

Олексій Стасенко
Stasenkool @i.ua

Стан сформованості мотивів студентів вищих навчальних закладів до рухової активності

Кіровоградський державний педагогічний університет
імені Володимира Винниченка (м. Кіровоград)

Анотація:

У статті проаналізовано науково-педагогічну та спеціальну методичну літературу з питань активізації студентів до рухової активності, тобто їх залучення до всіх видів фізкультурної діяльності в період навчання у вищому навчальному закладі. Розглянуто проблему формування мотивації студентів до рухової активності. На основі аналізу науково-методичних джерел та практичного досвіду роботи в навчальному закладі встановлено, що однією з найважливіших проблем організації та проведення ефективної фізкультурної діяльності у ВНЗ є формування зацікавленого ставлення студентів. Обґрунтовано, що у фізкультурній діяльності вищих навчальних закладів потрібно враховувати об'єктивні й суб'єктивні фактори, для формування потреби до рухової активності, які детально визначені в роботі. Виявлено, що для підвищення рухової активності слід ураховувати такі умови, як цілеспрямоване формування в студентів соціальних й індивідуальних мотивів, що поєднують особисту зацікавленість і суспільно значущі цілі; присутність у змісті занять професійної спрямованості фізичного виховання студентів; підтримка тих, що є, і виявлення нових фізкультурно-спортивних інтересів студентської молоді; використання індивідуального, особистісно орієнтованого та диференційованого підходів тощо. Завдання роботи полягало у визначенні й обґрунтуванні найбільш вагомих мотивів до потреби в руховій активності студентів вищих навчальних закладів. У процесі проведеного дослідження визна-

Алексей Стасенко. Состояние сформированности мотивов студентов высших учебных заведений к двигательной активности. В статье проанализирована научно-педагогическая и специальная методическая литература по вопросам активизации студентов к двигательной активности, то есть привлечение их ко всем видам физкультурной деятельности в период обучения в высшем учебном заведении. Рассмотрена проблема формирования мотивации студентов к двигательной активности. На основании анализа научно-методических источников и практического опыта работы установлено, что одной из главных проблем организации и проведения эффективной физкультурной деятельности в вузе есть формирование заинтересованного отношения студентов. Доказано, что в физкультурной деятельности высших учебных заведений необходимо учитывать объективные и субъективные факторы для формирования потребности к двигательной активности, которые детально определены в работе. Вывявлено, что для повышения двигательной активности необходимо учитывать следующие условия, а именно: целенаправленное формирование у студентов социальных и индивидуальных мотивов, которые сочетают личную заинтересованность и общественно значимые цели; наличие в содержании занятий профессиональной направленности физического воспитания студентов; поддержание тех, которые есть, и выявление новых физкультурно-спортивных интересов студентов; использование индивидуального, личностно-ориентированного подхода и т. п. Задание работы заключалось в определении и обосновании наиболее весомых мотивов к потребности в двигательной активности студентов высших учебных заведений. В процес-

Oleksiy Stasenko. Condition of Motivation Formation of Students of Higher Educational Establishments to Motor Activity. In the article the scientific and pedagogical and special methodological literature regarding the questions of activation of students to the motion activity are analyzed, that is attracting them to all kinds of sports activity in the period of studying in the institutions of higher education. The problem of formation of students' motivation to motion activity has been regarded. Based on the analysis of scientific and methodological sources and practical experience it has been revealed that one of the main problems of providing an adequate sports activity in the institute of higher education is the formation of students motivated attitude to this activity. It has been scientifically grounded that in the sports activity of higher educational institutions one should take into account objective and subjective factors for the formation to the need of motion activity, which are defined in detail in the work. It has been revealed that to increase motion activity, it is necessary to take into account the following conditions, namely: the purposeful formation of students' social and personal motives that combine personal interest and public interest objectives; presence of a professional orientation of physical education of students in the content of lessons; maintenance of those which are already present, and the identification of new sports interests of students; the use of individual, personal-oriented and differentiated approach, etc. The task of the work was to identify and ground the most considerable motives to the needs of motion activity of students of higher

чено й обґрунтовано групи мотивів, які найбільш спонукають студентство до рухової активності (належності, оздоровчий, процесуальний, особистий, соціальний, спортивний, розважальний, естетичний і наслідування) та досліджено стан сформованості кожної з них. Виявлено, що найбільш сформованими мотивами до рухової активності в студентів, які розміщено за рангом, є такі: належності – 36,9 % (27), оздоровчий – 17,9 % (13), процесуальний – 10,9 % (8), особистий – 9,5 % (7), соціальний – 6,9 % (5), спортивний – 5,5 % (4), розважальний – 5,5 % (4), естетичний – 4,1 % (3), наслідування – 2,8 % (2).

