

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ВОЛИНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ЛЕСІ УКРАЇНКИ**

Кафедра теорії фізичного виховання та рекреації

На правах рукопису

ЛУЧИНЕЦЬ РУСЛАН ВОЛОДИМИРОВИЧ

**ФОРМУВАННЯ ПОЗИТИВНОГО СТАВЛЕННЯ ЗДОБУВАЧІВ
ВИЩОЇ ОСВІТИ ДО ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ**

Спеціальність: 014 «Середня освіта (Фізична культура)»
Освітня програма: Середня освіта. Фізична культура
Робота на здобуття другого (магістерського) рівня вищої освіти

Науковий керівник:
**ТОМАЩУК ОЛЕНА
ГРИГОРІВНА,**
кандидат педагогічних наук,
доцент

РЕКОМЕНДОВАНО ДО ЗАХИСТУ

Протокол № 4
засідання кафедри теорії фізичного
виховання та рекреації
від 18 листопада 2025 р.

Завідувач кафедри
проф. Белікова Н.О. _____

ЛУЦЬК – 2025

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧНІ ЗАСАДИ ФОРМУВАННЯ ПОЗИТИВНОГО СТАВЛЕННЯ ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ ДО ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ	6
1.1 Фізичне виховання в освітньому середовищі закладів вищої освіти	6
1.2 Проблеми та особливості формування позитивного ставлення здобувачів освіти до фізичного виховання	12
Висновки до розділу 1.....	18
РОЗДІЛ 2 МЕТОДИ І ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ.....	20
2.1 Методи дослідження.....	20
2.2 Організація дослідження.....	21
РОЗДІЛ 3 ФОРМУВАННЯ ПОЗИТИВНОГО СТАВЛЕННЯ ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ ДО ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ	22
3.1 Структура позитивного ставлення студентів до фізичного виховання	22
3.2 Аналіз сучасного стану формування позитивного ставлення до фізичного виховання у здобувачів освіти ...	29
3.3 Організація умов формування позитивного ставлення студентів до фізичного виховання	38
Висновки до розділу 3.....	48
ВИСНОВКИ.....	50
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	52
ДОДАТКИ.....	60

ВСТУП

Актуальність теми. Відповідно до правових і державних документів головним завданням закладу вищої освіти є задоволення потреб здобувачів освіти в інтелектуальному, культурному та моральному розвитку, отриманні вищої освіти й кваліфікації у обраній галузі професійної діяльності. Концептуальні положення щодо змісту та організації вищої освіти базуються на засадах Законів України «Про освіту», «Про вищу освіту», Національної доктрини розвитку освіти. Закон України «Про фізичну культуру і спорт», Національна стратегія з оздоровчої рухової активності в Україні, Національна доктрина розвитку фізичної культури і спорт дають змогу переосмислити цінності фізичної культури студентів, у новому аспекті розглянути її освітні, виховні й оздоровчі функції.

Одним із важливих завдань сьогодення є підготовка не тільки висококваліфікованих фахівців у конкретній галузі, а й усебічно розвинених особистостей із фундаментальною освітою, високими моральними якостями. Важливою умовою підготовки випускника закладу вищої освіти до майбутньої професійної діяльності є формування його соціальної активності в гармонії з фізичним розвитком на засадах пріоритету здоров'я. Саме тому впровадження змін у підходах до проведення занять з фізичного виховання у закладах вищої освіти набуває важливого значення.

Питанням, пов'язаним з організацією фізичного виховання здобувачів освіти у закладах вищої освіти, приділили значну увагу такі дослідники, як В.Є.Білогур [11], І.Р.Бондар [12], С.М.Бубка [14], Г.Є.Іванова [26], О.О.Малімон [40], В.А.Щербина [64] та інші.

Проблема виховання позитивного ставлення особистості до навчально-пізнавальної діяльності, його теоретико-методологічні основи розглядалися у працях таких дослідників, як О. Андрєєва [1], В.А. Антікова [3], І.Д. Бега [9] та ін.

Разом з тим, теоретичний аналіз наукових досліджень свідчить, що проблема формування позитивного ставлення до фізичного виховання

здобувачів освіти ще не достатньо досліджена як в теоретичних, так і в практичних аспектах, що і визначило тему магістерського дослідження: «Формування позитивного ставлення здобувачів освіти до фізичного виховання».

Мета дослідження – проаналізувати проблему та визначити умови, що сприяють формуванню позитивного ставлення здобувачів вищої освіти до фізичного виховання.

Завдання дослідження:

1. Проаналізувати стан дослідження проблеми у педагогічній теорії та практичній діяльності закладів вищої освіти.
2. Визначити сутність та зміст позитивного ставлення студентів до фізичного виховання.
3. Проаналізувати сучасний стан формування позитивного ставлення до фізичного виховання у здобувачів вищої освіти.
4. Виявити та обґрунтувати умови формування позитивного ставлення здобувачів вищої освіти до фізичного виховання.

Об'єкт дослідження – фізичне виховання студентів закладів вищої освіти.

Предмет дослідження – зміст педагогічних умов формування позитивного ставлення здобувачів вищої освіти до фізичного виховання.

Методи дослідження. Для розв'язання поставлених завдань були використані такі методи: теоретичний аналіз і узагальнення літературних джерел, анкетування, педагогічні спостереження, методи математичної статистики.

Теоретична значимість одержаних результатів полягає в тому, що обґрунтовано педагогічні умови формування позитивного ставлення здобувачів вищої освіти до фізичного виховання; визначено етапи їх впровадження у навчально-виховний процес закладів вищої освіти.

Апробація результатів та публікації. Основні положення магістерської роботи апробовані на IV Міжнародній студентській науковій конференції

«Тенденції розвитку наукової думки в менеджменті, галузях спорту, обслуговування та охорони здоров'я» (Львів, 16-17 жовтня 2025 р.).

Лучинець Р., Томащук О. Рухова активність здобувачів освіти: виклики та шляхи подолання. Тенденції розвитку наукової думки в менеджменті, галузях спорту, обслуговування та охорони здоров'я : тези доп. IV Міжнар. студент. наук. конф. (16-17 жовтня 2025 року, м. Львів) / за заг. ред. Н. Павленчик. Львів : ЛДУФК ім. Івана Боберського, 2025. 134-136.

Структура та обсяг роботи. Робота складається із вступу, трьох розділів, висновків, списку використаних джерел, додатків. Робота викладена на 62 сторінках тексту, ілюстрована 4 таблицями і 4 рисунками, бібліографічний покажчик вміщує 64 джерела.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧНІ ЗАСАДИ ФОРМУВАННЯ ПОЗИТИВНОГО СТАВЛЕННЯ ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ ДО ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

1.1. Фізичне виховання в освітньому середовищі закладів вищої освіти

Сучасна складна соціально-економічна і соціально-психологічна ситуація в Україні, як і стан загальної культури й духовності населення, висуває перед закладами вищої освіти принципово нове надзвичайно важливе завдання. Як зазначають В. Товт, С. Олексіюк, Е. Сівохоп, його сутність полягає в необхідності перегляду концептуальних основ самої організації підготовки фахівців і відповідному визначенні її змісту і технологій, які б забезпечували якісно новий рівень їхнього професіоналізму. На переконання авторів, фахівці нової формації мають являти собою творчі особистості справжніх представників національної еліти [57]. Ю.П. Кондратенко вказує, що «існуюча в Україні практична одновекторна система вищої освіти спрямована на підготовку висококваліфікованих спеціалістів у конкретній галузі, разом із тим не забезпечує повної реалізації всіх потенційних можливостей кожного студента» [32, с. 78].

Як зазначають Р.Т. Раєвський, С.М. Канішевський і В.Г. Лапко, «фізичне виховання студентської молоді України XXI століття – це суперефективна самодостатня система фізичного вдосконалення особистості, що може успішно вирішувати проблему забезпечення високого рівня фізичної надійності і готовності до активної життєдіяльності та результативної роботи в умовах інтенсифікації економіки» [48, с. 49].

Концептуальні положення про зміст та організацію вищої педагогічної освіти базуються на законах України: «Про фізичну культуру і спорт», «Про вищу освіту», «Про освіту», «Про Національну стратегію з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 р.», Національній доктрині розвитку освіти в Україні, Національній доктрині розвитку фізичної культури і спорту та

ін., які дають змогу переосмислити формування фізичної культури особистості, у новому аспекті розглянути її освітні, виховні, розвивальні та оздоровчі функції. У відповідних законодавчих актах не лише проголошується важливість таких ідей, а й містяться конкретні заходи щодо їх реалізації.

У системі фізичного виховання здобувачів вищої освіти за останнє десятиліття відбулися значні зміни. Це пов'язано із введенням нової системи законодавства, автономією закладів вищої освіти у виборі програм навчання та ін. У багатьох вузах, особливо під час дистанційної форми навчання, час на фізичне виховання скоротився до мінімуму - 1-2 години на тиждень, крім того, частина цього часу витрачається на теоретичні заняття [49].

Традиційна методика фізичного виховання студентів, у першу чергу, спрямована на вирішення завдань виховання необхідного рівня рухових якостей, навчання руховим умінням і навичкам, а також на здачу контрольних нормативів. Метою фізичного виховання студентів відповідно до державного освітянського стандарту є формування фізичної культури особистості і здатності спрямованого використання різноманітних засобів фізичної культури, спорту та туризму для збереження і зміцнення здоров'я, психофізичної підготовки і самопідготовки до майбутньої професійної діяльності.

Зміст системи фізичного виховання здобувачів освіти, стратегія пріоритетних напрямків у її розвитку піддаються активному впливу соціально-економічних факторів. Державна політика в області вищої освіти визначає соціальне замовлення на майбутнього фахівця і ступінь його фізичної готовності.

Сучасна система фізичного виховання студентської молоді не фізкультурних вузів є пріоритетною у формуванні фізичної культури як виду загальної культури людини, здорового способу та спортивного стилю життєдіяльності майбутніх фахівців виробництва, науки, культури. Особливу актуальність ця проблема здобула в умовах перебудови суспільства, реорганізації вузівської освіти і її гуманітаризації. Свідчення цього - гострі концептуальні дискусії з питань формування фізичної культури студентської

молоді вузів не фізкультурного профілю.

Відповідно до цілого ряду правових, програмних і концептуальних матеріалів, першим з головних завдань закладу вищої освіти є задоволення потреб особистості в інтелектуальному, культурному та етичному розвитку, отриманні вищої освіти і кваліфікації у вибраній галузі професійної діяльності. Сучасне суспільство потребує не вузьких спеціалістів, а всебічно розвинених особистостей з фундаментальною освітою, багатою внутрішньою культурою, високими моральними якостями [33].

Л.Б. Андрюшенко зазначає, що формування соціально активної особистості в гармонії з фізичним розвитком – важлива умова підготовки випускника закладу вищої освіти до професійної діяльності в суспільстві, що розвивається за законами ринкової економіки [4].

Аналіз практичної діяльності закладів вищої освіти свідчить про те, що існує суперечність у технології процесу фізичного виховання, спрямованої, з одного боку, на виконання конкретних нормативів, а з іншого – на оволодіння студентами певним рівнем знань студентів про закономірності, засоби й методи власного розвитку, зміцнення здоров'я. В цілому, головною причиною кризової ситуації у закладах вищої освіти є, на нашу думку, те, що в процесі навчання недостатньо формується цінне й діяльне ставлення до занять фізичними вправами. Л.Б. Андрюшенко зазначає, що фізичне виховання замкнено на руховій діяльності, фізична культура розглядається лише як спрямованість фізичного виховання на формування рухових навичок і розвиток фізичних якостей людини, тим самим істотно збіднюючи її можливості, що, зрештою, призводить до розриву освіти й культури [4, с. 48]. Сам процес фізичного виховання втрачає культурний, етичний і одночасно предметно-змістовний смисл.

І.О. Герасимова вважає, що орієнтуючи дисципліну «Фізичне виховання» на задоволення потреб здобувачів освіти у використанні різних форм фізичної культури, необхідно серйозно обґрунтувати теоретичний і методичний зміст навчальної програми [18]. Н. Завидівська вважає, що свобода вибору,

різноманітність форм фізкультурно-спортивних занять, максимальна самостійність в ухваленні рішень є основними критеріями при впровадженні концепції фізичного оздоровлення студентів [24]. На думку І.О. Герасимової, методологічно важливо, щоб процес фізкультурної освіти у вищій школі був організований не як процес трансляції готових знань, передачі певних способів у вигляді незмінних видів діяльності, образів, стандартів, шаблонів [18].

В.Д. Базиліук зазначає, що слід передбачити свободу вибору форм і інтенсивності занять, які мають сприяти фізичному вдосконаленню й зміцненню здоров'я молоді [8]. Т.Ю. Круцевич вважає, що гуманістична спрямованість педагогічного процесу припускає інтеграцію біологічних і соціальних потреб, інтелектуальних і моральних аспектів при реалізації генетично обумовлених природних задатків кожного студента впродовж його навчання у вищому навчальному закладі [56].

Результати історико-порівняльного аналізу показали, що структура, зміст, цільова спрямованість навчальних програм з фізичного виховання для студентів закладів вищої освіти України розвивалися еволюційним шляхом, зберігаючи відносну стабільність у структурі й помітно відрізняючись за змістом програмного матеріалу, метою і завданнями фізичного виховання, кількісними параметрами навчального навантаження.

Аналіз програмно-нормативного забезпечення фізичного виховання студентів протягом тривалого історичного періоду, який був проведений С.П. Козіброцьким, засвідчує їх еволюційний розвиток, відносну стабільність структури та помітну різницю в змісті програмного матеріалу, спрямованості процесу фізичного виховання, кількісних параметрів навчального навантаження [30].

Соціально-економічні й політичні зміни, зміцнення державності України висунули нові вимоги перед системою вищої освіти. З переходом на нову систему підготовки фахівців перед кафедрами фізичного виховання закладів вищої освіти постало нове завдання з модифікації навчальних програм до вимог, що висуваються Болонською конвенцією про загальний європейський

освітній простір.

Для реалізації положень Болонської декларації та вирішенні питань збільшення навантаження з дисципліни «Фізичне виховання» О.В. Івановим і Н.І. Фальковою була розроблена навчальна програма для вищих навчальних закладів технічного та гуманітарного профілю України [25, с. 20]. В загальному положенні цієї програми, для залучення студентської молоді до занять фізичною культурою та спортом передбачалося на першому та другому курсах 4 години на тиждень обов'язкових занять, з заліком після кожного навчального семестру [25, с. 21].

