

Формирование позитивной мотивации как основы самосовершенствования волевых качеств студентов в процессе занятий физической культурой

Дудник И. О.

Черкасский национальный университет имени Богдана Хмельницкого

Аннотации:

Цель: теоретически обосновать и экспериментально проверить педагогические условия формирования позитивной мотивации как основы самосовершенствования волевых и физических качеств студентов в процессе занятий физической культурой. **Материал:** в эксперименте принимали участие 244 студента первого курса. В начале и в конце эксперимента оценивали уровень проявления волевых и физических качеств студентов. **Результаты:** доказана успешность волевой подготовки, если процесс воспитания воли органично согласуется с формированием позитивной мотивации и совершенствованием двигательной подготовленности. Установлено, что мотивация к занятиям физической культурой следует из различных потребностей: потребность в движении, потребность в выполнении обязанностей студента, потребность в соревновательной деятельности. **Выводы:** Предложены такие педагогические условия: применение игрового и соревновательного методов; постановка конкретных посильных для студентов задач обучения и тренировки; использование достаточного количества и соответствующего состояния спортивного оборудования и инвентаря; побуждение студентов к самостоятельным занятиям физическими упражнениями через систему поощрений.

Ключевые слова:

волевые качества, мотивация, педагогические условия, студенты.

Дудник І. О. Формування позитивної мотивації як основи самовдосконалення волевих якостей студентів у процесі занять фізичною культурою. **Мета:** теоретично обґрунтувати та експериментально перевірити педагогічні умови формування позитивної мотивації як основи самовдосконалення волевих і фізичних якостей студентів у процесі занять фізичною культурою. **Матеріал:** у експерименті брали участь 244 студенти першого курсу. На початку і в кінці експерименту оцінювали рівень прояву волевих і фізичних якостей студентів. **Результати:** доведено успішність волевої підготовки, якщо процес виховання волі органічно узгоджується з формуванням позитивної мотивації та удосконаленням рухової підготовленості. Встановлено, що мотивація до занять фізичною культурою випливає з різних потреб: потреба в русі, потреба у виконанні обов'язків студента, потреба в змагальній діяльності. **Висновки:** Запропоновані такі педагогічні умови: застосування ігрового та змагального методів; постановка конкретних посильних для студентів завдань навчання і тренування; використання достатньої кількості й відповідного стану спортивного обладнання та інвентарю; спонукання студентів до самостійних занять фізичними вправами через систему заохочень.

волеві якості, мотивація, педагогічні умови, студенти.

Dudnyk I.O. Formation of positive motivation as the basis of students will qualities' perfection in physical culture practicing. **Purpose:** to theoretically substantiate and test experimentally pedagogic conditions of positive motivation's formation as the basis for students will and physical qualities' perfection in physical culture practicing. **Material:** 244 first year students participated in experiment. At the beginning and at the end of experiment levels of manifestation of students' will and physical qualities were assessed. **Results:** we have proved successfulness of will training if this process is naturally coincides with formation of positive motivation and perfection of motor fitness. It was found that motivation for physical culture practicing result from different demands: demand in motion, demand in fulfillment of student's duties and demand in competition functioning. **Conclusions:** we have offered the following pedagogic conditions: application of game and competition methods; setting of appropriate for students tasks of training; usage of sufficient sport equipment and apparatuses; forcing of students for independent physical culture practicing through system of encouragement.

will qualities, motivation, pedagogic conditions, students.

Введение.

В воспитании активной жизненной позиции современного человека важное место занимает формирование способности к волевой регуляции деятельности. Результативность любой деятельности человека зависит от многих условий, в том числе от знаний, умений, навыков и способностей. Однако определяющими факторами активности является все-таки мотивация и воля человека. В зависимости от характера обстоятельств конкретные проявления воли определяются как волевые качества. Воля, таким образом, истолковывается как совокупность волевых качеств [3, 10, 15, 17, 19-22].

Результаты анализа литературы свидетельствуют, что направленность педагогических воздействий при формировании волевых качеств у студентов в процессе занятий физической культурой должна предусматривать решение следующих основных задач: формирование положительной мотивации, развитие интереса к занятиям, обеспечения в учебном процессе системного и постепенного повышения трудностей [7, 8, 11, 14, 23, 30-36]. Мы разделяем научные взгляды авторов [4, 9, 15, 18, 19, 24-29]: способность

© Дудник И. О., 2015

<http://dx.doi.org/10.15561/20755279.2015.0301>

к волевой активности формируется только при систематической, напряженной деятельности путем преодоления объективных и субъективных трудностей. Основными средствами формирования волевой сферы в процессе физического воспитания являются физические упражнения.

Значительный потенциал физической культуры в воспитании молодого поколения в формировании морально-волевых качеств засвидетельствовано в исследованиях [2, 18]. Показано также, что эффективность волевых действий зависят от силы мотивации [1, 10, 12, 13, 16, 44-47]. Поэтому именно мотивация к систематической, напряженной деятельности является основой для совершенствования и самосовершенствования волевых и физических качеств в процессе занятий физической культурой.

Анализ психолого-педагогической литературы подтверждает, что проблема формирования волевых качеств молодежи остается недостаточно изученной.

Цель, задачи работы, материал и методы.

Цель работы: теоретически обосновать и экспериментально проверить педагогические условия формирования позитивной мотивации как основы совершенствования волевых и физических качеств сту-

дентов в процессе занятий физической культурой.

Задачи исследования: определить показатели и уровни сформированности волевых и физических качеств студентов; оценить динамику показателей волевых и физических качеств студентов экспериментальной и контрольной групп за период эксперимента.

Методы исследования: анализ и систематизация научных данных по проблеме исследования, педагогическое наблюдение, тестирование, экспертная оценка, констатирующий и формирующий эксперименты, методы математической статистики и сравнительного анализа.

Материалы исследования: исследование проводилось в течение двух лет на базе Черкасского национального университета имени Богдана Хмельницкого. В эксперименте принимали участие студенты первого курса. Из них было сформировано экспериментальную и контрольную группы. Всего педагогическим экспериментом было охвачено 244 студента. В начале и в конце эксперимента оценивали уровень проявления волевых и физических качеств студентов.