Ключові слова:

мотив, рухова активність, потреба, фізкультурна діяльність.

се проведенного дослідження определены и обоснованы группы мотивов, которые больше всего побуждают студентов к двигательной активности (принадлежности, оздоровительный, процессуальный, личный, социальный, спортивный, развлекательный, эстетический и наследование), и исследовано состояние сформированности каждой из них. Определяется, что наиболее сформированными мотивами к двигательной активности у студентов есть следующие, которые размещены по рангу: принадлежности – 36,9 % (27), оздоровительный – 17,9 % (13), процессуальный – 10,9 % (8), личный – 9,5 % (7), социальный – 6,9 % (5), спортивный – 5,5 % (4), развлекательный – 5,5 % (4), эстетический – 4,1 % (3), наследование – 2,8 % (2).

мотив, двигательная активность, потребность, физкультурная деятельность.

educational institutions. In the course of the conducted study there have been determined and substantiated some groups of motives that encourage students to motion activity most (belonging, health-improving, procedural, personal, social, sports, entertaining, aesthetic and inheritance). The condition of formation of each of them has been studied. It was determined that students' most generated motives to motion activity are the following, which are ranked as: belongings – 36,9 % (27), health-improving – 17,9 % (13), procedural – 10,9 % (8), personal – 9,5 % (7), social – 6,9 % (5), sports – 5,5 % (4), entertaining – 5,5 % (4), the aesthetic – 4,1 % (3), inheritance – 2,8 % (2).

motive, motion activity, need, sports activity.

Вступ. Державна політика щодо вищої освіти визначає соціальний запит на майбутнього фахівця й ступінь його фізичної готовності. На цей час перед студентською молоддю суспільство ставить глобальне соціально-економічне завдання у зв'язку з інтеграцією вітчизняного потенціалу у світове співтовариство. Крім глибоких професійних знань з обраної спеціальності, у молодого фахівця має бути високий рівень фізичної кондиції, працездатності й фізичної культури.

Кожен студент вищого навчального закладу повинен усвідомити потребу докладання максимальних особистих зусиль у використанні доступних засобів фізичної культури для підвищення рівня своєї фізичної підготовленості, функціональних можливостей систем організму, профілактики захворювань, зміцнення здоров'я, організації активного дозвілля, сприяння успішній соціалізації на всіх етапах життєдіяльності [8].

Останніми роками у зв'язку з інтенсифікацією навчального процесу у ВНЗ наголошено на тенденції зниження обсягу рухової активності студентів, що негативно позначається на показниках їхнього фізичного стану, у зв'язку з чим особливою соціальною значущістю набувають питання формування, збереження й зміцнення здоров'я молоді, яка навчається. Істотну роль в оптимізації цієї ситуації відіграють підвищення мотивації до використання засобів фізичної культури в повсякденному житті, зокрема до занять фізичним вихованням, як академічним, так і самостійним, а також вибір адекватних засобів компенсації дефіциту повсякденної рухової активності.

Низька рухова активність характерна для більшості студентів, особливо з відхиленнями в стані здоров'я. Тому важлива умова їхнього фізичного стану та розумової працездатності – дотримання правильного рухового режиму [6].

У процесі вивчення науково-педагогічної літератури встановлено, що одна з найважливіших проблем організації належного фізичного виховання у ВНЗ – це формування зацікавленого ставлення студентів до цього процесу, виховання інтересу до можливостей побудови здорового тіла, зміцнення власного здоров'я. Лише за умови усвідомлення тими, хто навчається, реального впливу такої дії на організм, стає можливим ефективне виконання спеціальних рухових завдань, складових частин змісту будь-якого навчального заняття.