Як зазначає В.Л. Петренко, порівняльний аналіз кількості годин, відведених на навчальну дисципліну «Фізичне виховання» показав, що при підготовці бакалаврів у галузі машинобудування, економіки, інформатики, соціальної роботи, у США відводяться на 168 годин більше, ніж в Україні [45].

З позицій сьогодення науковці пропонують різні варіанти трансформації методології навчальної дисципліни «Фізичне виховання». Так, на думку М.О.Третьякова, трансформація методології навчальної дисципліни «Фізичне виховання» відповідно до вимог Болонської декларації вбачається у наступному: система вищої освіти має бути спрямована лише на її розвиток і набуття нових якісних ознак, а не на втрату кращих традицій, зниження національних стандартів якості, орієнтація на Болонський процес не повинна призводити до надмірної перебудови вітчизняної системи освіти; впровадженні кредитно-модульної системи у фізичне виховання студентів, як елемент реалізації Болонської декларації; головним завданням сьогодення є патріотичне, громадянське виховання молоді та формування потреби до здорового способу життя засобами фізичної культури і спорту; створенні умов щодо залучення студентів до самостійних занять фізичною культурою і спортом [58]. Як зазначають Л.С.Кравченко, О.В.Зеленюк і В.В.Макареня, трансформація навчальної дисципліни «Фізичне виховання» відповідно до вимог Болонської декларації повинна відбуватися на засадах пріоритету здоров'я, що має стати системоутворюючим фактором та ідеологічним

підґрунтям усієї мегасистеми фізичного виховання студентської молоді [35]. Автори вказують, що алгоритм цієї трансформації методології полягає у наступному: втілення у навчально-виховний процес методології системи фізичного виховання, гуманістичної за суттю та демократичною за формою; науково-методичне обґрунтування оздоровчої спрямованості фізичного виховання як системоутворюючого фактора цілеспрямованого вирішення завдань підготовки здорової, гармонійно розвиненої особистості громадянина України; зміна пріоритетів організаційно-методичного забезпечення навчальної дисципліни у напрямку впровадження сучасних здоров'язберігаючих технологій та занять за спортивними уподобаннями студентів [35].

Таким чином, фізичне виховання у освітньому просторі закладу вищої освіти спрямоване на формування у здобувачів освіти потреби в організації здорового способу життя та на формування їх позитивного ставлення до дисципліни «Фізичне виховання» шляхом розвитку клубної діяльності (що об'єднує студентів за інтересами). Ця форма сприяє активізації їхньої творчої діяльності в оволодінні навичками продуктивної самостійної роботи. Важливе завдання – формування у студентів переконаності в необхідності вивчати особливості свого організму, навчитися раціонально використовувати свій фізичний потенціал і постійно освоювати цінності фізичної культури в повсякденній життєдіяльності. Важливо, щоб студентська молодь усвідомлювала, що знання, набуті в різних видах фізкультурної діяльності, не тільки дозволяють реалізувати потребу в удосконаленні біологічного способу життєдіяльності організму через фізичний розвиток, але й сприяють задоволенню соціально значущих потреб особи в спілкуванні, прагненні до пізнання, самоутвердженні, формують етичні й естетичні риси особи. Без ґрунтового засвоєння знань неможливий жоден акт свідомої діяльності людини для набуття рухових умінь, практичного застосування їх з метою зміцнення здоров'я і фізичного розвитку.

1.2. Проблеми та особливості формування позитивного ставлення здобувачів освіти до фізичного виховання

Питанням удосконалення процесу фізичного виховання у закладах вищої освіти приділяється значна увага. Так, багато вітчизняних фахівців розглядають у своїх наукових дослідженнях питання, пов'язані з організацією фізичного виховання студентів. Наприклад: В.Є. Білогур розглядає теоретико-методичне забезпечення фізичного виховання у закладах вищої освіти [11]; І.Р. Бондар – фізичне виховання студентів з низьким рівнем фізичної підготовленості [12]; С.М. Бубка – формування індивідуальних здібностей студентів в процесі фізичного виховання [14]; С.П. Козіброцький – програмно-нормативні основи фізичного виховання студентів (історико-методологічний аналіз) [30]; Є.О. Котов – підготовку студентів закладів вищої освіти до самостійних занять фізичними вправами [34]; О.О. Малімон – диференційований підхід у процесі фізичного виховання студентів [40].

В.Л. Петренко розглядає ставлення до фізичної культури як цінності через потреби, інтереси, мотиви, цінності й установки особистості. На його думку, ставлення до цінностей фізичної культури в сукупності своїх компонентів служить стрижневою психологічною характеристикою діяльності майбутнього фахівця, виявляється в спрямованості особистості як найбільш узагальненій та інтегральній характеристиці її внутрішньої активності, що фокусують її внутрішній стан [45].

В.Г.Щербаков зазначає, що з позицій сьогодення виділяють активно-позитивне, пасивно-позитивне, індіферентне, пасивно-негативне і активно-негативне ставлення до фізкультурно-спортивної діяльності [63]. При активно-позитивному ставленні яскраво виражені фізкультурно-спортивна зацікавленість і цілеспрямованість, глибока мотивація, ясність цілей, стійкість інтересів, регулярність занять, участь у змаганнях, активність і ініціативність в організації та проведенні фізкультурно-спортивних заходів. Пасивно-позитивне

ставлення відрізняється нечіткими мотивами, неясністю й неконкретністю цілей, аморфністю і нестійкістю інтересів, епізодичною участю у фізкультурно-спортивних заходах. Індиферентне ставлення – це байдужість і байдужість, мотивація в цьому випадку суперечлива, цілі й інтереси до фізкультурно-спортивної діяльності відсутні. Пасивно-негативне ставлення пов'язане з прихованим негативізмом частини людей до фізичної культури та спорту, вони для таких осіб не мають ніякого значення. Активно-негативне ставлення виявляється у відкритій неприязні, відвертому опорі заняттям фізичними вправами, які для таких осіб не мають ніякої цінності. С. Канішевський стверджує, що при вивченні з аксеологічних позицій проблеми позитивного ставлення до фізичного виховання студентів слід урахувати: характер спрямованості особистості студента; домінанту суспільних і особистісних цінностей у колективі; характер духовних і матеріальних потреб особистості студента; наявність відповідних установок; ціннісні орієнтації особистості [28].

Л.П.Пилипей виділяє групи чинників і умов, які обумовлюють формування позитивного ставлення студентів до цінностей фізичної культури:

- особистісно-духовна група чинників характеризує ціннісні орієнтації на фізичну культуру і ступінь їх реалізації в процесі навчальної фізкультурно-спортивної діяльності, задоволеність цим процесом, використання інтеріоризованих цінностей у конструюванні особистісного соціокультурного середовища;
- психолого-педагогічна група чинників передбачає професійну спрямованість навчально-виховного процесу, його ефективність, забезпечення діагностики особистості й на цій базі індивідуалізацію навчального процесу, активізацію фізичного самовиховання і самовдосконалення, створення умов для самоактуалізації та самореалізації майбутніх фахівців;
- соціально-психологічна група чинників орієнтована на забезпечення гуманістичних стосунків у процесі занять, взаєморозуміння й підтримку;

- організаційно-методична група факторів спрямована на оволодіння операційними знаннями й уміннями, якими забезпечується вирішення завдань, що стоять перед фізичною культурою;
- матеріальна група чинників передбачає естетичні й санітарно-гігієнічні умови занять, наявність вільного часу, зручний розклад занять, наявність відповідного інвентарю, спортивної екіпіровки й умов побуту;
- соціально-демографічна група чинників розкриває вплив віку, статі, сімейного стану, національно-культурних традицій на формування ставлення до цінностей фізичної культури [47].

На думку Л.П.Пилипей, за силою своєї дії наведені групи чинників неоднаково впливають на педагогічний процес, але їх урахування необхідне для отримання ефективного результату у фізичному вихованні студентів закладів вищої освіти [47]. С. Канішевський зазначає, що при дослідженні проблеми формування позитивного ставлення до фізичної культури на основі ціннісних орієнтацій студентів закладів вищої освіти слід зауважити на те, що:

- ціннісні орієнтації виявляються через мотиви, інтереси, потреби, установки;
- ціннісні орієнтації виявляються у формі добра і зла, істини й неістини, прекрасного та потворного, справедливого й несправедливого, допустимого і забороненого;
- особистісні установки виступають як суб'єктивні цінності, до яких відносяться оцінки, імперативи й заборони, цілі та проекти, норми й уявлення;
- формування ціннісних орієнтацій, осмислення цінностей, включення їх у структуру особистості є процесом соціалізації особистості;
- особистісні цінності виявляються у формі ціннісних орієнтацій, що виступають як чинник розвитку особистості, як предмет педагогіки, у тому числі й виховання [28].

С. Канішевський вважає, що при характеристиці умов позитивного ставлення до фізичної культури необхідно враховувати:

- комплексний підхід, зважаючи на багатогранність власне відносин;
- ціннісні орієнтації студентів на фізичну культуру, пов'язані з з'ясуванням причинно-наслідкових зв'язків, зовнішніх і внутрішніх чинників, змістом і формами організації занять, професійною підготовкою студентів;
- ставлення до фізичної культури це не тільки психологічне, але й соціальне ставлення, що виникає в процесі спільної навчальної діяльності, вільного проведення часу на міжгруповому, внутрішньогруповому та особистісному рівнях;
- внутрішньоособистісні відносини, що виникають між інтелектуальними, емоційно-вольовими й дієво-практичними установками особи до себе, свого розвитку, зміцнення здоров'я, становлення фахівця як професіонала [28].

Для формування позитивного ставлення до фізичного виховання важлива регулятивна або спонукальна активність і співактивність, які складаються на основі принципів, правил, відносин, норм і форм поведінки, що набувають абсолютної цінності в конкретній спрямованості особи.

Аналіз наукової літератури з фізичної культури (Л.Б. Андрющенко [5], В.В. Балашова [7], В.І. Болтов [13]) свідчить, що при вивченні процесу формування позитивного ставлення студентів до фізичної культури, необхідно враховувати:

- якою мірою система і стиль роботи вищого технічного навчального закладу відповідають потребам сучасного виробництва; як сприяє формування установок на підняття престижу фізичної культури; як реагує вищий навчальний заклад на зміни, що відбуваються в суспільно-виробничому житті; умови вищого навчального закладу до самооновлення;
- цільові установки закладу вищої освіти на характер підготовки фахівця; рівень зв'язку навчального закладу з виробництвом, динамічність його реагувань на виробничі запити; рівень ціннісних орієнтацій на заняття фізичною культурою;
- місце й роль суспільних організацій у розвитку інтересу до фізичної культури; цілеспрямованість колективів студентів і викладачів; якою мірою

члени колективу беруть участь у спортивній діяльності; як і ким координується діяльність суспільних організацій у галузі формування установки на заняття з дисципліни «Фізичне виховання».

Соціально-педагогічні чинники й умови виступають сполучною ланкою між соціальним середовищем і педагогічним процесом, який здійснюється в закладі вищої освіти. На цій основі формується єдина система чинників і умов формування позитивного ставлення здобувачів освіти до фізичного виховання, що дозволяє зробити процес цілісним.

Л.П. Пилипей вказує, що при формуванні ставлення до цінностей фізичної культури слід враховувати такі чинники: організацію педагогічного процесу з опорою на особистісно-діяльнісний і культурологічний підходи, що визначають активізацію ціннісно-орієнтованої сфери особистості в єдності таких її структурно-змістовних компонентів, як цільовий, змістовно-операційний, мотиваційно-вольовий, когнітивно-оцінюючий; забезпечення сприйняття цінностей фізичної культури як умови, необхідної для реалізації професійних планів і намірів [47].

На думку С.О. Сичова, основними показниками сформованості у студентів потреби фізичного вдосконалення є: «рівень знань з фізичної культури; усвідомленість у виконанні фізичних вправ; активність на обов'язкових заняттях з фізичного виховання; ініціативність у процесі спортивного вдосконалення; регулярність виступів у спортивних змаганнях; уміння самостійно займатися фізичними вправами; участь у фізкультурно-масовій і спортивній роботі; рівень фізичної підготовленості [51]».

Проте в процесі навчання у сучасний період основний акцент робиться на формуванні знань, умінь і навичок, але про підготовку майбутніх фахівців до професійної самореалізації питання на емпіричному рівні не ставиться, хоча цей термін став досить популярним в останнє десятиріччя. Основна позиція сучасної філософії, з погляду діяльнісного підходу, визначає самореалізацію як здійснення, реалізацію своїх можливостей, прояв себе у творчості, спорті; втілення своїх думок і прагнень, застосування своїх здібностей, творче

самоутвердження. Професійна самореалізація особистості майбутнього фахівця включає, як зазначає Л.П. Сущенко, його активну життєву позицію й може ефективно формуватися лише в тісному взаємозв'язку виховання та самовиховання, в активному, постійному прагненні самої особистості до швидкого досягнення вищих рівнів професійної самореалізації, у потребі в професійному самовдосконаленні [55].

Природним простором для самореалізації особистості є фізична культура і спорт. Вони містять у собі різні види діяльності, що переважають у вихованні особистості, її соціалізації, спілкуванні з людьми [31]. Процес самореалізації має різні рівні свого розвитку [59]. Кожний наступний рівень виникає в ході практичного вирішення суперечності попереднього рівня професійної діяльності.

В. Товт, С. Олексіюк, Е. Сівохоп зазначають, що у сучасний період значну увагу слід приділити розробці моделі фахівця XXI століття [57]. Автори підкреслюють, що ця модель повинна являти собою детальну систематизацію та узагальнення сучасних вимог до професіоналізму та особистісних якостей фахівця, а також спробу спрогнозувати тенденції і перспективи зміни цих вимог відповідно до визначальних світових тенденцій розвитку суспільного виробництва [57]. На нашу думку, відповідне місце у цій моделі фахівця XXI століття повинна займати його особистісна фізична культура.