Организация исследования: В процессе экспериментальной работы мы учитывали все основные факторы, влияющие на формирование положительной мотивации к физкультурной деятельности: содержание и организация учебного процесса, оценка учебной деятельности и создание ситуации успеха, стиль педагогической деятельности преподавателя. Принималось во внимание то, что мотивация к занятиям физической культурой следует из различных потребностей: потребность в движении, потребность в выполнении обязанностей студента, потребность в соревновательной деятельности.

В процессе проведения занятий по физической культуре широко применяли поощрения положительными оценками деятельности студентов. С целью обеспечения эффективности поощрения студентов преподаватель придерживался следующих требований:

- применял дифференцированный подход, при котором отстающие студенты поощрялись даже за незначительные успехи;
- следовал публичности в поощрениях;
- находил объективные основания для поощрения как можно большего количества студентов;
- аргументировал каждое поощрение и сопровождал его указаниями на то, что можно и нужно сделать лучше;
- достигал того, чтобы поощрение было как можно более конкретным и объективным;
- добивался обоснованности и справедливости поощрения с тем, чтобы оно способствовало выполнению студентами задач и проявления в них трудолюбия, инициативности, организованности, терпения и других положительных качеств.

Итак, педагогическими условиями, которые играют ведущую роль в формировании у студентов интереса и мотивации к занятиям физической культурой являются:

- применение игрового и соревновательного мето-

дов;

- постановка конкретных посылных для студентов задач обучения и тренировки;
- использование достаточного количества и соответствующего состояния спортивного оборудования и инвентаря;
- побуждение студентов к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, применяя систему поощрений.

Преподаватели физической культуры при работе со студентами экспериментальной группы получили детальное объяснение содержания эксперимента и методические рекомендации по формированию волевых качеств студентов в процессе занятий физической культурой.

Результаты исследования.

Уровень сформированности волевых качеств у студентов (терпеливости, организованности, инициативности на занятиях физической культуры) определялся с помощью экспертной оценки по методикам Б. Смирнова и А. Высоцкого в нашей модификации.

Выбор в качестве показателей именно таких волевых качеств (терпение, организованность, инициативность) определялся их характеристикой.

Терпеливость отражает специфические проявления волевых напряжений, направленных на преодоление состояний, которые препятствуют продолжению физической работы. Она начинает проявляться с того момента, когда человек встречается с внутренней препятствием физиологического характера (неблагоприятным состоянием), начинает преодолевать и переживать внутренние трудности.

Инициативность рассматривается как волевая характеристика поведения человека, как способность самостоятельно ставить перед собой задачи и без напоминания и побуждений выполнять их, творчески относиться к любой деятельности. Инициативность является частным случаем проявления самостоятельности.

Организованность связана и с дисциплинированностью, с планированием своих действий и средств, необходимых для достижения цели. Таким образом, проявление организованности и инициативности обеспечиваются длительным состоянием внутреннего напряжения и тесно взаимосвязаны со многими другими волевыми качествами.

По результатам экспертной оценки студенты экспериментальной и контрольной групп были разделены на три условные группы: с высоким, средним и низким уровнями сформированности волевых качеств студентов в процессе занятий физической культурой (табл. 1).

Результаты констатирующего эксперимента свидетельствуют, что уровень сформированности волевых качеств в контрольной и экспериментальной группах находился почти на одинаковом уровне.

За период эксперимента у студентов экспериментальной группы наблюдается существенный прирост показателей сформированности волевых качеств в

Динамика уровней сформированности волевых качеств студентов контрольной и экспериментальной групп за период эксперимента (%)

№ п/п	Волевые качества	До эксперимента						После эксперимента					
		Уровни											
		Высокий		Средний		Низкий		Высокий		Средний		Низкий	
		К	Э	К	Э	К	Э	К	Э	К	Э	К	Э
1.	Терпеливость	13,7	13,6	61,9	61,8	24,4	24,6	18,1	28,1	59,0	55,3	22,9	16,6
2.	Инициативность	14,7	14,1	63,0	63,3	22,3	22,6	18,4	31,2	61,8	54,7	19,8	14,1
3.	Организованность	14,2	13,8	62,8	64,5	23,0	21,7	17,4	29,2	61,1	55,0	21,5	15,8
4.	В общем	14,2	13,8	62,6	63,2	23,2	23,0	18,0	29,5	60,6	55,0	21,4	15,5

процессе занятий физической культурой. У студентов контрольной группы за два года эти показатели почти не изменились. Полученные данные свидетельствуют о возможности существенного повышения уровня проявления волевых качеств у студентов за период эксперимента.

Также оценивались изменения в физической подготовленности студентов. В экспериментальной группе за период эксперимента наблюдается более существенный прирост показателей, чем в контрольной группе. Это свидетельствует о том, что практическое воплощение основных положений данной работы в практику физического воспитания высших учебных заведений: формирование у студентов положительной мотивации к физкультурно-спортивной деятельности существенно влияет на повышение уровня волевых и физических качеств. Фактически, можно говорить о существенном повышении эффективности учебного процесса с решением образовательных, воспитательных и оздоровительных задач.

Дискуссия.

Полученные результаты исследования указывают на значимость формирования положительной мотивации и интереса к занятиям физической культурой и обеспечения в учебном процессе системного и постепенного повышения трудностей, подтверждается и другими исследователями [4, 6, 8, 9, 14, 15, 18, 19, 36-43]. Доказано, что волевая подготовка осуществляется успешно, если процесс воспитания воли органично сочетается с формированием положительной мотивации и совершенствованием двигательной подготовленности.

Результаты исследования указывают на целесообразность внедрения в образовательный процесс предложенных педагогических условий формирования положительной мотивации, как основы совершенствования волевых и физических качеств студентов в процессе занятий физической культурой.

Выводы.

1. Для повышения эффективности процесса формирования у студентов интереса и мотивации, как основы совершенствования волевой и физической

подготовленности предложены следующие педагогические условия:

- применение игрового и соревновательного методов,
- постановка конкретных посильных для студентов задач обучения и тренировки,
- использование достаточного количества и соответствующего состояния спортивного оборудования и инвентаря,
- побуждение студентов к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, применяя систему поощрений.