Мотиваційна сторона навчання й виховання цікавила багатьох вітчизняних і зарубіжних дослідників та науковців. Ось, наприклад, роботи О. М. Мозолева, Ю. Ю. Мосейчука й інших свідчать, що змістова сторона діяльності значною мірою визначає її характер і спрямованість та результати, до яких вона приводить [3; 4; 11].

Учені вважають за доцільне стосовно сфери фізичного виховання виокремити такі групи стійких потреб: біологічні, соціальні, ідеальні. Потреби не замінюють одна іншу. Будь-який ступінь їх задоволення не компенсує незадоволення потреб іншої групи [1; 9; 12; 13].

Домінування в певний період життя саме тієї, а не іншої потреби, мотивація й вибір способів досягнення мети визначаються природними задатками людини, соціальними умовами та вихованням. Спонуваннями до занять фізичним вихованням можуть поставати й усвідомлені особові потреби (мотиви, прагнення, цілі). Мотив починає формуватися під впливом потреби, що виникає в людини [2; 15].

Дослідження фахівців свідчать про яскраво виражені вікові особливості мотивів та інтересів, що потрібно враховувати під час формування мотивації в різних груп населення [2; 3; 5].

В основу організаційної діяльності у сфері самодіяльного фізкультурного руху повинна бути покладена вимога розвитку фізкультурних потреб людей. Йдеться про розвиток індивідуальної фізичної культури кожної людини. Структура фізкультурних потреб населення відображатиме не лише рівень інтелектуального компонента фізичної культури людини, але й демонструватиме ступінь зрілості індивідуума в діяльному ставленні до фізичної культури. На основі аналізу структури фізкультурних потреб та прогнозування їх динаміки можна сформулювати положення: важлива умова успішності організації самодіяльних форм фізичної активності людей – застосування нового підходу до загальної 'філософії' використання засобів фізичної культури й спорту на користь підготовки життєздатного, активного молодого покоління [4; 7].

Згідно з цією думкою потрібно переорієнтувати процес фізичного виховання так, щоб він задовольняв інтереси кожного, хто займається, на основі врахування його індивідуальних особливостей в обов'язковій відповідності змісту фізичної активності ритмам вікового розвитку людини та фундаментальним закономірностям цілеспрямованого перетворення її фізичного потенціалу [1; 9; 10].

Аналіз літературних джерел засвідчив, що особливій значущості набувають сучасні підходи до фізичного виховання, формування інтересу, що впливають на потребу в заняттях фізичною культурою, а отже – збільшення рухової активності студентів.

Завдання роботи – визначення й обґрунтування мотивів до потреби в руховій активності студентів в умовах діяльності вищого навчального закладу.

Матеріал і методи дослідження – систематизація та узагальнення літературних джерел, аналіз сучасної практики та нормативної документації з фізичного виховання у вищих навчальних закладах, анкетування, методи математичної статистики.

Дослідження проводили на базі Кіровоградського державного педагогічного університету імені Володимира Винниченка. В експерименті брали участь 73 студенти основного навчального відділення (29 хлопців, 44 дівчини).

Результати дослідження. Дискусія. Установлено, що реалізація потреб у руховій активності чинить опосередкований вплив на задоволення інших потреб студентів, а саме: біосоціальних (збереження й зміцнення здоров'я, відпочинок, рекреація); соціально-психічних (спілкування, самоактуалізація, самоствердження, престижність суспільної значущості та активності). Тому розвиток потреб у студентів у різних видах фізичної культури повинен здійснюватися в незмінно гнучкій, тактовній, відповідній заданій меті формі. Потреби не можуть бути штучно нав'язані індивідуові, вони мусять відповідати системі його ціннісної орієнтації.

Усвідомлення потреби в руховій активності перетворюється на інтерес, який має вибірковий характер. Поява інтересу в студентів викликає бажання діяти, формує мотив поведінки молодої людини. Однак мотиви потрібно відрізнити від свідомих цілей і намірів. Цілі студентської молоді у фізкультурній діяльності можна поділити на перспективні й найближчі (проміжні) [2; 14].

Реалізація мотивів студентів під час фізкультурної діяльності відбувається за певною схемою: програма дії – уявлення про те, що потрібно робити, щоб реалізувати мотив; оперативна готовність до дій – наявність здібностей, знань, умінь для виконання діяльності; наявність зворотного зв'язку – інформація про ефективні дії. Мотив же формується на основі співвідношення студентом конкретної діяльності зі своїми потребами й можливостями.