Таким чином, проблема формування позитивного ставлення до фізичного виховання здобувачів освіти є надзвичайно актуальною. Спортивне тренування є поки що єдиною науково обґрунтованою концепцією управління розвитком фізичних якостей студентів. Спортивна діяльність студентів дозволяє розширити коло їхнього спілкування, дає можливість естетичного і емоційного сприйняття, співпереживання, вдосконалення методик фізичного розвитку, розширює прогресивний напрям розвитку теорії і методики фізичного виховання сучасної молоді. Тільки через активну фізкультурну діяльність можливе залучення студентів до цінностей фізичної культури, перетворення їх в надбання конкретної особистості. Впровадження концепції тренування в

педагогічну систему формування фізичної культури здобувачів освіти, в методику фізичного виховання є вирішальним чинником і в перетворенні менталітету фахівців кафедр фізичного виховання гуманітарних і технічних вищих навчальних закладів. Спортивна діяльність студентів закладів вищої освіти, по суті, має стати основою розвитку масового студентського спорту, що може не тільки радикально змінити ставлення до фізкультурної активності, але і в цілому сприяти формуванню спортивного стилю повсякденної життєдіяльності. Основними напрямками роботи щодо підвищення ефективності фізкультурної освіти здобувачів освіти є: руховий – спортивна і фізична підготовка, розвиток функціональних систем організму людини; інтелектуальний – оволодіння студентами теоретичними і методичними знаннями з теоретичних аспектів фізичного виховання; соціально-психологічний – формування позитивного ставлення до фізичного виховання; організаційно-методичний – оптимізація різних форм фізкультурної діяльності студентів, їх поєднання і співставлення, вдосконалення програмно-методичного забезпечення процесу фізичного виховання.

Висновки до розділу 1

Аналіз наукових джерел і практики організації фізичного виховання у закладах вищої освіти показав наявність суперечностей між традиційною орієнтацією на виконання нормативів та необхідністю формування у студентів усвідомленого, ціннісного ставлення до фізичної культури. Сучасні соціально-економічні умови та вимоги Болонського процесу зумовлюють потребу в оновленні концептуальних засад фізичного виховання, впровадженні гуманістично орієнтованих методів, свободи вибору форм занять, оздоровчої спрямованості та використанні здоров'язберігаючих технологій. Головним завданням стає не лише розвиток фізичних якостей, а й формування мотивації до здорового способу життя, інтеграція фізичної культури в систему цінностей особистості. Без цього фізичне виховання втрачає культурний і виховний зміст, що негативно впливає на гармонійний розвиток студентської молоді.

Аналіз проблеми показав, що формування позитивного ставлення здобувачів освіти до фізичного виховання залежить від комплексу соціально-педагогічних чинників, організації навчального процесу та особистісної мотивації студентів. Важливими умовами є: свобода вибору форм занять, орієнтація на особистісно-діяльнісний і культурологічний підходи, інтеграція фізичної культури в систему цінностей особистості та її професійних планів. Позитивне ставлення формується через активну участь у фізкультурно-спортивній діяльності, розвиток знань і навичок самостійних занять, а також через створення можливостей для самореалізації у спорті. Спортивна діяльність виступає ключовим чинником, що забезпечує не лише фізичний розвиток, а й соціалізацію, формування етичних та естетичних якостей, розвиток комунікативних навичок. Впровадження сучасних методик, оздоровчої спрямованості та клубної діяльності сприяє підвищенню мотивації студентів, перетворює фізичну культуру на важливу складову їхнього способу життя.

РОЗДІЛ 2

МЕТОДИ І ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ

2.1. Методи дослідження

Для вирішення сформованих задач застосовувались такі методи досліджень:

1. Теоретичний аналіз і узагальнення літературних джерел.
2. Педагогічні спостереження.
3. Анкетування.
4. Методи математичної статистики.

Теоретичний аналіз і узагальнення науково-літературних джерел

Для уточнення термінів і визначення специфіки дослідження було проаналізовано 64 джерела. Опрацьовано психолого-педагогічну літературу, матеріали з теорії та методики фізичного виховання, навчальні програми, методичні рекомендації та нормативні документи. Це дало змогу узагальнити теоретичні положення, оцінити стан проблеми та визначити ефективні форми і методи формування позитивного ставлення студентів до фізичного виховання.

Педагогічні спостереження

Під час вивчення змісту фізичного виховання здобувачів вищої освіти широко використовувався метод педагогічного спостереження.

Метод анкетування застосовувався для виявлення стану формування ставлення здобувачів вищої освіти до занять фізичним вихованням.

Методи математичної статистики

Основна мета застосування методів математичної статистики полягала в обробці результатів анкетного опитування.

2.2. Організація дослідження

Дослідна робота проводилась із студентами I-II курсів факультету економіки та управління Волинського національного університету імені Лесі Українки. У дослідженні взяло участь 108 студентів.

Усе дослідження умовно можна розділити на два етапи, кожен із яких був спрямований на вирішення визначених завдань.

На першому етапі аналізувалась психолого-педагогічна спеціальна література за проблемою дослідження. Проводились бесіди, узагальнювався передовий педагогічний досвід роботи викладачів фізичного виховання, виявлялися проблеми і труднощі здобувачів освіти у процесі відвідування занять з фізичного виховання.

Аналіз літературних джерел за проблемою дослідження, дозволив обґрунтувати мету і основні задачі дослідження. Було розроблено методичний апарат, методику збору первинної інформації та схему дослідження.

На другому етапі дослідження особлива увага приділялася виявленню стану формування позитивного ставлення студентів до занять фізичним вихованням. Підсумком цього етапу дослідження стало обґрунтування умов формування позитивного ставлення здобувачів вищої освіти до фізичного виховання.

РОЗДІЛ III

ФОРМУВАННЯ ПОЗИТИВНОГО СТАВЛЕННЯ ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ ДО ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

3.1. Структура позитивного ставлення студентів до фізичного виховання

В основі навчально-виховного процесу з дисципліни «Фізичне виховання» закладений, як зазначають В.Д. Дехтяр, Л.П. Сущенко, системний характер освіти, виховання і професійної підготовки майбутніх фахівців, в яких виявляється цілісність формування світогляду, трудового, фізичного, етичного, естетичного й інших видів виховання [23]. Це пов'язано з формуванням здорового способу життя студентської молоді, що передбачає оптимізацію режиму праці і відпочинку здобувачів освіти, організацію їх рухової активності, проведення гігієнічних заходів і профілактику шкідливих звичок. Формування соціально активної особистості в гармонії з фізичним розвитком – важлива умова підготовки випускника закладу вищої освіти до професійної діяльності в суспільстві, що розвивається за законами ринкової економіки.

З позицій сьогодення педагогічна наука пропонує різноманітний комплекс засобів освітніх технологій і показує шляхи їх практичного використання. Стратегічними признаються педагогічні технології комп'ютерної інформатизації освіти, трансформаційні і дистанційні технології, технології інтенсивного, особистісно орієнтованого, особистісно-діяльнісного і випереджаючого навчання. Усі вони певною мірою можуть бути використані в технологізації процесу фізичного виховання студентської молоді. Більш того, в сучасній педагогічній теорії і практиці спостерігаються інтеграційні процеси, що сприяють оволодінню знаннями на основі філософії, соціології, культурології, етики, естети, ергономіки, метрології та глобалістики.

На основі теоретичного аналізу психолого-педагогічної літератури нами виділено такі структурні складові педагогічної технології формування позитивного ставлення до фізичного виховання здобувачів освіти:

- зміст формування позитивного ставлення до фізичного виховання;
- форми формування позитивного ставлення до фізичного виховання;
- методи формування позитивного ставлення до фізичного виховання;
- засоби формування позитивного ставлення до фізичного виховання;
- педагогічні умови формування позитивного ставлення до фізичного виховання.

Розкриємо їх зміст.

а) зміст формування позитивного ставлення до фізичного виховання:

- теми, пов'язані з формуванням позитивного ставлення студентів до фізичного виховання;
- знання, уміння та навички студентів щодо фізкультурно-оздоровчої діяльності;

б) форми формування позитивного ставлення до фізичного виховання:

- практичне заняття;
- самостійна робота;
- позааудиторна робота;

в) методи формування позитивного ставлення до фізичного виховання:

- дискусія;
- ділова гра;
- аналіз конкретних ситуацій, що виникають під час занять з фізичного виховання;
- використання комп'ютерних програм;
- використання відео-матеріалів, завдяки яким студенти мають можливість наочно бачити правильність виконання фізичних вправ;
- використання методів стимулювання: заохочення при перших, навіть невдалих спробах виконати фізичну вправу та заохочення високих спортивних досягнень.

г) засоби формування позитивного ставлення до фізичного виховання:

- на теоретичних заняттях: вживання висловів авторитетних людей щодо фізичної культури, використання засобів наочної інформації, наведення цифрових даних із періодичної преси, інформації наукового характеру та прикладів із життя видатних спортсменів і осіб, які досягнули успіху завдяки заняттям фізичною культурою;
- на практичних заняттях: постановка завдань на вправу, підведення результатів виконання вправи; коментування під час виконання вправи, інструктаж і корекція.

д) педагогічні умови формування позитивного ставлення до фізичного виховання:

- необхідність розвитку особистості здобувачів освіти з урахуванням специфіки майбутньої професійної діяльності: розвиток суб'єктної позиції студента в навчальній діяльності; підвищення рівня самосвідомості й відповідальності особистості студента; акмеологічна орієнтація особистості студента; індивідуально-творчий розвиток особистості студента; необхідність забезпечення суб'єкт-суб'єктної взаємодії викладача фізичного виховання та здобувачів освіти: забезпечення індивідуального підходу і толерантного ставлення до студентів; використання сучасних інноваційних технологій; використання методів стимулювання студентів до занять з фізичного виховання;
- необхідність функціонування навчально-виховного середовища закладу вищої освіти: створення інноваційного навчально-виховного середовища технічного університету; матеріально-технічне забезпечення процесу фізичного виховання.

Виділені структурні складові педагогічної технології формування позитивного ставлення здобувачів освіти до фізичного виховання дозволили визначити такі етапи педагогічної технології формування позитивного ставлення студентів до фізичного виховання:

I – етап проектування:

- визначення принципів добору змісту формування позитивного ставлення

студентів до фізичного виховання;

- розробка змісту формування позитивного ставлення студентів до фізичного виховання;
- аналіз форм, методів і засобів щодо формування позитивного ставлення студентів до фізичного виховання;
- виявлення педагогічних умов формування позитивного ставлення студентів до фізичного виховання;

II – етап впровадження:

- впровадження змісту формування позитивного ставлення студентів до фізичного виховання;
- реалізація форм, методів і засобів формування позитивного ставлення студентів до фізичного виховання;
- реалізація педагогічних умов формування позитивного ставлення студентів до фізичного виховання;

III – етап аналітичний:

- аналіз ефективності змісту, форм, методів і засобів формування позитивного ставлення студентів до фізичного виховання;
- надання рекомендацій щодо внесення корективів відносно змісту, форм, методів і засобів формування позитивного ставлення студентів до фізичного виховання.

Метою фізичного виховання у закладах вищої освіти є сприяння підготовці гармонійно розвинених, висококваліфікованих фахівців і послідовне формування фізичної культури особистості фахівця відповідно до кваліфікаційного рівня освіти («бакалавр», «магістр»).

Фізична культура здобувачів освіти, будучи частиною гуманітарної освіти, виступає результатуючою мірою комплексної дії різних організаційних форм, засобів і методів загальної і професійно-прикладної фізичної підготовки майбутнього фахівця в процесі формування його професійної компетентності.

Фізична культура у закладі вищої освіти за змістом, організацією і проведенням занять істотно відрізняється від уроків з фізкультури в закладах

загальної середньої освіти і передбачає використання диференційованих форм і методів навчання, роботу трьох навчальних відділень: основне (підготовче), спеціальне і спортивне. Специфіка навчального процесу на цих відділеннях пов'язана з комплектуванням навчальних груп з урахуванням індивідуальних особливостей, потреб, фізичного розвитку і фізичної підготовленості студентів. Це передбачає відповідну регламентацію норм обсягу та інтенсивності фізичних навантажень, спрямованість різних видів і форм навчальної роботи. Розподіл студентів за навчальними відділеннями здійснюється на початку кожного навчального року за результатами педагогічної діагностики та медичного обстеження. За В.Д. Дехтярем і Л.П. Сущенко, на основному відділенні формуються світоглядні та поведінкові стереотипи, професійні знання здобувачів освіти на основі ціннісного усвідомлення потреб студентської молоді [23]. Спеціальне відділення пов'язане з інтеграцією в практику фізичного виховання спортивно-педагогічних технологій (так званої «спортизації» навчального процесу). Спортивне відділення передбачає активізацію всіх видів студентського самоврядування, стимулювання потреби студентів у творчій діяльності на когнітивному, емоційному і моторно-поведінковому рівнях.

Навчальні групи відділення спортивного вдосконалення формуються з видів спорту, куди зараховуються студенти основної медичної групи, що планують поглиблено займатися обраним видом спортивної діяльності. Навчальний процес на цьому відділенні спрямований переважно на підвищення спортивно-технічної майстерності на основі всебічної психофізичної підготовки. Підвищення ефективності роботи відділення спортивного вдосконалення пов'язано з оптимізацією управління процесом функціональної адаптації (формуванням специфічних функціональних систем) організму. Це передбачає: 1) персоніфікацію програм спортивного тренування шляхом неперервної корекції поточних цілей, уточнення педагогічних завдань, засобів, що використовуються, з урахуванням стану і психосоматичних особливостей студентів; 2) інформатизацію навчально-тренувального процесу шляхом

використовування комп'ютерних технологій при здійсненні педагогічного моніторингу; 3) подоланням дискретності і екстенсивного характеру навчально-тренувального процесу шляхом підвищення обсягів засобів спеціалізованої підготовки і практики змагання [23].

Навчальні заняття є основною формою фізичного виховання закладах вищої освіти. Вони плануються в навчальних планах з усіх спеціальностей і включають: теоретичні, практичні і контрольні; елективні практичні заняття (за вибором) і факультативні; індивідуальні і індивідуально-групові додаткові заняття (консультації); самостійні заняття за завданням і під контролем викладача.

Нами досліджено, що у Волинському національному університеті імені Лесі Українки при проведенні навчальних занять з фізичного виховання враховувалися інтереси студентів щодо обраного виду спорту, їх бажання займатися і удосконалювати свої уміння та навички з баскетболу, футболу, волейболу, пауерліфтингу, фітнесу та легкої атлетики.

На заняттях з фізичного виховання у здобувачів освіти виховувалася звичка до регулярних занять фізичними вправами і виявлялася їх спортивна спрямованість для подальшого вдосконалення в одному з видів спорту.

Позааудиторні заняття організовувалися і проводилися в різних формах: при виконанні фізичних вправ в режимі навчального дня; на заняттях в секціях; участі у масових оздоровчих, фізкультурних і спортивних заходах.

