції суспільно значущої і суспільно оцінюваної діяльності. Однак така широка мотивація, обумовлена новою соціальною позицією, яка не може підтримувати навчання протягом тривалого часу і поступово втрачає своє значення.

Заняття фізичною культурою на шкільних уроках дозволяють лише підтримувати нормальний фізичний стан, але не покращують фізичний розвиток учнів. Для цього необхідні і велика частота занять, і велике фізичне навантаження. Зробити це можна або шляхом залучення школярів до занять у спортивних секціях, або шляхом самостійних занять учнів фізичною культурою у вільний час.

Вчитель фізкультури повинен розвивати в учнів потребу самостійно займатися фізичною культурою на базі створення у них уявлення про здоровий спосіб життя.

Мотивація навчання в молодшому шкільному віці розвивається в декількох напрямках. Широкі пізнавальні мотиви (інтерес до занять) можуть

вже до середини цього віку перетворитися у навчально-пізнавальні мотиви (інтерес до способів придбання знань), мотиви самоосвіти представлені поки найпростішою формою - інтересом до додаткових джерел знань.

У першому і другому класах школярі здійснюють вольові дії головним чином за вказівкою дорослих, але вже в третьому класі набувають здатності здійснювати вольові акти відповідно до власних мотивів. Школяр може проявити наполегливість у навчальній діяльності, при заняттях фізкультурою. Соціальні мотиви в цьому віці представлені бажанням дитини отримати головним чином схвалення вчителя. Молодші школярі проявляють активність лише для того, щоб бути хорошими виконавцями, перш за все для того, щоб заслужити прихильність до себе дорослих, в тому числі вчителя. Мотиви співробітництва та колективної роботи широко присутні у молодших школярів, але поки в самому загальному прояві. Інтенсивно розвивається в цьому віці цілепокладання в навчанні. Молодший школяр навчається розуміти і приймати цілі, які виходять від вчителя, утримує ці цілі протягом тривалого часу, виконує дії за інструкцією.

Мотиви занять фізичною культурою умовно ділять на загальні та конкретні, що втім, не виключає їх співіснування. До перших можна віднести бажання школяра займатися фізичною культурою взагалі, чим же займатися конкретно - йому байдуже. До других можна віднести бажання займатися улюбленим видом спорту, певними видами. У початкових класах майже всі учні віддають перевагу іграм: хлопчики - спортивним, дівчинки - рухливим. Потім інтереси стають більш диференційованими: одним подобається гімнастика, іншим легка атлетика, третім - вільна боротьба.

Мотиви відвідування уроків фізкультури у школярів теж різні: ті хто задоволений уроками ходять на них заради свого фізичного розвитку та зміцнення здоров'я, а ті хто не задоволений уроками фізкультури (в основному дівчатка), відвідують їх заради позначки і щоб уникнути неприємностей через прогули.

Мотиви занять фізичною культурою можуть бути пов'язані з процесом діяльності і з її результатом. У першому випадку школяр задовольняє потребу в руховій активності, в отриманні вражень від суперництва (відчуття азарту, радість перемоги). У другому випадку він може прагнути до отримання наступних результатів: самовдосконалення (поліпшення статури, розвиток фізичних і психічних якостей, зміцнення здоров'я).

У зв'язку з цим вчителю необхідно здійснювати низку заходів, які підтримували б сформовані наміри учнів самостійно займатися фізичною культурою. Враховуючи, що молодші школярі часто виконують завдання не стільки для себе, скільки для інших і що у них швидко втрачається інтерес до виконання будь-якого завдання, якщо вони не бачать на собі зацікавленого погляду батьків або старших братів чи сестер, кращим варіантом на перших порах було б спільне виконання фізичних вправ молодшими школярами і старшими в сім'ї, або необхідність просто присутності старших.

Інтерес учнів до самостійного систематичного виконання фізичних вправ буде стимулюватися і в тому випадку, якщо вчитель забезпечить постійний

контроль за тим, чи виконують школярі фізичні вправи чи ні. Цей контроль іноді виявляється навіть дієвіше, ніж контроль батьків, тому що авторитет вчителя для молодших школярів часто вагомніше слів батьків.

Необхідна умова для створення у учнів інтересу до змісту навчання і до самої навчальної діяльності - можливість проявити до навчання розумову самостійність і ініціативність. Чим активніше методи навчання, тим легше зацікавити ними учнів. Основний засіб виховання стійкого інтересу до навчання - використання таких питань і завдань, вирішення яких вимагає від учнів активної пошукової діяльності.

Велику роль у формуванні інтересу до навчання відіграє створення проблемної ситуації, зіткнення учнів з труднощами.