Для активізації мотивації студентів потрібно виявити стимул, який часто постає в ролі безпосередньої причини поведінки. Нерідко стимул має короткочасний характер, але постійні спонування в заняттях фізичною культурою набувають ціннісних тенденцій. До найбільш вагомих стимулів відносимо отримання додаткових балів на заліку, зручний розклад занять, агітацію й

пропаганду до них, належну матеріальну базу, розширення можливостей у виборі форм фізкультурної діяльності, педагогічну майстерність викладача, зміцнення здоров'я, активний відпочинок, розваги тощо. Виходячи з вищесказаного, у цій роботі ми повноцінно використовуємо об'єктивні та суб'єктивні фактори, які сприяють підвищенню ефективності виконання педагогічних завдань як щодо формування особистості студента, так і залучення до систематичних фізкультурно-оздоровчих занять.

До *об'єктивних факторів* потрібно віднести такі: можливості вільного вибору студентом виду фізичної культури, форми занять, що проводяться, наявність необхідного вільного часу для занять. Також сюди входять наявність у штаті висококваліфікованих викладачів, оснащення інвентарем, гігієнічні умови для занять, розміщення спортзалу, характер навчально-тренувальних занять, що проводяться.

До *суб'єктивних факторів* належать звички, погляди, переконання, рівень здоров'я, віково-статеві особливості організму, умови розумової діяльності, зайнятість у побуті тощо.

Пріоритетні показники фізичної культури особистості студента – підтримка в нормі й удосконалення свого фізичного стану; різноманітність використовуваних засобів, форм, методів та вміння раціонально й ефективно їх застосовувати; пропаговані норми, ідеали, які реалізуються на практиці, узірці поведінки, пов'язані з турботою про організм, фізичний стан, засоби дії на нього та методи їх застосування; ступінь орієнтації на усвідомлене ставлення до власного фізичного стану; готовність надати практичну допомогу іншим особам у їх оздоровленні, фізичному самовдосконаленні й наявність для цього необхідного рівня знань, умінь і навичок для проведення практичних занять та комплексу педагогічних і медико-біологічних методів контролю в умовах тренування, відновлювальному періоді й спокої.

Практичний досвід роботи свідчить, що формування ціннісної орієнтації не може здійснюватися спонтанно. Це керований і координований процес, що відбувається з використанням усіх засобів спільної взаємодії. Допомогти студентові безболісно пройти період адаптації до умов навчання у вищому навчальному закладі, прийняти спосіб життя, який його оточує, зможе організація умов занять у дружньому колективі, об'єднаному однаковими цілями й завданнями. Вияву прагнення до фізкультурної діяльності, а звідси – до рухової активності, сприяє участь студентів в організації й діяльності ініціативних самодіяльних об'єднань у сфері фізичної культури, активне неформальне спілкування за інтересами. Такі об'єднання допомагають змістовно-творчо проводити вільний час, використовуючи різні види фізичної культури. Свідома залученість студента створює в клубах за інтересами духовно-творчу атмосферу повсякденної життєдіяльності, яка сприяє взаємній повазі.

На формування потреби в заняттях також впливає стан соціально-економічних, медико-біологічних і морально-етичних (ціннісних орієнтацій) передумов. У структурі фізкультурно-оздоровчої діяльності ціннісні орієнтації тісно пов'язані з емоційними, пізнавальними й вольовими її сторонами, створюючи освітню спрямованість особистості. Характер спрямованості в самій діяльності частіше залежить від того, який особистий зміст має система тих або інших цінностей, що визначають дієвість стосунків індивіда до тих об'єктів, заради яких ця діяльність відбувається. Одні об'єкти можуть викликати емоційну, інші – пізнавальну, треті – поведінкову активність.