Значна увага приділялася проведенню змагань з міні-футболу, волейболу, баскетболу, настільного тенісу, шахів та шашок серед факультетів Волинського національного університету імені Лесі Українки і залучення студентів в якості суддів, що давало змогу здобувачам освіти застосувати набуті уміння та навички на практиці.

Самостійні заняття студентів з фізичного виховання сприяли кращому засвоєнню навчального матеріалу, дозволяли збільшити загальний час занять фізичними вправами і прискорити процес фізичного вдосконалення. В сукупності з навчальними заняттями правильно організовані самостійні заняття

забезпечували оптимальну неперервність і ефективність фізичного виховання. Ці самостійні заняття проводяться у позааудиторний час за завданням викладача або у таких секціях, як секція футболу, волейболу, пауерліфтинг, аеробіки, настільного тенісу, баскетболу та ін.

Зміцнення гуманістичних основ фізичної культури студентів пов'язано з формуванням науково обґрунтованого позитивного соціокультурного образу гармонійно розвиненої людини і передбачає в зв'язку з цим корекцію цілей, принципів, ціннісних орієнтирів і педагогічних завдань, сприяючи формуванню молодіжної моди на здоров'я і фізичну досконалість. З цією метою в університеті щорічно проводяться естафети між студентами різних факультетів.

Основними особистісними утвореннями, які входять до структури позитивного ставлення до фізичного виховання студентів університету, є: мотивація до занять з фізичного виховання (мотиваційний компонент); накопичені і систематизовані теоретичні знання з фізичної культури стосовно використання здоров'язберігаючих технологій у майбутній професійній діяльності (когнітивний компонент); емоційні переживання студентів у процесі занять з фізичного виховання (емоційно-ціннісний компонент); прагнення до активної фізкультурної діяльності, фізична підготовленість, готовність приймати участь у спортивних змаганнях активна фізкультурна діяльність та фізична підготовленість студентів (діяльнісний компонент) (табл. 3.1).

Таким чином, структурними компонентами позитивного ставлення до фізичного виховання у здобувачів освіти, є: мотиваційний компонент (мотивація до занять з фізичного виховання); когнітивний компонент (накопичені і систематизовані теоретичні знання з фізичної культури стосовно використання здоров'язберігаючих технологій у майбутній професійній діяльності); емоційно-ціннісний компонент (емоційні переживання студентів у процесі занять з фізичного виховання); діяльнісний компонент (прагнення до активної фізкультурної діяльності, фізична підготовленість, готовність приймати участь у спортивних змаганнях активна фізкультурна діяльність та фізична підготовленість студентів).

Таблиця 3.1

Структура позитивного ставлення студентів до фізичного виховання

Структурні компоненти	Особистісні утворення
Мотиваційний	Мотивація до занять з фізичного виховання
Когнітивний	Накопичені і систематизовані теоретичні знання з фізичної культури стосовно використання здоров'язберігаючих технологій у майбутній професійній діяльності
Емоційно-ціннісний	Емоційні переживання студентів у процесі занять з фізичного виховання
Діяльнісний	Прагнення до активної фізкультурної діяльності, фізична підготовленість, готовність приймати участь у спортивних змаганнях

3.2. Аналіз сучасного стану формування позитивного ставлення до фізичного виховання у здобувачів освіти

Сучасний стан формування позитивного ставлення студентів до занять фізичним вихованням визначався у процесі проведення анкетування, педагогічних спостережень, бесід, опитування викладачів закладів вищої освіти.

Для виявлення стану формування ставлення студентів до занять фізичним вихованням було проведено анкетування студентів факультету економіки та управління Волинського національного університету імені Лесі Українки, у якому брало участь 108 осіб (додаток А).

На запитання «Як Ви оцінюєте своє здоров'я?» відповіді розподілилися наступним чином: вважають себе здоровими 59,38% студентів першого курсу, 37,50% студентів другого курсу; швидше здоровим, ніж нездоровим вважають себе 29,69% студентів першого курсу, 42,39% студентів другого курсу; швидше

нездоровим, ніж здоровим вважають себе 3,13% студентів першого курсу, 14,67% студентів другого курсу; нездоровими вважають себе 3,91% студентів першого курсу та 2,72% студентів другого курсу.

Отже, результати анкетування свідчать про те, що значна кількість студентів університету вважають себе здоровими людьми.

На запитання анкети «Як Ви оцінюєте свій рівень фізичного розвитку?» відповіді студентів розподілилися наступним чином: рівень свого фізичного розвитку вважають високим 15,63% студентів першого курсу, 9,24% студентів другого курсу; вище середнього – 41,41% студентів першого курсу, 39,67% студентів другого курсу; середнім – 29,69% студентів першого курсу, 35,87% студентів другого курсу; нижче середнього – 7,03% студентів першого курсу, 9,24% студентів другого курсу; низьким – 3,13% студентів першого курсу, 4,89% студентів другого курсу.

Розподіл студентів II курсу за їх самооцінкою рівня свого фізичного розвитку поданий на рис. 3.1.

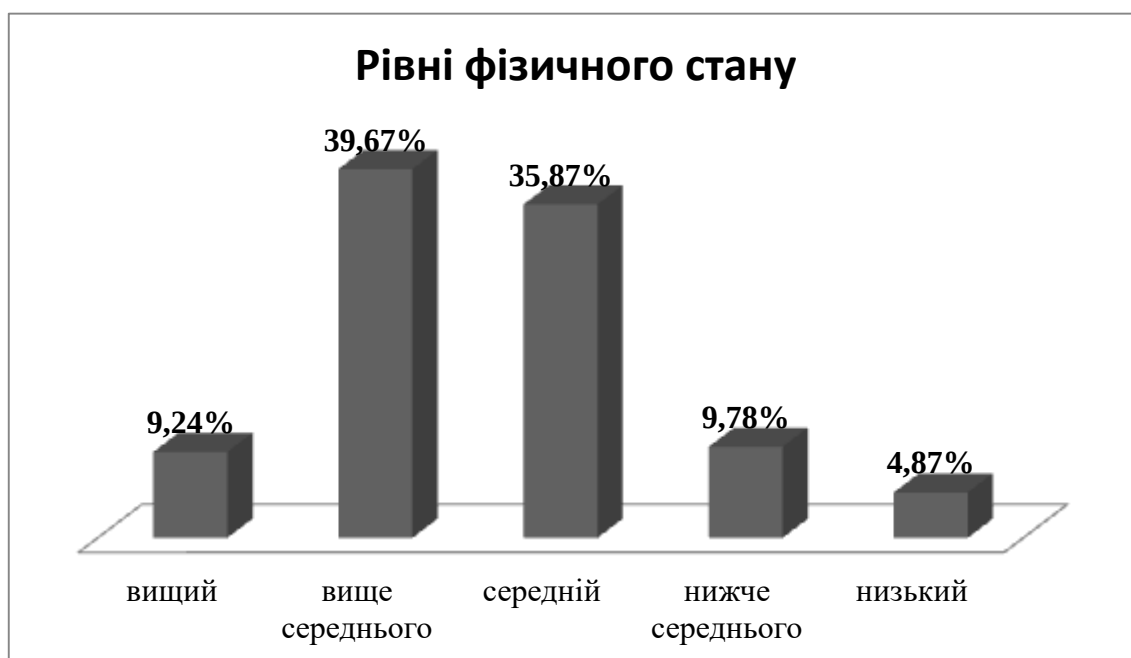


Рис. 3.1. Розподіл здобувачів освіти II курсу за їх самооцінкою рівня свого фізичного розвитку

Отже, результати відповідей на це запитання свідчать, що значна кількість студентів вважають свій рівень фізичного розвитку вище середнього.

На запитання «Скільки разів за останній рік Ви хворіли?» засвідчили такі результати: за рік зовсім не хворіли 23,44% студентів першого курсу, 21,77% – другого курсу; хворіли 1-2 рази близько 50% студентів усіх курсів; хворіли 2-3 рази 14,84% студентів першого курсу, 16,30% – другого курсу; хворіли 3-5 разів 5,47% студентів першого курсу, 10,33% – другого курсу; хворіли більше 5 разів 3,91% студентів першого курсу, 3,26% – другого курсу.

Відповіді на запитання «Відзначте, будь ласка, з перерахованих нижче ті неприємні відчуття, які Ви спостерігаєте у себе досить часто»: 1) швидку стомлюваність; 2) дратівливість; 3) поганий апетит; 4) наявність депресії; 5) поганий настрій; 6) головні болі; 7) поганий сон; 8) не переживаю ніяких неприємних відчуттів» показали, що швидку стомлюваність відчувають досить часто 8,59% студентів першого курсу, 14,33% – другого курсу. Дратівливість відчувають досить часто 23,44% студентів першого курсу, 22,83% – другого курсу. Поганий апетит мають 7,81% студентів першого курсу, 9,24% – студенти другого курсу. Наявність депресії відчувають 5,47% студентів першого курсу, 13,59% – студенти другого курсу. Поганий настрій мають 8,59% студентів першого курсу, 10,33% – студентів другого курсу. Головні болі відчувають досить часто 6,25% студентів першого курсу, 5,43% – студентів курсу. Поганий сон мають 3,91% студентів першого курсу, 1,63% – студентів другого курсу. Слід зазначити, що не переживають ніяких неприємних відчуттів 35,16% студентів першого курсу, 22,28% – студентів другого курсу.

На запитання «Чи стомлюєтеся Ви при фізичних навантаженнях?» засвідчили такі результати (табл. 3.2): при великих навантаженнях стомлюються 53,91% студентів першого курсу, 32,07% – студентів другого курсу. При середніх навантаженнях стомлюються 29,69% студентів першого курсу, 42,93% – студентів другого курсу. При невеликих навантаженнях стомлюються 8,52% студентів першого курсу, 15,22% – студентів другого курсу. Відповіді на запитання «Як Ви вважаєте, наскільки об'єктивно Ви

Таблиця 3.2

Рівень стомлення студентів під час фізичних навантажень (%)

№ п/п	Відповіді	1 курс 58 чол.	2 курс 50 чол.
1	Так, але при великих навантаженнях	53,91	32,07
2	Так, але при середніх навантаженнях	29,69	42,93
3	Так, але при невеликих навантаженнях	8,52	15,22
4	Важко відповісти	6,25	8,15
5	Інша відповідь	1,56	1,63

можете оцінити стан свого здоров'я та рівень розвитку фізичних якостей?: 1). Можу оцінити цілком об'єктивно. 2). Швидше можу, ніж не можу. 3). Швидше не можу, ніж можу. 4). Не можу оцінити об'єктивно. 5). Важко відповісти» засвідчили такі відповіді студентів: оцінити цілком об'єктивно стан свого здоров'я та рівень розвитку фізичних якостей можуть лише 38,28% студентів першого курсу, 25,54% – студентів другого курсу. Швидше можуть, ніж не можуть – 38,28% студентів першого курсу, 41,85% – студентів другого курсу. Швидше не можуть, ніж можуть – 8,59% студентів першого курсу, 21,74% – студентів другого курсу. Не можуть оцінити об'єктивно – 3,91% студентів першого курсу, 7,61% – студентів другого курсу. Важко відповісти на це питання було 10,94% студентам першого курсу, 3,26% – студентам другого курсу.

Результати відповідей на запитання «Чи є у Вас які-небудь звички, які могли б негативно впливати на здоров'я і фізичний стан?» засвідчують, що палять 22,66% студентів першого курсу, 26,63% – студентів другого курсу (табл. 3.3).

Вживають алкоголь 16,41% студентів курсу, 26,63% – студентів другого курсу. Пробували наркотики 6,25% студентів першого курсу, 7,61% – студентів другого курсу. Не захотіли відповідати на це питання 10,94% студентів

першого курсу, 13,04% – студентів другого курсу. Не мають подібних проблем 43,75% студентів першого курсу, 25,54% – студентів другого курсу.

Отже, опитування студентів щодо наявності негативних звичок, які негативно впливають на стан здоров'я та їх фізичний розвиток, свідчить про те,

Таблиця 3.3

Розповсюдженість шкідливих звичок серед студентів (%)

№ п/п	Наявність негативних звичок	1 курс 58 чол.	2 курс 50 чол.
1	Палю	22,66	26,63
2	Вживаю алкоголь	16,41	26,63
3	Пробую наркотики	6,25	7,61
4	Не хочу відповідати на це питання	10,94	13,04
5	Подібних проблем не маю	43,75	25,54
6	Інша відповідь	0	0

що, на жаль, студенти не приділяють своєму здоров'ю належної уваги.

На запитання анкети «Чи займаєтеся Ви фізичними вправами самостійно?» відповіді розподілилися наступним чином: регулярно виконують фізичні вправи самостійно 31,25% студентів першого курсу, 25% – студентів другого курсу. Виконують фізичні вправи, але не регулярно 58,59% студентів першого курсу, 56,52% – студентів другого курсу. Зовсім не виконують фізичні вправи самостійно 8,59% студентів першого курсу, 17,39% – студентів другого курсу.

Розподіл студентів першого курсу щодо їх самостійного виконання фізичних вправ подано на рис. 3.2. На наступне запитання «Чи займаєтеся Ви фізичними вправами організовано і систематично (у секції, клубі, фізкультурно-оздоровчому комплексі)?» позитивну відповідь надали 33,59% студентів першого курсу, 25% – студентів другого курсу. Не виконують фізичні вправи організовано і систематично 66,41% студентів першого курсу, 75% – студентів курсу.