2. Результаты проведенного двухлетнего формирования педагогического эксперимента показали: волевая подготовка осуществляется успешно, если процесс воспитания воли органично сочетается с формированием положительной мотивации и совершенствованием двигательной подготовленности студентов.

3. Экспериментальная работа подтвердила эффективность разработанных в ходе исследования педагогических условий и методических приемов формирования положительной мотивации, как основы совершенствования волевых и физических качеств студентов в процессе занятий физической культурой.

Перспективой дальнейшего исследования является изучение специфики проявления и формирования у студентов волевых качеств в процессе преимущественного развития конкретных физических способностей; совершенствование методики диагностики волевых качеств.

Благодарности.

Данная работа является составной частью темы: «Педагогические основы физического и военно-патриотического воспитания детей и молодежи в современных условиях», государственный регистрационный номер 0198U008173 и входит в тематический план НИР Института проблем воспитания АПН Украины.

Конфликт интересов.

Автор заявляет, что не существует никакого конфликта интересов.

Литература:

1. Артюшенко О. Ф. Мотив досягнення та теоретичне обґрунтування його структурних компонентів / О. Ф. Артюшенко, Д. Л. Нечипоренко. // Слобожанський науково-спортивний вісник. – 2013. – №5. – С. 25–28.
2. Артюшенко О. Ф. Педагогічні умови формування мотивів фізичного вдосконалення підлітків на уроках фізичної культури / О. Ф. Артюшенко, Л. А. Нечипоренко, П. О. Артюшенко // Теорія та методика фізичного виховання. – Харків, 2006. – № 2 (22). – С. 26–31.
3. Бабаян К. Л. Анализ структуры волевых качеств и особенности их проявления в процессе воспитания спортсменов : дис. ... канд. пед. наук : спец. 13.00.04 „Теория и методика физического воспитания и спортивной тренировки” / К. Л. Бабаян. – М., 1970. – 206 с.
4. Бех І. Д. Виховання особистості / І. Д. Бех. – К., 2003. – Т. 1. – 280 с.
5. Высоцкий А. И. Возрастная динамика волевой активности школьников и методы ее изучения : автореф. дис. ... д-ра психолог. наук : спец. 19.00.07 „Педагогическая и возрастная психология” / Алексей Иванович Высоцкий. – Л, 1982. – 46 с.
6. Дудник І. О. Готовність підлітків до волевих напружень і педагогічні умови її формування у процесі фізичного виховання в загальноосвітній школі / І. О. Дудник // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – Харків, 2011. – № 4. – С. 68–72.
7. Гринько В. М. Ставлення студентів до фізичного виховання і здорового способу життя та їх самооцінка рівня фізичної підготовленості / Гринько В. М. // Слобожанський науково-спортивний вісник. – 2015. – № 1 (45). – С. 55–59.
8. Ермаков С. С. Особенности мотивации студентов к применению индивидуальных программ физической самоподготовки / С. С. Ермаков, С. Н. Иващенко, В. В. Гузов // Педагогика, психология и медико-биологические проблемы физического воспитания и спорту. – Харьков, 2012. – № 4. – С. 59–61.
9. Ильин Е. П. Психология воли / Е. П. Ильина. – Санкт-Петербург, 2000. – 288 с.
10. Калин В. К. Волевая регуляция деятельности : автореф. дис. ... д-ра психолог. наук : спец. 19.00.01 „Общая психология и история психологии” / Владимир Константинович Калин. – Тбилиси, 1989. – 37 с.
11. Мунтян В. С. Мотиваційно-ціннісне ставлення студентів до здорового способу життя і фізичного виховання / В. С. Мунтян // Науковий часопис. – К., 2013. – № 5(30)13. – С. 108–113.
12. Нечипоренко Д. Л. Мотив досягнення та деякі теоретичні й методичні аспекти його формування в підлітків засобами фізичної культури / Д. Л. Нечипоренко. // Науковий часопис. – К., 2014. – № 3. – С. 196–199.
13. Нечипоренко Д. Л. Педагогічні умови формування мотиву досягнення в підлітків засобами фізичної культури / Д. Л. Нечипоренко, А. О. Артюшенко. // Ключевые вопросы в современной науке. – 2014. – №16. – С. 57–61.
14. Нечипоренко Л. А. Педагогічні умови забезпечення особистісних досягнень підлітків засобами фізичної культури : автореф. дис. ... канд. пед. наук : спец. 13.00.07 „Теорія і методика виховання” / Леонід Анатолійович Нечипоренко. – К., 2009. – 19 с.
15. Пуни А. Ц. Психологические основы волевой подготовки в спорте / А. Ц. Пуни. – М. : Физкультура и спорт, 1977.

References:

1. Artiushenko OF, Nechiporenko DL. Motiv dosiagnennia ta teoretichne obgruntuвання jogo strukturikh komponentiv [Motive for achievement and theoretical substantiation of its structural components]. *Slobozhans'kij naukovo-sportivnij visnik* 2013;5: 25–28. (in Ukrainian)
2. Artiushenko OF, Nechiporenko LA, Artiushenko PO. Pedagogichni umovi formuvannia motiviv fizichnogo vdoskonalennia pidlitkiv na urokakh fizichnoi kul'turi [Pedagogic conditions of formation of physical training motives for adolescents' perfection at physical culture lessons]. *Teoriia ta metodika fizichnogo vikhovannia* 2006;2(22):26–31. (in Ukrainian)
3. Babaian KL. *Analiz struktury volevykh kachestv i osobennosti ikh proiavlennia v processe vospitaniia sportsmenov. Cand. Diss.* [Analysis of will qualities' structure and their manifestation in process of sportsmen's education. Cand. Diss.], Moscow; 1970 (in Russian)
4. Bekh ID. *Vikhovannia osobistosti* [Education of personality], Kiev, 2003;1:280 (in Russian)
5. Vysockij AI. *Vozrastnaia dinamika volevoj aktivnosti shkol'nikov i metody ee izuchenia. Dokt. Diss.* [Age dynamic of school children's will functioning and methods of its studying. Dokt. Diss.], Leningrad; 1982 (in Russian)
6. Dudnik IO. *Gotovnist' pidlitkiv do vol'ovikh napruzhen' i pedagogichni umovi ii formuvannia u procesi fizichnogo vikhovannia v zagal'noosvitnij shkoli* [Adolescents' fitness for will tensions and pedagogic conditions of its formation in physical education at comprehensive schools]. *Pedagogics, psychology, medical-biological problems of physical training and sports* 2011;4:68–72. (in Ukrainian)
7. Grin'ko VM. *Stavlennia studentiv do fizichnogo vikhovannia i zdorovogo sposobu zhittia ta ikh samoocinka rivnia fizichnoi pidgotovlenosti* [Students' attitude to physical education and healthy life style and their self-assessment of own physical fitness]. *Slobozhans'kij naukovo-sportivnij visnik* 2015;1(45):55–59. (in Ukrainian)
8. Iermakov SS, Ivashchenko PI, Guзов VV. Features of motivation of students to application of individual programs of physical self-preparation. *Physical Education of Students* 2012;4:59 - 61. (in Russian)
9. Il'in EP. *Psikhologiia voli* [Psychology of will], Sankt Petersburg; 2000 (in Russian)
10. Kalin VK. *Volevaia reguliatsiia deiatel'nosti. Dokt. Diss.* [Will regulation of functioning. Dokt. Diss.], Tbilisi; 1989 (in Russian)
11. Muntian VS. *Motivacijno-cinnisne stavlennia studentiv do zdorovogo sposobu zhittia i fizichnogo vikhovannia* [Students' motivation-value attitude to healthy life style and physical education]. *Naukovij chasopis* 2013;5(30)13: 108–113. (in Ukrainian)
12. Nechiporenko DL. *Motiv dosiagnennia ta deiki teoretichni j metodichni aspekti jogo formuvannia v pidlitkiv zasobami fizichnoi kul'turi* [Motive of achievement and some theoretical and methodic aspects of its formation in adolescents by means of physical culture]. *Naukovij chasopis* 2014;3: 196–199. (in Ukrainian)
13. Nechiporenko DL, Artiushenko AO. *Pedagogichni umovi formuvannia motivu dosiagnennia v pidlitkiv zasobami fizichnoi kul'turi* [Pedagogic conditions of formation of adolescents' motive of achievement by means of physical culture]. *Kliuchevye voprosy v sovremennoj nauke* 2014;16:57–61. (in Ukrainian)
14. Nechiporenko LA. *Pedagogichni umovi zabezpechennia osobistisnikh dosiagnen' pidlitkiv zasobami fizichnoi*