Цікава тільки робота, яка вимагає постійної напруги. Легкий матеріал не вимагає розумової напруги, а, отже і не викликає інтересу. Подолання труднощів у навчальній діяльності - найважливіша умова виникнення інтересу до неї.

Мета поставлена вчителем повинна стати метою учня, між мотивами і цілями існує вельми складні стосунки. Найкращий шлях руху - від мотивів до мети, тобто коли учень вже має мотив, що спонукає його прагнути до заданої вчителем мети.

**Висновки.** Формування мотивованого прагнення розвивати свої фізичні та духовні сили і можливості є важливим завданням фізичного виховання у початковій школі; прагнення дитини до здорового способу життя слід розглядати як складову загальної культури особистості.

Правильне розуміння мотивів, достатньо високий рівень активності на заняттях, успіх в оволодінні окремими видами вправ, формують активний пізнавальний інтерес молодших школярів до різних видів спортивної діяльності, що виступає як діючий мотив.

Методично правильна постановка навчальної і виховної роботи як на заняттях фізичним вихованням, так і в спортивних секціях, сприяє виникненню активного пізнавального інтересу до спортивної діяльності та її результатів, формує позитивні особистісні мотиви.

### **Література:**

1. Бабенко С. Ю. Виховання в учнів інтересу до занять фізичною культурою. Фізичне виховання дітей і молоді. К.: Здоров'я, 2002. Вип. 9. С. 7-9.
2. Биков В.С. Теорія і практика формування потреб у фізичному вихованні у школярів ФК. 2010 р. № 1. С. 26-35
3. Круцевич Т., Безверхняя Г. Формирование мотивации к занятиям физической культурой и спортом в школьном возрасте. Олімпійський спорт і спорт для всіх: проблеми здоров'я, рекреації, спортивної медицини та реабілітації: IV Міжнародний науковий конгрес. К. 2000. 385с.
4. Маркова А.К., Орлов О.Б., Фрідман Л.М. Мотивації навчання і її виховання у школярів 2009 р.

5. Сингасвский С. Формирование позитивного отношения школьников к физическому воспитанию. Педагогическая пресса „Физическое воспитание в школе ". 2001. №1. С.33-36.

6. Яворська О.О. Віково-статеві особливості формування та становлення властивостей основних нервових процесів у підлітків 15-17 років. Матер. Всеукр. наук, симпозиуму. Київ-Черкаси. 1999. С.116.

## **ОРГАНІЗАЦІЯ ОСВІТНЬОГО СЕРЕДОВИЩА У ФОРМУВАННІ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ**

Шукатка О. В.

Львівський національний університет імені Івана Франка, Україна

**Анотація.** Здійснено аналіз формування ЗСЖ як складової процесу освіти, визначено специфічні вимоги до організації освітнього процесу у ЗВО з метою формування у майбутніх фахівців готовності до компетентного ЗСЖ.

**Актуальність.** Проблема формування здорового способу життя особистості була предметом наукових пошуків багатьох дослідників. Так, обґрунтовуючи теоретичні і методичні основи формування здорового способу життя в майбутніх учителів у процесі вивчення природничих наук, В. Бобрицька зазначає, що лише ХХ ст. можна назвати епохою осмислення теоретичних знань і емпіричного досвіду з досліджуваної проблеми, коли відбувався глибинний аналіз сутності цього феномену та розкривався його науковий зміст.

Уявлення про сучасну концепцію здоров'я, здоровий спосіб життя, умови та чинники впливу на здоров'я, шляхи його формування, збереження і зміцнення забезпечують свідоме ставлення людини до ситуацій, які становлять ризик для життя і здоров'я. Усвідомлення особистості відповідальності за власне життя і здоров'я – важливий компонент формування *ціннісного* ставлення до здорового способу життя. У цьому сенсі слушною є думка Н. Башавець, котра вважає здоров'я власною цінністю людини, що виявляється через стійкий фізичний, соціальний, психологічний, духовний стан і дає змогу повноцінно виявляти себе в будь-якому виді діяльності (навчальному, професійному, спортивному, побутовому тощо) [1, с. 115].

Відтак, на сучасному етапі розвитку суспільства висувуються специфічні вимоги до організації освітнього процесу у закладах вищої освіти з метою формування у майбутніх фахівців готовності до компетентного здорового способу життя. До таких вимог відносяться:

– проведення всебічного аналізу нормативно-правових аспектів проблеми формування здорового способу життя, організовуючи взаємодію всіх соціальних інститутів суспільства у цьому напрямі;

– з метою організації здоров'язберігаючого навчального процесу у ЗВО у сучасних умовах необхідно досліджувати процеси становлення фізкультурної науки й організації навчальної дисципліни «Фізичне виховання» у закладах вищої освіти України, проводити аналіз сучасного стану системи фізичного виховання студентів для визначення перспективних напрямів її проектування,