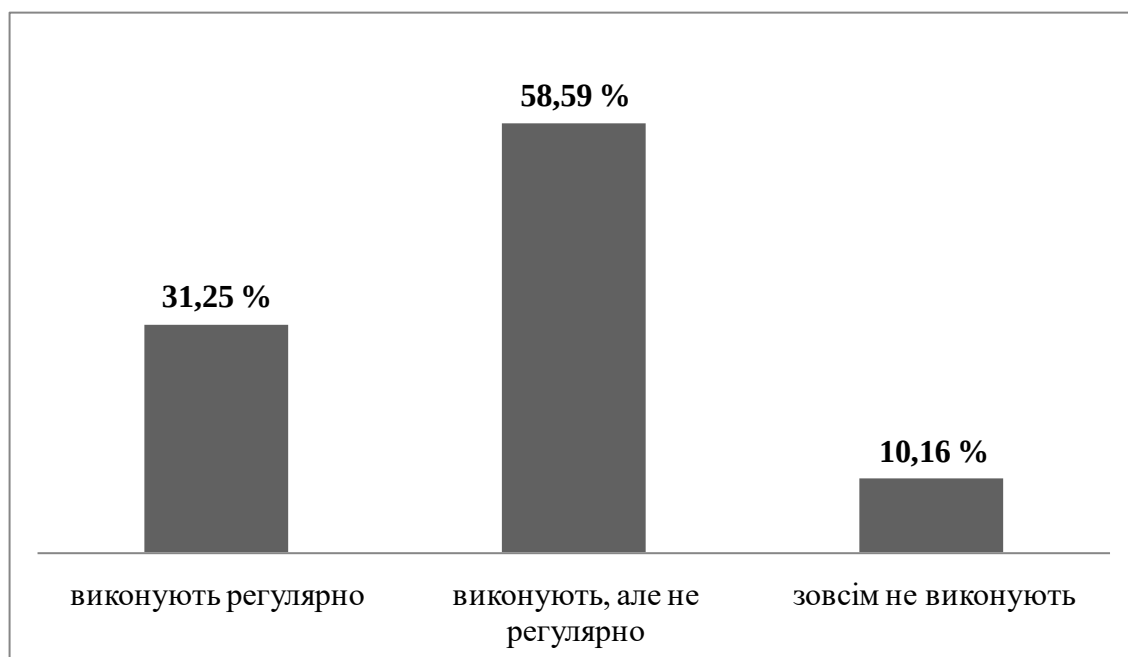


Рис. 3.2. Розподіл здобувачів освіти I курсу щодо їх самостійного виконання фізичних вправ (%)

Аналіз результатів відповідей на запитання «Чи вважаєте Ви необхідними заняття фізичними вправами?» засвідчує, що вважають необхідними заняття фізичними вправами 60,16% здобувачів освіти першого курсу, 29,35% – студентів другого курсу. На питання «Швидше так ніж ні» відповіли 13,28% студентів першого курсу, 32,07% – студентів другого курсу. На питання «Швидше ні ніж так» відповіли 14,84% студентів першого курсу, 38,04% – студентів другого курсу. Не вважають необхідними заняття фізичними вправами 8,59% студентів першого курсу, 0,54% – студентів другого курсу.

Отже, переважна кількість студентів вважають необхідними заняття фізичними вправами.

Як свідчать результати таблиці 3.4, на запитання «Як Ви відвідуєте заняття з фізичного виховання у Вашому навчальному закладі?» відповіді розподілилися наступним чином: люблять й охоче займаються на заняттях з фізичного виховання у Волинському національному університеті імені Лесі українки 53,13% студентів першого курсу, 25,54% студентів другого курсу. Відвідують і займаються, але ставляться до заняттях з фізичного виховання

байдуже 31,25% студентів першого курсу, 29,89% студентів другого курсу. Прагнуть не відвідувати заняття з фізичного виховання 10,16% студентів першого курсу, 34,24% студентів другого курсу.

Таблиця 3.4

Ставлення студентів до відвідування занять з фізичного виховання (%)

№ п/п	Відповідь	1 курс 58 чол.	2 курс 50 чол.
1	Люблю й охоче займаюся	53,13	25,54
2	Відвідую і займаюся, але ставлюся до них байдуже	31,25	29,89
3	Прагну не відвідувати	10,16	34,24
4	Інша відповідь	5,47	10,33

Розподіл здобувачів освіти II курсу, опитаних за їх ставленням до відвідування занять з фізичного виховання подано на рисунку 3.3.

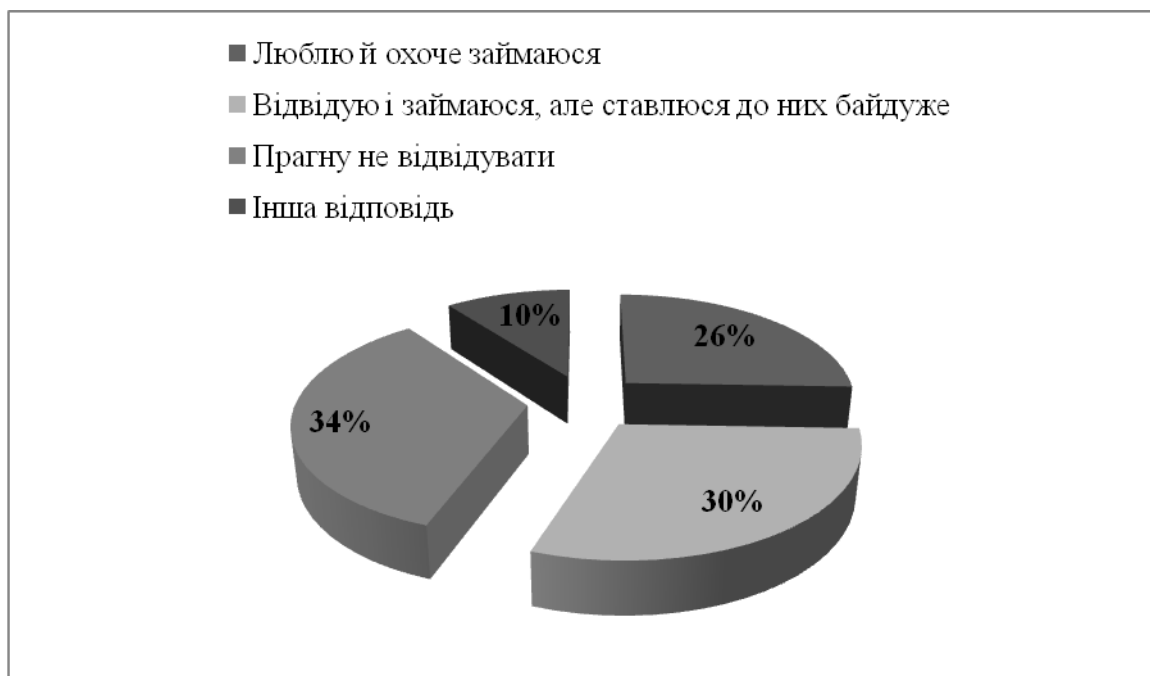


Рис. 3.3. Розподіл здобувачів освіти II курсу за їх ставленням до відвідування занять з фізичного виховання

Результати анкетування на запитання «Від чого Ви хотіли б позбавитися, займаючись фізичними вправами?» свідчать про те, що бажають позбавитися шкідливих звичок, займаючись фізичними вправами, 35,94% студентів першого курсу, 22,83% студентів другого курсу. Бажають позбавитися від відчуття невпевненості у собі, займаючись фізичними вправами, 24,22% студентів першого курсу, 39,67% студентів другого курсу. Бажають позбавитися від відчуття тривоги, займаючись фізичними вправами, 6,25% студентів першого курсу, 15,22% студентів другого курсу. Бажають позбавитися від відчуття соромливості, займаючись фізичними вправами, 6,25% студентів першого курсу, 8,70% студентів другого курсу. Подібних проблем не мають 27,34% студентів першого курсу, 13,04% студентів другого курсу.

Аналіз результатів анкетування щодо мотивів студентів до занять фізичними вправами, поданих у таблиці 3.5. свідчить про те, що власне бажання послужило безпосередньою причиною наміру зайнятися фізичними вправами 58,59% студентів першого курсу, 36,41% студентів другого курсу.

Таблиця 3.5

Мотиви студентів щодо занять фізичними вправами (%)

№ п/п	Причина наміру зайнятися фізичними вправами	1 курс 58 чол.	2 курс 50 чол.
1	Власне бажання	58,59	36,41
2	Порада рідних	6,25	21,74
3	Порада друзів	14,06	16,85
4	Оголошення на вулицях	6,25	8,15
5	Реклама в засобах масової інформації	9,38	8,15
6	Приклад батьків	3,91	3,26
7	Приклад друзів	1,56	5,44

Порада рідних стала причиною наміру зайнятися фізичними вправами у 6,25% студентів першого курсу та у 21,74% студентів другого курсу. Порада

друзів стала причиною наміру зайнятися фізичними вправами у 14,06% студентів першого курсу та у 16,85% студентів другого курсу. Реклама в засобах масової інформації стала причиною наміру зайнятися фізичними вправами у 9,38% студентів першого курсу та у 8,15% студентів другого курсу. Приклад батьків став причиною наміру зайнятися фізичними вправами у 3,91% студентів першого курсу та у 3,26% студентів другого курсу. Приклад друзів став причиною наміру зайнятися фізичними вправами у 1,56% студентів першого курсу та у 5,44% студентів другого курсу.

Розподіл здобувачів освіти першого курсу щодо причин їх наміру займатися фізичними вправами подано на рисунку 3.4.

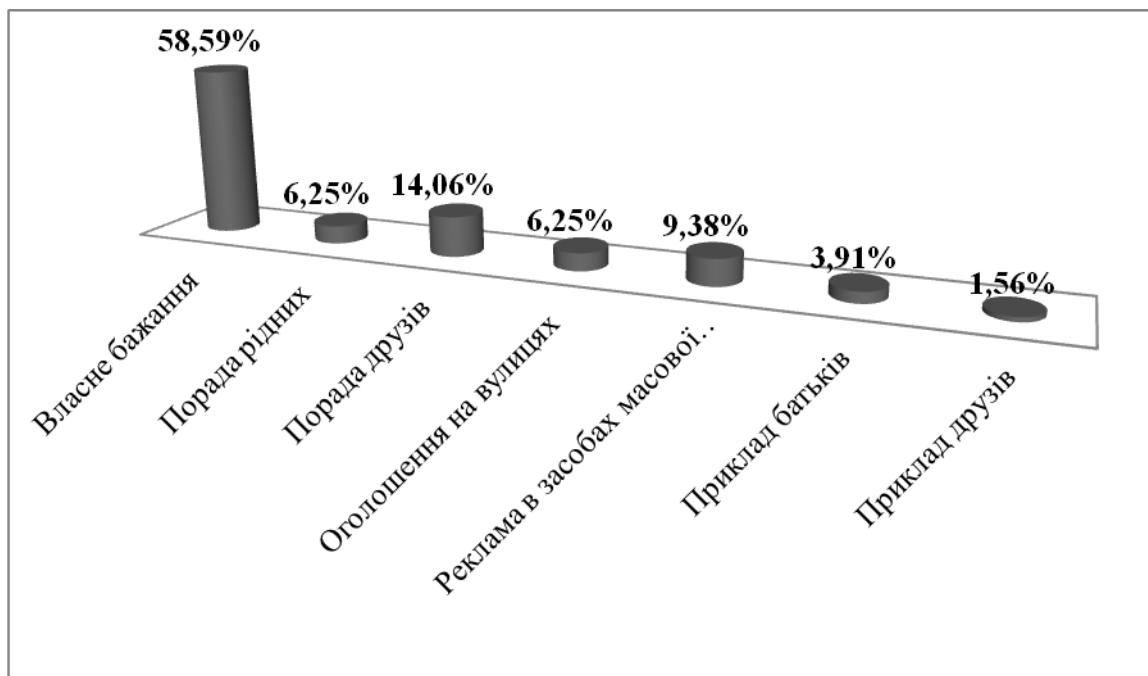


Рис. 3.4. Розподіл здобувачів освіти І курсу щодо причин їх наміру займатися фізичними вправами

На запитання анкети «Хто з Ваших батьків і друзів займається в спортивних секціях, клубах?» засвідчили такі результати: саме батьки займаються у спортивних секціях у 19,53% студентів першого курсу, у 17,93% студентів другого курсу. Займаються у спортивних секціях і клубах матері у 8,59% студентів першого курсу і в 14,13% другого курсу. Інші родичі займаються у спортивних секціях у 14,06% студентів першого курсу та у 14,67% студентів

другого курсу. Дехто з приятелів займаються у спортивних секціях у 35,16% студентів першого курсу та у 34,24% студентів другого курсу.

Ніхто із батьків і друзів не займаються у спортивних секціях у 21,88% студентів першого курсу та у 16,85% студентів другого курсу.

Таким чином, педагогічне спостереження за студентами факультету економіки та управління Волинського національного університету імені Лесі Українки та аналіз анкетування майбутніх фахівців показав, що формуванню позитивного ставлення студентів до фізичного виховання у закладах вищої освіти приділяється недостатня увага. Такий стан пояснюється насамперед тим, що навчально-виховний процес відбувається без активної участі в ньому кожного студента, без надання здоров'язберігаючим технологіям відповідної уваги, без урахування виховних можливостей позааудиторної роботи й самостійних занять студентів за місцем проживання та в гуртожитках. На неефективну роботу з формування у студентів позитивного ставлення до фізичного виховання впливає також відсутність в них системи ґрунтовних знань з впливу фізичних вправ на організм людини і умінь самостійно займатися фізичною культурою і спортом. Це призводить до того, що вони не в змозі займатися самопідготовкою та самовихованням в університеті та за місцем проживання, без чого не можливо сформувати позитивне ставлення до різних форм і засобів фізичного виховання. Отримані результати вказують на необхідність проведення спеціального дослідження, спрямованого на експериментальну перевірку педагогічних умов формування позитивного ставлення студентів до фізичного виховання.

3.3. Організація умов формування позитивного ставлення студентів до фізичного виховання

Гуманізація сучасного суспільства вимагає звернення до здобувача освіти, до його самовизначення й індивідуального самовдосконалення. Це є основою для корінного перегляду цілей фізичного виховання в бік гуманізуючих і культуруотворюючих основ, пов'язаних, на думку

С.П. Козіброцького, із загальною професійно-прикладною підготовкою [30]. Зміна мети фізичного виховання сприяє відмові від організації процесу фізичного виховання, заснованого на принципах аналітико-синтетичного планування та імперативному підході, що традиційно склався. З позицій сьогодення необхідно розробити принципово нові концепції фізичного виховання студентів.

Таким чином, до педагогічних умов формування позитивного ставлення до фізичного виховання студентів віднесено: необхідність розвитку особистості студента університету з урахуванням специфіки майбутньої професійної діяльності: розвиток суб'єктної позиції студента в навчальній діяльності; підвищення рівня самосвідомості й відповідальності особистості студента; акмеологічна орієнтація особистості студента; індивідуально-творчий розвиток особистості студента; необхідність забезпечення суб'єкт-суб'єктної взаємодії викладача фізичного виховання та здобувачів освіти: забезпечення індивідуального підходу і толерантного ставлення до студентів; використання сучасних інноваційних технологій; використання методів стимулювання студентів до занять з фізичного виховання; необхідність функціонування навчально-виховного середовища в університеті: створення інноваційного навчально-виховного середовища університету; матеріально-технічне забезпечення процесу фізичного виховання.