- 96 с.
16. Рудик П. А. Психология / П. А. Рудик. – М. : ФИС, 1964. – 448с.
17. Смирнов Б. Н. Психологические основы воспитания воли в физическом воспитании и спорте // Психология / Под ред. А. Ц. Пуни. – М. : ФИС, 1984. – С. 41–52.
18. Шайхтдинов Р. З. Личность и волевая готовность в спорте / Р. З. Шайхтдинов. – М. : Физкультура и спорт, 1987. – 112 с.
19. Шульга Т. И. Становление волевой регуляции в онтогенезе : автореф. дис. ... д-ра психолог. наук : спец. 19.00.07 „Педагогическая и возрастная психология” / Татьяна Ивановна Шульга. – М., 1994. – 42 с.
20. Aragonés D. et al. Fluctuating dynamics of perceived exertion in constant-power exercise // *Psychology of Sport and Exercise*. 2013. Vol. 14, № 6. P. 796–803.
21. Balagué N. et al. Intentional thought dynamics during exercise performed until volitional exhaustion // *Journal of Sports Sciences*. 2014. Vol. 33, № 1. P. 48–57.
22. Balish S.M., Eys M.A., Schulte-Hostedde A.I. Evolutionary sport and exercise psychology: Integrating proximate and ultimate explanations // *Psychology of Sport and Exercise*. 2013. Vol. 14, № 3. P. 413–422.
23. Biddle S.J., Wang C.J., Chatzisarantis N.L., Spray C.M. Motivation for physical activity in young people: entity and incremental beliefs about athletic ability. *Journal of Sports Sciences*. 2003, vol.21(12), pp. 973-989. <http://dx.doi.org/10.1080/02640410310001641377>.
24. Chatzisarantis N.L.D. et al. Influences of volitional and forced intentions on physical activity and effort within the theory of planned behaviour // *Journal of Sports Sciences*. 2007. Vol. 25, № 6. P. 699–709.
25. Chatzisarantis N.L.D., Hagger M.S. The moral worth of sport reconsidered: Contributions of recreational sport and competitive sport to life aspirations and psychological well-being // *Journal of Sports Sciences*. 2007. Vol. 25, № 9. P. 1047–1056.
26. Cook C.J., Beaven C.M. Salivary testosterone is related to self-selected training load in elite female athletes // *Physiology & Behavior*. 2013. Vol. 116–117, № 0. P. 8–12.
27. Curran T. et al. The mediating role of psychological need satisfaction in relationships between types of passion for sport and athlete burnout // *Journal of Sports Sciences*. 2012. Vol. 31, № 6. P. 597–606.
28. Funk D.C., James J. The Psychological Continuum Model: A Conceptual Framework for Understanding an Individual’s Psychological Connection to Sport // *Sport Management Review*. 2001. Vol. 4, № 2. P. 119–150.
29. Goldsmith A.L., Walker M. The NASCAR experience: Examining the influence of fantasy sport participation on “non-fans” // *Sport Management Review*. 2015. Vol. 18, № 2. P. 231–243.
30. Gruzhevsky V. Appropriateness of the use of innovative technologies in the formation of personality oriented motivation of students to physical education. *Pedagogics, Psychology, Medical-Biological Problems of Physical Training and Sports*. 2014, vol.3, pp. 19-24. <http://dx.doi.org/10.6084/m9.figshare.936958>.
31. Gucciardi D.F., Jackson B. Understanding sport continuation: An integration of the theories of planned behaviour and basic psychological needs // *Journal of Science and Medicine in Sport*. 2015. Vol. 18, № 1. P. 31–36.
32. Iermakova T.S. Forming a health culture of future teachers in Polish educational establishments. *Physical Education of Students*, 2014, vol.5, pp. 14-19. <http://dx.doi.org/10.6084/m9.figshare.936958>.
33. Iermakova T.S. Forming a health culture of future teachers in Polish educational establishments. *Physical Education of Students*, 2014, vol.5, pp. 14-19. <http://dx.doi.org/10.6084/m9.figshare.936958>.
34. Iermakova T.S. Forming a health culture of future teachers in Polish educational establishments. *Physical Education of Students*, 2014, vol.5, pp. 14-19. <http://dx.doi.org/10.6084/m9.figshare.936958>.
35. Iermakova T.S. Forming a health culture of future teachers in Polish educational establishments. *Physical Education of Students*, 2014, vol.5, pp. 14-19. <http://dx.doi.org/10.6084/m9.figshare.936958>.
36. Iermakova T.S. Forming a health culture of future teachers in Polish educational establishments. *Physical Education of Students*, 2014, vol.5, pp. 14-19. <http://dx.doi.org/10.6084/m9.figshare.936958>.
37. Iermakova T.S. Forming a health culture of future teachers in Polish educational establishments. *Physical Education of Students*, 2014, vol.5, pp. 14-19. <http://dx.doi.org/10.6084/m9.figshare.936958>.
38. Iermakova T.S. Forming a health culture of future teachers in Polish educational establishments. *Physical Education of Students*, 2014, vol.5, pp. 14-19. <http://dx.doi.org/10.6084/m9.figshare.936958>.
39. Iermakova T.S. Forming a health culture of future teachers in Polish educational establishments. *Physical Education of Students*, 2014, vol.5, pp. 14-19. <http://dx.doi.org/10.6084/m9.figshare.936958>.
40. Iermakova T.S. Forming a health culture of future teachers in Polish educational establishments. *Physical Education of Students*, 2014, vol.5, pp. 14-19. <http://dx.doi.org/10.6084/m9.figshare.936958>.
41. Iermakova T.S. Forming a health culture of future teachers in Polish educational establishments. *Physical Education of Students*, 2014, vol.5, pp. 14-19. <http://dx.doi.org/10.6084/m9.figshare.936958>.
42. Iermakova T.S. Forming a health culture of future teachers in Polish educational establishments. *Physical Education of Students*, 2014, vol.5, pp. 14-19. <http://dx.doi.org/10.6084/m9.figshare.936958>.
43. Iermakova T.S. Forming a health culture of future teachers in Polish educational establishments. *Physical Education of Students*, 2014, vol.5, pp. 14-19. <http://dx.doi.org/10.6084/m9.figshare.936958>.
44. Iermakova T.S. Forming a health culture of future teachers in Polish educational establishments. *Physical Education of Students*, 2014, vol.5, pp. 14-19. <http://dx.doi.org/10.6084/m9.figshare.936958>.
45. Iermakova T.S. Forming a health culture of future teachers in Polish educational establishments. *Physical Education of Students*, 2014, vol.5, pp. 14-19. <http://dx.doi.org/10.6084/m9.figshare.936958>.
46. Iermakova T.S. Forming a health culture of future teachers in Polish educational establishments. *Physical Education of Students*, 2014, vol.5, pp. 14-19. <http://dx.doi.org/10.6084/m9.figshare.936958>.
47. Iermakova T.S. Forming a health culture of future teachers in Polish educational establishments. *Physical Education of Students*, 2014, vol.5, pp. 14-19. <http://dx.doi.org/10.6084/m9.figshare.936958>.
48. Iermakova T.S. Forming a health culture of future teachers in Polish educational establishments. *Physical Education of Students*, 2014, vol.5, pp. 14-19. <http://dx.doi.org/10.6084/m9.figshare.936958>.
49. Iermakova T.S. Forming a health culture of future teachers in Polish educational establishments. *Physical Education of Students*, 2014, vol.5, pp. 14-19. <http://dx.doi.org/10.6084/m9.figshare.936958>.
50. Iermakova T.S. Forming a health culture of future teachers in Polish educational establishments. *Physical Education of Students*, 2014, vol.5, pp. 14-19. <http://dx.doi.org/10.6084/m9.figshare.936958>.
51. Iermakova T.S. Forming a health culture of future teachers in Polish educational establishments. *Physical Education of Students*, 2014, vol.5, pp. 14-19. <http://dx.doi.org/10.6084/m9.figshare.936958>.
52. Iermakova T.S. Forming a health culture of future teachers in Polish educational establishments. *Physical Education of Students*, 2014, vol.5, pp. 14-19. <http://dx.doi.org/10.6084/m9.figshare.936958>.
53. Iermakova T.S. Forming a health culture of future teachers in Polish educational establishments. *Physical Education of Students*, 2014, vol.5, pp. 14-19. <http://dx.doi.org/10.6084/m9.figshare.936958>.
54. Iermakova T.S. Forming a health culture of future teachers in Polish educational establishments. *Physical Education of Students*, 2014, vol.5, pp. 14-19. <http://dx.doi.org/10.6084/m9.figshare.936958>.
55. Iermakova T.S. Forming a health culture of future teachers in Polish educational establishments. *Physical Education of Students*, 2014, vol.5, pp. 14-19. <http://dx.doi.org/10.6084/m9.figshare.936958>.
56. Iermakova T.S. Forming a health culture of future teachers in Polish educational establishments. *Physical Education of Students*, 2014, vol.5, pp. 14-19. <http://dx.doi.org/10.6084/m9.figshare.936958>.
57. Iermakova T.S. Forming a health culture of future teachers in Polish educational establishments. *Physical Education of Students*, 2014, vol.5, pp. 14-19. <http://dx.doi.org/10.6084/m9.figshare.936958>.
58. Iermakova T.S. Forming a health culture of future teachers in Polish educational establishments. *Physical Education of Students*, 2014, vol.5, pp. 14-19. <http://dx.doi.org/10.6084/m9.figshare.936958>.
59. Iermakova T.S. Forming a health culture of future teachers in Polish educational establishments. *Physical Education of Students*, 2014, vol.5, pp. 14-19. <http://dx.doi.org/10.6084/m9.figshare.936958>.
60. Iermakova T.S. Forming a health culture of future teachers in Polish educational establishments. *Physical Education of Students*, 2014, vol.5, pp. 14-19. <http://dx.doi.org/10.6084/m9.figshare.936958>.
61. Iermakova T.S. Forming a health culture of future teachers in Polish educational establishments. *Physical Education of Students*, 2014, vol.5, pp. 14-19. <http://dx.doi.org/10.6084/m9.figshare.936958>.
62. Iermakova T.S. Forming a health culture of future teachers in Polish educational establishments. *Physical Education of Students*, 2014, vol.5, pp. 14-19. <http://dx.doi.org/10.6084/m9.figshare.936958>.
63. Iermakova T.S. Forming a health culture of future teachers in Polish educational establishments. *Physical Education of Students*, 2014, vol.5, pp. 14-19. <http://dx.doi.org/10.6084/m9.figshare.936958>.
64. Iermakova T.S. Forming a health culture of future teachers in Polish educational establishments. *Physical Education of Students*, 2014, vol.5, pp. 14-19. <http://dx.doi.org/10.6084/m9.figshare.936958>.
65. Iermakova T.S. Forming a health culture of future teachers in Polish educational establishments. *Physical Education of Students*, 2014, vol.5, pp. 14-19. <http://dx.doi.org/10.6084/m9.figshare.936958>.
66. Iermakova T.S. Forming a health culture of future teachers in Polish educational establishments. *Physical Education of Students*, 2014, vol.5, pp. 14-19. <http://dx.doi.org/10.6084/m9.figshare.936958>.
67. Iermakova T.S. Forming a health culture of future teachers in Polish educational establishments. *Physical Education of Students*, 2014, vol.5, pp. 14-19. <http://dx.doi.org/10.6084/m9.figshare.936958>.
68. Iermakova T.S. Forming a health culture of future teachers in Polish educational establishments. *Physical Education of Students*, 2014, vol.5, pp. 14-19. <http://dx.doi.org/10.6084/m9.figshare.936958>.
69. Iermakova T.S. Forming a health culture of future teachers in Polish educational establishments. *Physical Education of Students*, 2014, vol.5, pp. 14-19. <http://dx.doi.org/10.6084/m9.figshare.936958>.
70. Iermakova T.S. Forming a health culture of future teachers in Polish educational establishments. *Physical Education of Students*, 2014, vol.5, pp. 14-19. <http://dx.doi.org/10.6084/m9.figshare.936958>.
71. Iermakova T.S. Forming a health culture of future teachers in Polish educational establishments. *Physical Education of Students*, 2014, vol.5, pp. 14-19. <http://dx.doi.org/10.6084/m9.figshare.936958>.
72. Iermakova T.S. Forming a health culture of future teachers in Polish educational establishments. *Physical Education of Students*, 2014, vol.5, pp. 14-19. <http://dx.doi.org/10.6084/m9.figshare.936958>.
73. Iermakova T.S. Forming a health culture of future teachers in Polish educational establishments. *Physical Education of Students*, 2014, vol.5, pp. 14-19. <http://dx.doi.org/10.6084/m9.figshare.936958>.
74. Iermakova T.S. Forming a health culture of future teachers in Polish educational establishments. *Physical Education of Students*, 2014, vol.5, pp. 14-19. <http://dx.doi.org/10.6084/m9.figshare.936958>.
75. Iermakova T.S. Forming a health culture of future teachers in Polish educational establishments. *Physical Education of Students*, 2014, vol.5, pp. 14-19. <http://dx.doi.org/10.6084/m9.figshare.936958>.
76. Iermakova T.S. Forming a health culture of future teachers in Polish educational establishments. *Physical Education of Students*, 2014, vol.5, pp. 14-19. <http://dx.doi.org/10.6084/m9.figshare.936958>.
77. Iermakova T.S. Forming a health culture of future teachers in Polish educational establishments. *Physical Education of Students*, 2014, vol.5, pp. 14-19. <http://dx.doi.org/10.6084/m9.figshare.936958>.
78. Iermakova T.S. Forming a health culture of future teachers in Polish educational establishments. *Physical Education of Students*, 2014, vol.5, pp. 14-19. <http://dx.doi.org/10.6084/m9.figshare.936958>.
79. Iermakova T.S. Forming a health culture of future teachers in Polish educational establishments. *Physical Education of Students*, 2014, vol.5, pp. 14-19. <http://dx.doi.org/10.6084/m9.figshare.936958>.
80. Iermakova T.S. Forming a health culture of future teachers in Polish educational establishments. *Physical Education of Students*, 2014, vol.5, pp. 14-19. <http://dx.doi.org/10.6084/m9.figshare.936958>.
81. Iermakova T.S. Forming a health culture of future teachers in Polish educational establishments. *Physical Education of Students*, 2014, vol.5, pp. 14-19. <http://dx.doi.org/10.6084/m9.figshare.936958>.
82. Iermakova T.S. Forming a health culture of future teachers in Polish educational establishments. *Physical Education of Students*, 2014, vol.5, pp. 14-19. <http://dx.doi.org/10.6084/m9.figshare.936958>.
83. Iermakova T.S. Forming a health culture of future teachers in Polish educational establishments. *Physical Education of Students*, 2014, vol.5, pp. 14-19. <http://dx.doi.org/10.6084/m9.figshare.936958>.
84. Iermakova T.S. Forming a health culture of future teachers in Polish educational establishments. *Physical Education of Students*, 2014, vol.5, pp. 14-19. <http://dx.doi.org/10.6084/m9.figshare.936958>.
85. Iermakova T.S. Forming a health culture of future teachers in Polish educational establishments. *Physical Education of Students*, 2014, vol.5, pp. 14-19. <http://dx.doi.org/10.6084/m9.figshare.936958>.
86. Iermakova T.S. Forming a health culture of future teachers in Polish educational establishments. *Physical Education of Students*, 2014, vol.5, pp. 14-19. <http://dx.doi.org/10.6084/m9.figshare.936958>.
87. Iermakova T.S. Forming a health culture of future teachers in Polish educational establishments. *Physical Education of Students*, 2014, vol.5, pp. 14-19. <http://dx.doi.org/10.6084/m9.figshare.936958>.
88. Iermakova T.S. Forming a health culture of future teachers in Polish educational establishments. *Physical Education of Students*, 2014, vol.5, pp. 14-19. <http://dx.doi.org/10.6084/m9.figshare.936958>.
89. Iermakova T.S. Forming a health culture of future teachers in Polish educational establishments. *Physical Education of Students*, 2014, vol.5, pp. 14-19. <http://dx.doi.org/10.6084/m9.figshare.936958>.
90. Iermakova T.S. Forming a health culture of future teachers in Polish educational establishments. *Physical Education of Students*, 2014, vol.5, pp. 14-19. <http://dx.doi.org/10.6084/m9.figshare.936958>.
91. Iermakova T.S. Forming a health culture of future teachers in Polish educational establishments. *Physical Education of Students*, 2014, vol.5, pp. 14-19. <http://dx.doi.org/10.6084/m9.figshare.936958>.
92. Iermakova T.S. Forming a health culture of future teachers in Polish educational establishments. *Physical Education of Students*, 2014, vol.5, pp. 14-19. <http://dx.doi.org/10.6084/m9.figshare.936958>.
93. Iermakova T.S. Forming a health culture of future teachers in Polish educational establishments. *Physical Education of Students*, 2014, vol.5, pp. 14-19. <http://dx.doi.org/10.6084/m9.figshare.936958>.
94. Iermakova T.S. Forming a health culture of future teachers in Polish educational establishments. *Physical Education of Students*, 2014, vol.5, pp. 14-19. <http://dx.doi.org/10.6084/m9.figshare.936958>.
95. Iermakova T.S. Forming a health culture of future teachers in Polish educational establishments. *Physical Education of Students*, 2014, vol.5, pp. 14-19. <http://dx.doi.org/10.6084/m9.figshare.936958>.
96. Iermakova T.S. Forming a health culture of future teachers in Polish educational establishments. *Physical Education of Students*, 2014, vol.5, pp. 14-19. <http://dx.doi.org/10.6084/m9.figshare.936958>.
97. Iermakova T.S. Forming a health culture of future teachers in Polish educational establishments. *Physical Education of Students*, 2014, vol.5, pp. 14-19. <http://dx.doi.org/10.6084/m9.figshare.936958>.
98. Iermakova T.S. Forming a health culture of future teachers in Polish educational establishments. *Physical Education of Students*, 2014, vol.5, pp. 14-19. <http://dx.doi.org/10.6084/m9.figshare.936958>.
99. Iermakova T.S. Forming a health culture of future teachers in Polish educational establishments. *Physical Education of Students*, 2014, vol.5, pp. 14-19. <http://dx.doi.org/10.6084/m9.figshare.936958>.
100. Iermakova T.S. Forming a health culture of future teachers in Polish educational establishments. *Physical Education of Students*, 2014, vol.5, pp. 14-19. <http://dx.doi.org/10.6084/m9.figshare.936958>.