До умов розвитку особистості студента з урахуванням специфіки майбутньої професійної діяльності ми відносимо такі:

- забезпечення розвитку суб'єктної позиції особистості студента в навчальній діяльності з дисципліни «Фізичне виховання»;
- підвищення рівня відповідальності особистості студента за власний рівень фізичної підготовленості;
- акмеологічна орієнтація особистості студента у сфері фізичного виховання;
- забезпечення індивідуально-творчого розвитку особистості студента університету. Забезпечення розвитку суб'єктної позиції особистості студента в

навчальній діяльності з дисципліни «Фізичне виховання» є педагогічною умовою, яка свідчить про здатність особистості здійснювати специфічну предметно-практичну діяльність у сфері фізичного виховання.

Суб'єктна позиція у сфері фізичної культури та спорту відображає спосіб саморегуляції, самоутвердження та саморозвитку студента і має наступні прояви:

- суб'єктивне відображення значущих засобів і нормативів діяльності, з'ясування на цій основі власної системи цінностей;
- визначення особистісних критеріїв і норм діяльності, мотиваційно-ціннісне ставлення до неї;
- проектування особистісно значущого засобу здійснення стратегій у напрямку фізичної культури та спорту.

На основі навчальної програми з дисципліни «Фізичне виховання» нами було розроблено зміст формування позитивного ставлення до фізичного виховання студентів.

До тем, пов'язаних з формуванням позитивного ставлення до фізичного виховання, віднесено такі: «Студент як суб'єкт фізичної культури», «Здоровий спосіб життя здобувачів освіти», «Ціннісні орієнтації студентів у сфері фізичної культури», «Фізична культура у системі вищої освіти», «Сучасні підходи до формування фізкультурних знань у студентів закладів вищої освіти».

Для реалізації цієї умови наші зусилля спрямовувалися на розширення кругозору студентів завдяки надання їм ґрунтовних знань з фізичної культури. Знання поділяють на теоретичні, методичні й практичні. Теоретичні знання охоплюють історію розвитку фізичної культури, закономірності роботи організму людини в руховій діяльності і виконання рухових дій, фізичного самовиховання і самовдосконалення. Ці знання дають відповідь на питання «чому?». Методичні знання забезпечують можливість одержати відповідь на питання: «Як використовувати теоретичні знання, як саморозвиватися, самовдосконалюватися у сфері фізичної культури?» Практичні знання

характеризують відповідь на питання: «Як ефективно виконувати фізичну вправу, рухову дію?».

Аналіз літератури з фізичної культури дозволив з'ясувати рівні фізичної культури особистості студента [16]. Розкриємо їх.

Ситуативний рівень, при якому наголошується відсутність спеціальних знань і інтелектуальних здібностей, уявлень про соціально-духовні цінності фізичної культури. Мотиваційно-ціннісні орієнтації і фізкультурна діяльність виявляються ситуативно. Фізична досконалість характеризується низьким рівнем фізичного розвитку і невідповідністю фізичної підготовленості віковому еталону, окремим індивідуальним особливостям. В цілому відсутнє позитивне ставлення до освоєння цінностей фізичної культури, немає прагнення до її пізнання і цілеспрямованого використання. Певний інтерес і активність виникають в умовах необхідності, через ефект наслідування і інших залежних від ситуації причин.

Рівень початкової освіченості характеризується наявністю елементарних знань і уявлень про цінності фізичної культури, пов'язаних з оздоровчою, прикладною, спортивною і іншими видами фізкультурної діяльності. Причому знання мають феноменологічний ступінь абстракції, перший ступінь усвідомленості і учнівський або типовий рівень їх засвоєння. Освоюються окремі найпростіші елементи фізичної культури (виконання ранкової зарядки, загартовуючих процедур, розвиток певних фізичних якостей, рухових умінь і навичок), які можна розглядати як форми гігієнічної фізичної культури і спроби фізичного самовдосконалення. Мотиви мають певну спрямованість, але не завжди чітко виражені в плані установок. На цьому рівні в основному домінують фізіологічні потреби і потреби безпеки. Фізична досконалість характеризується задовільним рівнем фізичного розвитку і підготовленості, стабільністю результатів і їх позитивною динамікою. Залучення до організованої групової оздоровчої і спортивної діяльності стає реальністю, з'являються спроби систематизації діяльності.

Рівень освіченості відображає пізнання істотних положень фізичної культури і її соціально-духовних цінностей. Виокремлюються інтелектуальні здібності і ерудованість. Науковість знань виявляється на аналітико-синтетичних і прогностичних ступенях абстракції, другого ступеня усвідомленості і на евристичному рівні їх засвоєння. Мотиваційно-ціннісні орієнтації і фізкультурна діяльність мають чітко виражену спрямованість і стійкість. Фізична досконалість характеризується хорошим ступенем фізичного розвитку і підготовленості, відповідністю віковому еталону, індивідуальним особливостям або спортивним досягненням. Як правило, фізичне самовдосконалення і організовані групові форми занять стають нормою.

Творчий рівень відображає глибоке розуміння і переконаність в практичній необхідності використання фізичної культури, її соціально-духовних цінностей для формування гармонійно розвиненої особистості. Пізнавальні інтереси в галузі фізичної культури включені в загальну спрямованість особистості, в систему життєвих цінностей і планів. Науковість знань виявляється на аксіоматичному ступені абстракції (охоплює великий обсяг інформації), третьому ступені усвідомленості і творчому рівні засвоєння матеріалу. На цьому рівні професійно і соціально значущі мотиви не мають чіткого розмежування, як, втім, і всі різновиди потреб, і усвідомлюються як єдиний взаємозв'язок і взаємообумовленість. Фізична досконалість характеризується високим ступенем фізичного розвитку і підготовленості, відповідністю віковому еталону, індивідуальним особливостям або спортивним досягненням. Витрати часу, рівень досягнень і динаміка фізкультурної діяльності оптимізуються. Її соціальні види (пропагандистська, організаторська, суддівська, інструкторська) трансформуються в особистісно значущий чинник. Фізична самоосвіта і фізичне самовдосконалення мають системність і творчу основу.

При реалізації цієї умови наші зусилля спрямовувалися на оволодіння особистістю студента рівнем освіченості та творчим рівнем.

Підвищення рівня відповідальності особистості студента за власний рівень фізичної підготовленості є педагогічною умовою, яка дозволяє студентам адекватно оцінювати рівень фізичної підготовленості та контролювати свою рухову діяльність відповідно до вимог, що ставляться до неї з позицій фізичного виховання. Для реалізації цієї педагогічної умови ми аналізували конкретні ситуації, які виникали під час занять з фізичного виховання, вивчали і аналізували помилки, які традиційно допускають студенти. Нами було проведено тестування на фізичну підготовленість, яке включало біг на 3000 м, згинання рук в упорі лежачі, підтягування на високій перекладині, піднімання ніг за 1 хв., стрибок у довжину, біг на 100 м, човниковий біг 4х9 та нахили тулуба вперед з положення сидячи. Ми використовували такі педагогічні прийоми, як постановку завдань до виконання вправ, інструктаж і корекцію, коментування під час виконання вправи, підведення підсумків виконання вправи.

Для підвищення фізичної підготовленості студентів нами проводилися додаткові заняття у позааудиторний час.

Акмеологічна орієнтація особистості студента у сфері фізичного виховання є педагогічною умовою, яка сприяє його спрямованості на успішну майбутню професійну діяльність та мотиваційно-ціннісному ставленню до фізичної культури. На заняттях постійно приводилися приклади із життя українських відомих особистостей, які досягнули успіху завдяки заняттям фізичною культурою та спортом, а саме С. Бубки, братів Кличків, Л. Підкопаєвої, А. Шевченка. Наводилися висловлювання авторитетних людей щодо місця та ролі фізичної культури у житті людини.

Наводилися цифрові дані із періодичної преси щодо тривалості людського життя, пропаганди шкідливих звичок. Інформація наукового характеру подавалася з метою з'ясування пріоритетних напрямів у вирішенні проблем фізичного виховання студентської молоді. Значне місце уділялося особистому прикладу викладачів кафедри здоров'я і фізичної культури Волинського національного університету імені Лесі Українки.

Метою акмеології є удосконалення людини, допомога у досягненні нею вершин у фізичному, духовному і професійному розвитку, гуманізація її розвитку [2].

Суб'єктивне сприйняття і привласнення цінностей студентом визначається багатством його особистості, розвиненим загальнокультурним мисленням і свідомістю, досвідом діяльності на заняттях з фізичного виховання, наявністю індивідуальної системи використання засобів фізичного виховання, відповідних спрямованості особистості, її інтересам, актуальному стану психофізичних і функціональних можливостей і здібностей.

За І.А. Герасимовою, цінності фізичної культури можуть бути диференційовані таким чином: цінності-цілі – розкривають значення і значення індивідуальних цілей включення в систематичну фізкультурно-спортивну діяльність і досягнення за допомогою її культурної стратегії і тактики життєдіяльності, успішності реалізації професійних планів і намірів психічного і фізичного благополуччя, збереження і зміцнення здоров'я [18]. Цінності-знання – визначають впорядковану систему теоретико-методологічних, науково-практичних (філософських, соціологічних, психолого-педагогічних, медико-біологічних) і спеціальних знань, необхідних для розуміння природних і соціальних процесів пов'язаного функціонування фізичної культури суспільства і особистості, уміння їх адаптивного, творчого використання для особистісного і професійного самовдосконалення при виконанні навчальної, професійної і соціокультурної діяльності. Цінності-засоби – створюють основу для досягнення цінностей-цілей: оволодіння закономірностями, принципами, засобами, формами, методами, прийомами і умовами їх використання у фізкультурно-спортивній діяльності для розвитку творчої індивідуальності, в досягненні необхідного психоемоційного стану, культури міжособистісного спілкування, в оцінці і контролі за ефективністю їх використання. Цінності-відносини – характеризують студента як активного суб'єкта фізичної культури з певним мотиваційно-особовим ставленням до самого себе, професійної діяльності, до природного і

соціального середовища, в яких здійснюється його фізкультурно-спортивна діяльність, до її учасників, де ступінь його самовираження визначається задоволеністю особистості і визнанням результатів її діяльності значущими.

Забезпечення індивідуально-творчого розвитку особистості студента університету є педагогічною умовою, яка передбачає врахування індивідуально-психологічних особливостей, на підставі яких будується процес фізичного виховання. Творчий характер фізкультурно-спортивної діяльності, пов'язаний з новизною і значущістю її результатів, обумовлений синтезом пізнавальної, емоційної, вольової і мотиваційної сфер особистості. Особове значення її вимагає достатньо високого ступеня активності, здібності управляти, регулювати свою поведінку відповідно до ситуацій, які виникають у процесі фізичного виховання. Реалізація індивідуально-творчого підходу дозволяє включити механізм саморозвитку студента, припускає облік його мотивації, її динаміки в процесі навчання, організації саморуху до кінцевого результату. Це дає можливість студенту пережити радість від самосвідомості власного зростання і розвитку.

Індивідуально-творчий розвиток особистості студента припускає наявність двох моделей самореалізації. Прогресивний варіант характеризується процесом постійного подолання суперечностей, подолання себе для нового повного розкриття своїх сил і здібностей. В цьому випадку відбувається неперервне нарощування особового потенціалу через самовизначення в процесі фізкультурно-спортивної діяльності. Регресивний варіант характеризується відходом на вузькі сфери самореалізації, основою якого служать ілюзії минулого досвіду, заспокоєності. Неповнота самовираження у фізкультурно-спортивній діяльності породжує незадоволеність нею, її результатами, що веде до обмеження культурного простору життєдіяльності. Тому при реалізації цієї педагогічної умови використовувалися відео-матеріали, завдяки яким студенти наочно бачили правильність виконання фізичних вправ.

Формування позитивного ставлення до фізичного виховання визначалося за рівнями сформованості когнітивного, емоційного, мотиваційного та

діяльнісного компонентів, які входили до його структури. Мотиваційний компонент відображав мотиви успіху на заняттях з фізичного виховання, інтерес до занять фізичною культурою та потребу у фізичному вдосконаленні студентів. Когнітивний компонент проявлявся у системі знань з фізичної культури. Емоційний компонент проявлявся в емоційних переживаннях студентів, що виникали у процесі фізичного виховання. Діяльнісний компонент відображав активність студентів у фізкультурно-оздоровчій діяльності.

До умови забезпечення суб'єкт-суб'єктної взаємодії викладача фізичного виховання та студентів університету відносяться такі:

- забезпечення індивідуального підходу і толерантного ставлення до студентів;
- використання сучасних інноваційних методів навчання;
- використання методів стимулювання до занять з фізичного виховання.

Під індивідуальним підходом до особистості студента ми розуміємо навчання студентської молоді у групі за єдиною навчальною програмою, але з урахуванням індивідуальних особливостей фізичного розвитку майбутніх фахівців. Завдяки індивідуальному підходу до особистості студента забезпечується не тільки спрямування навчально-виховного процесу на озброєння майбутніх фахівців спеціальними знаннями, вміннями і навичками, а й на фізичний розвиток, на розвиток їх інтелектуального потенціалу, можливостей, інтересів, нахилів, мотивів і ціннісних настанов щодо фізичної культури.

Центральною фігурою процесу фізичного виховання є викладач – носій змісту освіти, організатор педагогічних умов, що забезпечують результативність діяльності. В його особі поєднуються об'єктивні і суб'єктивні педагогічні цінності. В його компетенцію входить облік індивідуальних, психологічних і фізичних особливостей студентів, адекватне їх можливостям навантаження, вирішення оздоровчих, освітньо-виховних завдань, облік їх бажань і інтересів, різноманітність, новизна та емоційність занять.

До умов функціонування навчального середовища університету ми відносимо:

- створення інноваційного навчального середовища в університеті;
- матеріально-технічне забезпечення процесу фізичного виховання.