- org/10.15561/20755279.2014.0503
33. Keil D. et al. Theory and practice in sport psychology and motor behaviour needs to be constrained by integrative modelling of brain and behaviour // *Journal of Sports Sciences*. 2000. Vol. 18, № 6. P. 433–443.
 34. Krämer L.V. et al. Correlates of reduced exercise behaviour in depression: The role of motivational and volitional deficits // *Psychology & Health*. 2014. Vol. 29, № 10. P. 1206–1225.
 35. Maksimuk O.V., Vrublevskiy E.P., Lin Wang, Students' motivation to study Chinese recreational gymnastics classes wushu. *Physical Education of Students*, 2014, vol.3, pp. 40–43. <http://dx.doi.org/10.6084/m9.figshare.974479>
 36. Maslow A. *Motivation and personality*. New York, Harper Row, 1987, 200 p.
 37. Mohiyeddini C., Pauli R., Bauer S. The role of emotion in bridging the intention–behaviour gap: The case of sports participation // *Psychology of Sport and Exercise*. 2009. Vol. 10, № 2. P. 226–234.
 38. Pelletier L.G. et al. Validation of the revised sport motivation scale (SMS-II) // *Psychology of Sport and Exercise*. 2013. Vol. 14, № 3. P. 329–341.
 39. Ryba T.V., Stambulova N.B., Wrisberg C.A. Forward to the past: Puni's model of volitional preparation in sport // *International Journal of Sport and Exercise Psychology*. 2009. Vol. 7, № 3. P. 275–291.
 40. Sarkar M., Fletcher D. Psychological resilience in sport performers: a review of stressors and protective factors // *Journal of Sports Sciences*. 2014. Vol. 32, № 15. P. 1419–1434.
 41. Silva K.S. et al. Which social support and psychological factors are associated to active commuting to school? // *Preventive Medicine*. 2014. Vol. 63, № 0. P. 20–23.
 42. Soenens B., Vansteenkiste M. A theoretical upgrade of the concept of parental psychological control: Proposing new insights on the basis of self-determination theory // *Developmental Review*. 2010. Vol. 30, № 1. P. 74–99.
 43. Stambulova N.B., Wrisberg C.A., Ryba T.V. A Tale of Two Traditions in Applied Sport Psychology: The Heyday of Soviet Sport and Wake-Up Calls for North America // *Journal of Applied Sport Psychology*. 2006. Vol. 18, № 3. P. 173–184.
 44. Standage M., Gillison F. Students' motivational responses toward school physical education and their relationship to general self-esteem and health-related quality of life. *Psychology of Sport and Exercise*. 2007, vol.8(5), pp. 704–721. <http://dx.doi.org/10.1016/j.psychsport.2006.12.004>.
 45. Tessier D., Sarrazin P., Ntoumanis N. The effect of an intervention to improve newly qualified teachers' interpersonal style, students motivation and psychological need satisfaction in sport-based physical education // *Contemporary Educational Psychology*. 2010. Vol. 35, № 4. P. 242–253.
 46. Tessier D., Sarrazin P., Ntoumanis N. The effect of an intervention to improve newly qualified teachers' interpersonal style, students motivation and psychological need satisfaction in sport-based physical education. *Contemporary Educational Psychology*. 2010, vol.35(4), pp. 242–253. <http://dx.doi.org/10.1016/j.cedpsych.2010.05.005>.
 47. Wong C.-Y., Tang C.S.-K. Practice of habitual and volitional health behaviors to prevent severe acute respiratory syndrome among Chinese adolescents in Hong Kong // *Journal of Adolescent Health*. 2005. Vol. 36, № 3. P. 193–200.
 32. Iermakova TS. Forming a health culture of future teachers in Polish educational establishments. *Physical Education of Students* 2014;5:14–19. <http://dx.doi.org/10.15561/20755279.2014.0503>
 33. Keil D, Holmes P, Bennett S, Davids K, Smith N. Theory and practice in sport psychology and motor behaviour needs to be constrained by integrative modelling of brain and behaviour. *Journal of Sports Sciences*. 2000;18(6):433–43.
 34. Krämer LV, Helmes AW, Seelig H, Fuchs R, Bengel J. Correlates of reduced exercise behaviour in depression: The role of motivational and volitional deficits. *Psychology & Health*. 2014;29(10):1206–25.
 35. Maksimuk OV, Vrublevskiy EP, Lin Wang, Students' motivation to study Chinese recreational gymnastics classes wushu. *Physical Education of Students* 2014;3:40–43. <http://dx.doi.org/10.6084/m9.figshare.974479>
 36. Maslow A. *Motivation and personality*. New York, Harper Row; 1987
 37. Mohiyeddini C, Pauli R, Bauer S. The role of emotion in bridging the intention–behaviour gap: The case of sports participation. *Psychology of Sport and Exercise*. 2009;10(2):226–34.
 38. Pelletier LG, Rocchi MA, Vallerand RJ, Deci EL, Ryan RM. Validation of the revised sport motivation scale (SMS-II). *Psychology of Sport and Exercise*. 2013;14(3):329–41.
 39. Ryba TV, Stambulova NB, Wrisberg CA. Forward to the past: Puni's model of volitional preparation in sport. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*. 2009;7(3):275–91.
 40. Sarkar M, Fletcher D. Psychological resilience in sport performers: a review of stressors and protective factors. *Journal of Sports Sciences*. 2014;32(15):1419–34.
 41. Silva KS, Pizarro AN, Garcia LMT, Mota J, Santos MP. Which social support and psychological factors are associated to active commuting to school? *Preventive Medicine*. 2014;63(0):20–3.
 42. Soenens B, Vansteenkiste M. A theoretical upgrade of the concept of parental psychological control: Proposing new insights on the basis of self-determination theory. *Developmental Review*. 2010;30(1):74–99.
 43. Stambulova NB, Wrisberg CA, Ryba TV. A Tale of Two Traditions in Applied Sport Psychology: The Heyday of Soviet Sport and Wake-Up Calls for North America. *Journal of Applied Sport Psychology*. 2006;18(3):173–84.
 44. Standage M, Gillison F. Students' motivational responses toward school physical education and their relationship to general self-esteem and health-related quality of life. *Psychology of Sport and Exercise* 2007;8(5):704–721. <http://dx.doi.org/10.1016/j.psychsport.2006.12.004>.
 45. Tessier D, Sarrazin P, Ntoumanis N. The effect of an intervention to improve newly qualified teachers' interpersonal style, students motivation and psychological need satisfaction in sport-based physical education. *Contemporary Educational Psychology* 2010;35(4):242–253. <http://dx.doi.org/10.1016/j.cedpsych.2010.05.005>
 46. Tessier D, Sarrazin P, Ntoumanis N. The effect of an intervention to improve newly qualified teachers' interpersonal style, students motivation and psychological need satisfaction in sport-based physical education. *Contemporary Educational Psychology*. 2010;35(4):242–53.
 47. Wong C-Y, Tang CS-K. Practice of habitual and volitional health behaviors to prevent severe acute respiratory syndrome among Chinese adolescents in Hong Kong. *Journal of Adolescent Health*. 2005;36(3):193–200.