Інноваційне середовище створює основу для творчої діяльності студентів університету в освітньому процесі. Під інноваційним середовищем розуміється певне морально-психологічне середовище, що закріплене комплексом заходів організаційного, методичного, психологічного характеру, що забезпечує введення інновацій в освітній процес закладу вищої освіти [15]. Інноваційне навчальне середовище дозволяє викладачеві закладу вищої освіти вводити в навчальний процес з фізичного виховання різні інновації, включати студентів в активну творчу діяльність, допомагати їм подолати існуючі стереотипи. Усю сукупність новацій, що використовуються у фізичній культурі студентів, як зазначають В.Д. Дехтяр і Л.П. Сущенко, доцільно поділяти на: 1) організаційно-педагогічні, які передбачають використання інтеграційних методів організаційного розвитку фізкультурної освіти студентів; 2) технологічні, які передбачають впровадження у практику передових навчальних технологій видів педагогічного контролю (педагогічного моніторингу); 3) соціально-педагогічні, що визначають динаміку розвитку мотиваційної сфери студентів; 4) прогностичні, пов'язані з розробкою персоніфікованих моделей тілесного, інтелектуального і духовного розвитку [23].

Матеріально-технічне забезпечення процесу фізичного виховання є педагогічною умовою, спрямованою на забезпечення процесу фізичного виховання студентів спортивним інвентарем і всім необхідним для проведення заняття з дисципліни «Фізичне виховання» на досить високому рівні. Для реалізації цієї мети зі студентами постійно проводилися бесіди щодо збереження спортивного інвентарю та обладнання спортивних залів.

Фізичне виховання у вищому навчальному закладі є невід'ємною частиною формування загальної і професійної культури особистості сучасного фахівця, системи гуманістичного виховання студентів. Як навчальна

дисципліна, обов'язкова для всіх спеціальностей, воно є також засобом формування всебічно розвиненої особистості, оптимізації фізичного і фізіологічного стану студентів у процесі професійної підготовки. За час навчання важливо сформувати у студентів розуміння необхідності постійно працювати над собою, вивчаючи особливості свого організму, раціонально використовувати свій фізичний потенціал, ведучи здоровий спосіб життя, постійно засвоювати цінності фізичної культури.

Таким чином, умови функціонування навчального середовища університету є складовими педагогічних умов формування позитивного ставлення до фізичного виховання студентів. До цих умов віднесено: створення інноваційного навчального середовища університету; матеріально-технічне забезпечення процесу фізичного виховання. Орієнтація дисципліни «Фізичне виховання» на задоволення потреб студентів у використанні різних форм фізичної культури привела до необхідності обґрунтування теоретичного і методичного змісту навчальної програми. Неадекватність фізичного розвитку сучасних студентів, низький рівень фізичної підготовленості й сформованості рухових якостей вимагає творчого перенесення передових методик з великого спорту в практику фізичного виховання студентів, тобто можна говорити про проведення своєрідної конверсії засобів, методів і форм спортивної підготовки. Підвищення ж освітньої спрямованості фізкультурної діяльності студентів допоможе розвитку й духовному збагаченню їх знаннями, які будуть сприяти усвідомленому, творчому ставленню до завдань, засобів, методів і форм фізкультурної діяльності, формуванню позитивного ставлення студентів до фізичного виховання.

Висновки до розділу 3

Формування позитивного ставлення здобувачів вищої освіти до фізичного виховання розглядається нами як спеціально організований навчально-виховний процес фізичного вдосконалення й оздоровлення студентів, який базується на системі послідовних педагогічних впливів на мотиваційну,

інтелектуально-змістову, емоційну та діяльнісну сферу здобувачів вищої освіти і забезпечує їх професійний, соціокультурний і фізичний розвиток.

У розділі обґрунтовано структурні складові педагогічної технології формування позитивного ставлення до фізичного виховання студентів та її елементи. Визначено етапи педагогічної технології формування позитивного ставлення до фізичного виховання.

Структурними компонентами позитивного ставлення до фізичного виховання студентів визначено мотиваційний компонент (мотивація до занять з фізичного виховання), когнітивний компонент (накопичені і систематизовані теоретичні знання з фізичної культури стосовно використання здоров'язберігаючих технологій у майбутній професійній діяльності), емоційно-ціннісний компонент (емоційні переживання студентів у процесі занять з фізичного виховання), діяльнісний компонент (прагнення до активної фізкультурної діяльності, фізична підготовленість, готовність приймати участь у спортивних змаганнях, активна фізкультурна діяльність студентів).

ВИСНОВКИ

1. Теоретичний аналіз проблеми формування позитивного ставлення студентів закладів вищої освіти до фізичного виховання показав, що означена проблема перебуває в центрі уваги дослідників. Основними напрямками роботи щодо формування є: ознайомлення здобувачів вищої освіти з функціонуванням їхнього власного організму; висвітлення ролі фізкультурно-спортивної роботи з провідною діяльністю здобувачів освіти, переконання студентів у необхідності займатися фізичними вправами, активізація потреби в досягненні спортивного результату, використання стимулів до занять фізичним вихованням.

2. Визначено сутність, зміст та структурні компоненти позитивного ставлення студентів до фізичного виховання: мотиваційний, когнітивний, емоційний, діяльнісний. Мотиваційний відображає мотивацію студентів до занять з фізичного виховання; когнітивний – оволодіння студентами теоретичними знаннями з фізичної культури; емоційно-ціннісний формування емоційних переживань особистістю студента щодо свого ставлення до занять з фізичного виховання; діяльнісний – формування умінь і навичок студентів щодо активної фізкультурної діяльності, фізичної підготовленості.

3. Дані анкетування студентів факультету економіки та управління Волинського національного університету імені Лесі Українки свідчать про те, що вирішальним у формуванні позитивного ставлення до фізичного виховання здобувачів вищої освіти має стати цілеспрямоване формування й закріплення у них усвідомленої мотивації й потреби самостійно піклуватися про своє здоров'я.

4. Розроблено та обґрунтовано умови формування позитивного ставлення здобувачів вищої освіти до фізичного виховання, до яких віднесено необхідність розвитку особистості студента з урахуванням специфіки майбутньої професійної діяльності; розвиток суб'єктної позиції студента в навчальній діяльності; підвищення рівня самосвідомості й відповідальності особистості здобувача вищої освіти; індивідуально-творчий розвиток

особистості студента; необхідність забезпечення взаємодії викладача фізичного виховання та здобувачів освіти: забезпечення індивідуального підходу і толерантного ставлення до студентів; використання сучасних інноваційних технологій; використання методів стимулювання здобувачів вищої освіти до занять з фізичного виховання; необхідність функціонування навчально-виховного середовища університету: створення інноваційного навчально-виховного середовища університету; матеріально-технічне забезпечення процесу фізичного виховання.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Андреева О., Садовський О. Оцінка відношення студентів до організації процесу фізичного виховання у вищих навчальних закладах. Молодіжний науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки. Луцьк, 2014. № 15. С. 31-35.
2. Акмеологія /за заг. Редакцією А. Деркача, В. Зазикіна. К., 2003. 256 с.
3. Антікова В. А. Оптимізація фізичного виховання у вищих навчальних закладах. Концепція підготовки спеціалістів фізичної культури в Україні: мат. всеукр. наук.-практ. конф. Київ-Луцьк : Вежа, 2006. С. 209-213.
4. Андрущенко Л. Б. Спортивно-орієнтовна технологія навчання студентів з дисципліни «Фізичне виховання». Теорія і практика фізичної культури. 2002. №2. С. 47-54.
5. Андрущенко Л.Б., Лосєва І.В., Орлан І.В. Управління процесом інтеграції спортивних і оздоровчих технологій в навчальний процес фізкультурної освіти студентів. Теорія і практика фізичної культури. 2004. № 11. С. 44-48.
6. Архипов О. А., Носко М. О. Модульно-рейтингова система в нових умовах викладання фізичного виховання у ВНЗ. Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. 2017. № 143. С. 69-76.
7. Балашова В. В. Здоров'язберігаючі технології у фізичному вихованні студентів. Теорія і практика фізичної культури. 2005. №3. С. 43-45.
8. Базилук В. Д. Організаційні засади активізації спортивно-оздоровчої діяльності студентів в умовах вищого навчального закладу : автореф. дис...к. фіз. вих. Львів, 2004. 22 с.
9. Бех І. Д. Виховання особистості : У 2-х кн. Кн. 1. Особистісно-орієнтований підхід: теоретико-технологічні засади. К. : Либідь, 2003. 280 с.
10. Білогур В., Корж Н., Сметанін С., Мазін В. Передумови формування ціннісного ставлення у студентів технічних спеціальностей ЗНТУ до

самостійних занять фізичною культурою та спортом. Молода спортивна наука України: зб. наук. пр. Львів : ЛДУФК, 2011. Т. 2. 302 с.

11. Білогур В. Є. Теоретико-методичне забезпечення фізичного виховання у вищих закладах освіти : автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту : 24.00.02. Рівне, 2002. 18 с.

12. Боднар І. Р. Фізичне виховання студентів з низьким рівнем фізичної підготовленості : автореф. дис. ... канд. наук з фізичного виховання і спорту : 24.00.02. Львів, 2002. 18 с.

13. Болтов В. І. Організація фізкультурної освіти студентів технічного вузу : дис. ... канд. пед. наук. К., 2002. 167 с.

14. Бубка С. Н. Формирование индивидуальных способностей студентов в процессе физического воспитания : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.07. К., 2001. 18 с.

15. Ваколюк А., Шелюк В., Симонович Н. Інноваційні технології у системі фізичного виховання здобувачів вищої освіти. Інноватика у вихованні. 2021. № 14. С. 128-134.

16. Вовк В. М. Шляхи вдосконалення фізичного виховання студентів : [монографія]. Луганськ : Вид-во. СУДУ, 2002. 176 с

17. Воловик П.М. Теорія імовірності і математична статистика в педагогіці. К., 1969. 222 с.

18. Герасимова І. А. Формування фізичної культури і здорового способу життя у студентів вищих навчальних закладів на основі їх особистісної самооцінки : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04. Чернівці, 2000. 161 с.

19. Грибан Г.П. Методична система впровадження здоров'язберезувальних технологій в освітньому процесі студентів. Педагогіка і сучасні аспекти фізичного виховання: зб. наук. праць V Міжнарод. наук.-практ. конф. (17–18 квітня 2019 року) / за заг. ред. Ю. О. Долинного. Краматорськ : ДДМА, 2019. Краматорськ: ДДМА, 2019. С. 51-61.

20. Денисовець Т. М., Квак О. В. Значення фізичної культури у формуванні здорового способу життя студентів у закладах вищої освіти. Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. 2020. № 2(122). С. 51-55.

21. Довгань Н. Ю., Биковська Л. Б., Чайченко Н. Л. Фізичне самовдосконалення студентів: навчальний посібник. Київ: Київ. нац. торг.-екон. ун-т, 2015. 520 с.

22. Добридень А. В. Фізичне виховання здобувачів вищої освіти в умовах воєнного стану в Україні. Перспективи та інновації науки. 2023. № 9(27). С. 155-164.

23. Дехтяр В. Д., Сущенко Л. П. Фізичне виховання студентів вищих навчальних закладів. К. : Екмо, 219 с.

24. Завидівська Н., Ополонець І. Шляхи оптимізації фізкультурно-спортивної діяльності студентів вищих навчальних закладів. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук.праць. 2010. №. 2 (10). С. 50-54.

25. Іванов В. Л., Фалькова Н. І. Реалізація принципів і положень Болонської декларації у навчальному процесі з фізичного виховання. Фізичне виховання студентів вищих навчальних закладів: здобутки, проблеми та шляхи їхнього вирішення у контексті вимог Болонської декларації : Матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції. К. : Національний університет «Києво-Могилянська академія», 2007. С. 18-21.

26. Іванова Г. Є. Оптимізація фізкультурно-оздоровчої роботи в технічних вищих навчальних закладах шляхом валеологічної освіти студентів : автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.02. Луцьк, 2000. 20 с.

27. Іващенко В. П., Безкопильний О. П. Теорія і методика фізичного виховання : підручник. Черкаси : Видавництво, 2006. 420 с.

28. Канішевський С., Човнюк Ю., Іванова О., Іванов Е. Порівняльний змістово-структурний аналіз систем фізичного виховання освітніх закладів: вітчизняний та зарубіжний досвід. Актуальні проблеми теорії і методики фізичного виховання: Колективна монографія / Упорядник: Ю.М. Вацеба та

інші. Львів: Редакційно-видавничий центр ЛДІФК; НВФ «Українські технології», 2005. № 4. С. 68-74.

29. Канішевський С. М. Науково-методичні та організаційні основи фізичного самовдосконалення студентства. Вид. друге, стереотип. К. : ІЗМН, 2012. 270 с.

30. Козіброцький С. П. Програмно-нормативні основи фізичного виховання студентів (історико-методологічний аналіз) : автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту : 24.00.02. Луцьк, 2002. 16 с.

31. Колеснік І., Терещенко І., Левчук Т. Формування мотивації до занять з фізичного виховання студентів закладів вищої освіти засобами гімнастики. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2022. № 1. С. 57-61.

32. Кондратенко Ю. П. Основні напрямки і перспективи багатовекторної неперервної освіти. Наукові праці : педагогічні науки. Миколаїв: Вид-во МДГУ імені Петра Могили, 2002. Вип. 7. С. 77-80.

33. Костюк Г. С. Навчально-виховний процес і психічний розвиток особистості. К., 1989. 608 с.

34. Котов Є. О. Підготовка студентів вищих закладів освіти до самостійних занять фізичними вправами : автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту : 24.00.02. Х., 2003. 20 с.

35. Кравченко Л.С., Зеленюк О. В. , Макарєня В.В. Кредитно-модульна система як форма організації навчального процесу фізичного виховання студентів. Фізичне виховання студентів вищих навчальних закладів: здобутки, проблеми та шляхи їхнього вирішення у контексті вимог Болонської декларації: Матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції. К. : Національний університет «Києво-Могилянська академія», 2007. С. 26-29.

36. Круцевич Т. Ю. Диференційований підхід у фізичному вихованні студентської молоді. Оптимізація процесу фізичного виховання в системі освіти. Тернопіль, 1997. С. 30-31.

37. Лопатін І. П. Вплив фізичних вправ різної спрямованості на розвиток фізичних якостей. Диференційований підхід в фізичному вихованні студентів педагогічних університетів. К., 2006. С. 40-57.

38. Лекційний курс з дисципліни «Фізичне виховання у закладах вищої освіти» / Укл. О.І. Булгаков, Є.І. Жуковський. Житомир: Вид-во ЖДУ ім.І.Франка, 2022. 50 с.

39. Мосейчук Ю., Королянчук А., Абдула А. Формування у студентської молоді ціннісного ставлення до здоров'я засобами фізичної культури. *Physical Culture and Sport: Scientific Perspective*. 2024. № 1(1). С. 183-187.

40. Малімон О. О. Диференційований підхід у процесі фізичного виховання студентів : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з фіз. вих. та спорту : спец. 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення». Луцьк, 1999. 19 с.

41. Мулиндіна В. М. Секційна форма фізичного виховання у закладах вищої освіти України як сучасний підхід викладання. Актуальні проблеми і перспективи розвитку фізичного виховання та спорту в закладах освіти: матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції (Кременчуцький педагогічний коледж імені А. С. Макаренка, 25 квітня 2019 року) / [редактор-упорядник: Т. В. Кулікова]. Кременчук: Методичний кабінет, 2019. С. 196-199.

42. Основи математичної статистики / Під ред. В. С. Іванова. К. : Фізична культура і спорт, 1990. 176 с.

43. Овчарук В. В., Максимчук Б. А., Баштовенко О. А., Головченко О. І., Адамчук В. В. Аксіологічні засади самовдосконалення фізичного розвитку студентської молоді в контексті сучасних освітніх інновацій. Світові тенденції. Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 5: Педагогічні науки: реалії та перспективи. 2024. Вип. 100. С. 60-64.

44. Пастушенко Г.А., Юрченко В.І. Эффект самоподготовки студентов і роль диференційованої оцінки з фізичного виховання. Теорія і практика фізичної культури. 2000. № 2. С.47-49.

45. Петренко В. Л. Концептуальні засади реалізації в Україні принципів і завдань Болонського процесу: сумісність та порівняння систем вищої освіти. Проблеми освіти : зб. наук. пр. К. : Науков-методичний центр вищої освіти, 2003. Вип. 34. С. 3-25.

46. Петренко І. Г., Гончар В. І. Аналіз напрямів модернізації фізичного виховання студентів ВНЗ. Молодий вчений. 2015. № 2 (17). С. 497-500.

47. Пилипей Л.П. Теоретико-методологічне обґрунтування процесу фізичного виховання студентів вищих навчальних закладів. Педагогіка, психологія та медикобіологічні проблеми фізичного виховання і спорту. 2013. № 2. С. 56-60.

48. Раєвський Р. Т., Канішевський С. М., Лапко В. Г. Фізичне виховання студентської молоді України у контексті Болонського процесу. Фізичне виховання студентів вищих навчальних закладів: здобутки, проблеми та шляхи їхнього вирішення у контексті вимог Болонської декларації: Матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції. К. : Національний університет «Києво-Могилянська академія», 2007. С. 44-49.

49. Рекомендації щодо організації фізичного виховання у вищих навчальних закладах. Лист МОН № 1/9-454 від 25 вересня 2015 року «Щодо організації фізичного виховання у вищих навчальних закладах» [Електронний ресурс]. - Режим доступу :<http://old.mon.gov.ua/ua/about-ministry/normative/4440>.

50. Савчук С. А. Корекція фізичного стану студентів технічних спеціальностей в процесі фізичного виховання : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з фіз. вих. та спорту : спец. 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення». Рівне, 2002. 18 с.

51. Сичов С. О. Теоретичні основи формування у студентів потреби фізичного вдосконалення. Теорія і методика фізичного виховання. 2001. № 1. С. 5-11.

52. Смірнов Ю. І. Вимірювання в спорті і проблеми його методологічного забезпечення. Теорія і практика фізичної культури. 2006. № 2. С. 48-54.

53. Стасюк Р. М. Формування мотивації в процесі занять фізичним вихованням студентів. Актуальні проблеми фізичного виховання різних верств населення: матеріали II Всеукраїнської науково-практичної конференції (Харків, 20 травня 2016 р.) [Електронний ресурс]. Харків: ХДАФК, 2016. 228 с.

54. Старєва А. М. Інтерактивна технологія навчання студентів в вищій школі. Наукові праці. Педагогічні науки. 2005. Т. 42. № 29. С. 29-32.

55. Сущенко Л. П. Професійна підготовка майбутніх фахівців фізичного виховання та спорту (теоретико-методологічний аспект) : Монографія. Запоріжжя: ЗДУ, 2003. 442 с.

56. Теорія і методика фізичного виховання: [підручник в 2 т.] / За ред. Т. Ю. Круцевич. К. :Видавництво НУФВСУ «Олімпійська література», 2008. Т.2. Методика фізичного виховання різних груп населення. 368 с.

57. Товт В., Олексіук С., Сівохоп Е. Фізичне виховання студентів з урахуванням соціально-педагогічного навантаження. Теорія і методика фізичного виховання і спорту, 2012. № 2-3. С. 74-76.

58. Третьяков М. О. Завдання кафедр фізичного виховання вищих навчальних закладів України у контексті інтеграції до європейського освітнього простору. Фізичне виховання студентів вищих навчальних закладів: здобутки, проблеми та шляхи їхнього вирішення у контексті вимог Болонської декларації : Матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції. К. : Національний університет «Києво-Могилянська академія», 2007. С. 53-57.

59. Фізичне виховання здобувачів вищої освіти засобами позааудиторної спортивно-масової роботи : [монографія] / Н. Ю. Довгань. Ірпінь : Університет ДФС України, 2020. 328 с.

60. Шиян Б. М., Папуша В. Г., Приступа Є. Н. Теорія фізичного виховання. Львів : ЛОНМІО, 1996. 220 с.

61. Шувалов Ю. М. Вплив темпераменту на ефективність навчання по плаванню студентів : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук : спец. 13.00.04 «Теорія і методика професійної освіти». Л., 2008. 20 с.

62. Хасанов М. Х., Матвієнко М. І. Формування свідомого ставлення до виконання фізичних вправ в процесі навчальних занять з дисципліни «Фізичне виховання» у студентів вищих навчальних закладів системи МВС. Вісник Чернігівського державного педагогічного університету імені Т. Г. Шевченка. 2009. № 4. С. 123-127.

63. Щербаков В. Г. Фізична культура в структурі професійної освіти. Теорія і методика фізичного виховання і спорту, 2003. С. 23-28.

64. Щербина В. А. Фізична культура студентів технічних вузів. К., 2003. 180 с.

ДОДАТКИ

Додаток А

Анкета

для студентів закладів вищої освіти

1. На якому курсі Ви навчаєтеся: 1 курс; 2 курс.
Ваш вік: Ваша стать: жіноча; чоловіча.
2. Як Ви оцінюєте свій рівень фізичного розвитку?
2.1. Високий. 2.2. Вище середнього.
2.3. Середній. 2.4. Нижче середнього.
2.5. Низький. 2.6. Важко відповісти.
3. Чи є у Вас які-небудь звички, які могли б негативно впливати на здоров'я і фізичний стан?
3.1. Палю. 3.2. Вживаю алкоголь.
3.3. Пробую наркотики. 3.4. Не хочу відповідати на це питання.
3.5. Подібних проблем не маю. 3.6. Інша відповідь _____
4. Чи займаєтеся Ви фізичними вправами самостійно?
4.1. Так, займаюся регулярно. 4.2. Займаюся, але не регулярно.
4.3. Зовсім не займаюся. 4.4. Інша відповідь _____
5. Чи займаєтеся Ви фізичними вправами організовано і систематично (у секції, клубі, фізкультурно-оздоровчому комплексі)?
5.1. Так, займаюся. Вкажіть, де і яким видом _____
5.1.2. Ні, не займаюся.
6. Чи вважаєте Ви необхідними заняття фізичними вправами?
6.1. Так. 6.2. Швидше так, ніж ні.
6.3. Швидше ні, ніж так. 6.4. Ні. 6.5. Важко відповісти.
7. Як Ви відвідуєте заняття з фізичного виховання у Вашому навчальному закладі?
7.1. Люблю й охоче займаюся. 7.2. Відвідую і займаюся, але ставлюся до них байдуже. 7.3. Прагну не відвідувати. 7.4. Інша відповідь _____
8. Які Ваші успіхи на заняттях з фізичного виховання?
8.1. Цілком справляюся із завданнями. 8.2. Справляюся, але через силу.
8.3. Не всі нормативи можу виконати. 8.4. Не справляюся з програмою.
8.5. Важко відповісти. 8.6. Інша відповідь _____
9. Як Ви ставитеся до людей, які регулярно займаються фізичними вправами і спортом?
9.1. Я ними захоплююся. 9.2. Я їх поважаю. 9.3. Ставлюся байдуже.
9.4. Я їх не розумію. 9.5. Вони у мене не викликають симпатій.
9.6. Важко відповісти. 9.7. Інша відповідь _____
10. Хотіли б Ви систематично і організовано в групі, займатися фізичними вправами?
10.1. Так, хотів би. 10.2. Швидше хотів би, ніж не хотів. 10.3. Швидше не хотів би. 10.4. Не хотів. 10.5. Важко відповісти. 10.6. Інша відповідь _____
11. Чи підтримують Ваш намір займатися фізичними вправами Ваші близькі?
11.1. Так, підтримують. 11.2. Швидше, так. 11.3. Відносяться байдуже.
11.4. Швидше, ні. 11.5. Не підтримують. 11.6. Важко відповісти.

12. Чи підтримують Ваш намір друзі?
 - 12.1. Так, підтримують. 12.2. Швидше, так. 12.3. Відносяться байдуже.
 - 12.4. Швидше, ні. 12.5. Не підтримують. 12.6. Важко відповісти.
13. Від чого Ви хотіли б позбавитися, займаючись фізичними вправами?
 - 13.1. Від шкідливих звичок. 13.2. Від відчуття невпевненості у собі.
 - 13.3. Від відчуття тривоги. 13.4. Від відчуття соромливості.
 - 13.5. Подібних проблем не маю. 13.6. Інша відповідь
14. Чи є у Вас вибір місця для занять фізичною культурою?
 - 14.1. Так. 14.2. Швидше, так. 14.3. Швидше, ні.
 - 14.4. Ні. 14.5. Важко відповісти.
15. З якою метою Ви займаєтеся в спортивних секціях або збираєтеся почати займатися?
 - 15.1. Набути поваги серед однолітків, знайомих.
 - 15.2. Набути популярності в однолітків протилежної статі.
 - 15.3. Підвищити рівень власної оцінки.
 - 15.4. Удосконалити свою статуру і фізичні якості, щоб реалізувати прагнення бути схожим на свій ідеал (реальну людину) або на певну модель поведінки, яка престижна і цінується серед однолітків, знайомих.
 - 15.5. Закріпити свій психоемоційний стан, щоб понизити або ж позбутися відчуття особистої незахищеності, невпевненості у собі.
 - 15.6. Реалізувати бажання бути першим.
 - 15.7. Зміцнити здоров'я, усунути зовнішні фізичні недоліки (виправити поставу).
16. Які потреби Ви реалізуєте в ході занять у спортивних секціях?
 - 16.1. Потребу у формуванні статури, ходи. 16.2. Потребу в зміцненні здоров'я. 16.3. Потребу в діяльності змагання.
 - 16.4. Потребу в придбанні навичок самозахисту. 16.5. Потребу відпочити, приємно провести час. 16.6. Потребу у спілкуванні.
 - 16.7. Потребу в підвищенні працездатності. 16.8. Потреба краще пізнати себе. 16.9. Інша відповідь
17. Які мотиви стали безпосередньою причиною Вашого наміру зайнятися фізичними вправами?
 - 17.1. Власне бажання. 17.2. Порада рідних. 17.3. Порада друзів.
 - 17.4. Оголошення вулицями. 17.5. Реклама в засобах масової інформації.
 - 17.6. Приклад батьків. 17.7. Приклад друзів.
18. Хто з Ваших батьків і друзів займається в спортивних секціях, клубах?
 - 18.1. Батько. 18.2. Мати. 18.3. Інші родичі.
 - 18.4. Дехто з приятелів. 18.5. Ніхто. 18.6. Важко відповісти.
19. Хто з Ваших батьків і друзів прищепив любов до занять у спортивних секціях, клубах?
 - 19.1. Батько. 19.2. Мати. 19.3. Інші родичі.
 - 19.4. Дехто з приятелів. 19.5. Ніхто. 19.6. Важко відповісти.
20. Чи маєте Ви спортивну кваліфікацію?
 - 20.1. Так. 20.2. Ні.
21. Чи мають Ваші батьки або друзі спортивну кваліфікацію?

- 21.1. Батько. 21.2. Мати. 21.3. Інші родичі.
21.4. Друзі. 21.5. Важко відповісти.
22. Хто вплинув на Вас більшою мірою щодо формування інтересу й розуміння необхідності і важливості занять фізичними вправами (можна вказати декілька джерел)?
- 22.1. Батьки. 22.2. Родичі. 22.3. Друзі. 22.4. Знайомі.
22.5. Засоби масової інформації. 22.6. Кіно- і відеопродукція.
22.7. Огляд спортивних змагань (на стадіоні; телебаченні).
23. Якщо Ви зараз займаєтеся в спортивних секціях, то чи плануєте продовжити заняття надалі?
- 23.1. Так. 23.2. Ні. 23.3. Інша відповідь _____
24. Якщо Ви зараз займаєтеся в спортивних секціях, то чи можете сказати, що заняття фізичними вправами є для Вас однією із життєвих цінностей?
- 24.1. Так. 24.2. Ні. 24.3. Інша відповідь _____
25. Чи любите Ви дивитися спортивні змагання?
- 25.1. Так, на стадіоні, в спортзалі, в басейні.
25.2. Так, по телевізору. 25.3. Не люблю.
26. Як Ви проводите своє культурне дозвілля?
- 26.1. Читання газет, журналів. 26.2. Читання художньої літератури.
26.3. Огляд телепередач. 26.4. Відвідування: - кінотеатрів.
26.5. - Інтернет-клубів і Інтернет-кафе. 26.6. - музеїв, виставок.
26.7. - концертів рок-музики. 26.8. - диско-клубів.
26.9. Заняття улюбленою справою (художня, технічна творчість, «хобі»)
26.10. Заняття комп'ютерними іграми. 26.11. Інше. Що саме? _____
27. Що Вам заважає проводити культурне дозвілля так, як хотілося б?
- 27.1. Відсутність часу. 27.2. Віддаленість установ культури від місця мешкання. 27.3. Нестача матеріальних засобів.
27.4. Невміння організовувати вільний час. 27.5. Інше. Що саме? _____
28. Хотіли б Ви у свій вільний час більше займатися фізичними вправами (самостійно, в секції)?
- 28.1. Так, самостійно. 28.2. Так, у секції.
28.3. Ні.