Информация об авторе:

Дудник Инна Александровна: <http://orcid.org/0000-0002-3479-6532>; dudnik1979@yandex.ua; Черкасский национальный университет имени Богдана Хмельницкого; бульвар Шевченка, 81, м. Черкассы 18031, Украина.

Цитируйте эту статью как: Дудник И. О. Формирование позитивной мотивации как основы самосовершенствования волевых качеств студентов в процессе занятий физической культурой // Физическое воспитание студентов. – 2015. – № 3 – С. 3-9. <http://dx.doi.org/10.15561/20755279.2015.0301>

Электронная версия этой статьи является полной и может быть найдена на сайте: <http://www.sportpedu.org.ua/html/arhive.html>

Эта статья Открытого Доступа распространяется под термином Creative Commons Attribution License, которая разрешает неограниченное использование, распространение и копирование любыми средствами, обеспечивающими должное цитирование этой оригинальной статьи (<http://creativecommons.org/licenses/by/3.0/deed.ru>).

Дата поступления в редакцию: 16.05.2015

Принята: 16.06.2015; Опубликована: 30.06.2015

Information about the author:

Dudnyk I.O.: <http://orcid.org/0000-0002-3479-6532>; dudnik1979@yandex.ua; Cherkassy national University named after Bogdan Khmelnytsky; Shevchenko, 81, Cherkassy 18031, Ukraine.

Cite this article as: Dudnyk I.O. Formation of positive motivation as the basis of students will qualities' perfection in physical culture practicing. *Physical education of students* 2015;3:3-9. <http://dx.doi.org/10.15561/20755279.2015.0301>

The electronic version of this article is the complete one and can be found online at: <http://www.sportpedu.org.ua/html/arhive-e.html>

This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited (<http://creativecommons.org/licenses/by/3.0/deed.en>).

Received: 16.05.2015

Accepted: 16.06.2015; Published: 30.06.2015