Досліджуючи мотиваційну структуру, урахували виявлені та обґрунтовані **групи мотивів**, які визначають спрямованість особистості студентів, стимулюють і мобілізують їх на прояв рухової активності, а саме:

- *оздоровчий* – пов'язаний із прагненням покращити власний стан здоров'я, знизити захворюваність, нормалізувати вагу тіла;
- *соціальний* – продиктований бажанням бути разом із друзями, спілкуватися, співпрацювати з ними;
- *належності* – пов'язаний із необхідністю відвідувати заняття з фізичного виховання, виконувати вимоги навчальної програми;
- *особистий* – характеризує прагнення самостверджуватись у своєму середовищі, добитись авторитету, підвищити власний престиж;
- *наслідування* – пов'язаний із прагненням бути схожим на тих, хто досяг певних успіхів у фізкультурно-спортивній діяльності або володіє особливими якостями і перевагами, набутими на заняттях;
- *спортивний* – такий, що визначає прагнення добитися яких-небудь значних спортивних результатів;

- *процесуальний* – при якому значну увагу зосереджено не на результаті діяльності, а на самому процесі занять;
- *розважальний* – проведений засобами рекреації, психоемоційного розвантаження;
- *естетичний* – пов'язаний із можливістю навчатися красиво рухатися, поліпшити поставу, ходу, зовнішній вигляд тощо.

Студентам запропоновано вибрати ті групи мотивів, які є для них найбільш значущі. Згідно з результатами проведеного опитування, встановлено, що найбільш вагомими групами мотивів, на думку студентів, є належність – 36,9 % (27), оздоровчий – 17,9 % (13), процесуальний – 10,9 % (8), особистий – 9,5 % (7), соціальний – 6,9 % (5), спортивний – 5,5 % (4), розважальний – 5,5 % (4), естетичний – 4,1 % (3), наслідування – 2,8 % (2).

Висновки й перспективи подальших досліджень. Важливим у процесі формування потреби в руховій активності, на нашу думку, є визначення різних груп мотивів, які спонукають до систематичних занять фізичними вправами. Тому в основу експерименту покладено обґрунтування різних груп мотивів для визначення можливостей для підвищення рухової активності студентів.

У ході дослідження виявлено, що найбільш сформованими мотивами студентів до рухової активності сьогодні є такі: належність, оздоровчий, процесуальний, особистий. А от такі групи мотивів, як соціальний, спортивний, розважальний, естетичний та наслідування, є менш сформованими. Ці мотиви віднесено до потенційних, які можуть бути сформовані при відповідних педагогічних діях.

Джерела та література

1. Грибан Г. П. Фізичне виховання студентів аграрних вищих навчальних закладів : монографія / Г. П. Грибан. – Житомир : Вид-во Рута, 2012. – 514 с.
2. Жданова О. Порівняння змісту діяльності фізкультурних фахівців щодо залучення населення до систематичних занять руховою активністю / О. Жданова, Л. Чеховська, І. Грибовська // Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. – Львів : ЛДУФК, 2013. – Т. 4. – С. 159–162.
3. Мозолев О. М. Розвиток мотивації до занять фізичною культурою у студентів спеціальних медичних груп / О. М. Мозолев // Збірник наукових праць Хмельницького інституту соціальних технологій Університету 'Україна'. – № 1 (7). – 2013. – С. 159–162.
4. Мосейчук Ю. Ю. Формування мотиваційних потреб студентської молоді до фізкультурної діяльності / Ю. Ю. Мосейчук // Науково-педагогічні проблеми фізичної культури: фізична культура і спорт / за ред. Г. М. Арзюгова. – К. : Вид-во НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2011. – С. 400–403.
5. Передумови формування ціннісного ставлення у студентів технічних спеціальностей ЗНТУ до самостійних занять фізичною культурою та спортом / В. Білокур [та ін.] // Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. – Львів : ЛДУФК, 2011. – Т. 2. – С. 302–306.
6. Петрица П. Значення самостійних занять фізичними вправами для студентів груп фізичної реабілітації / П. Петрица // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. Східноєвроп. нац. ун-ту ім. Лесі Українки / уклад. А. В. Цьось, С. П. Козіброцький. – Луцьк : Східноєвроп. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2015. – № 2 (30). – С. 91 – 95.
7. Про схвалення Конституції Загальнодержавної цільової соціальної програми розвитку фізичної культури та спорту на 2012–2016 рр. Розпорядження КМУ № 828-р від 31.08.11 р.
8. Язловецький В. С. Спортивно-масова та фізкуль-

References

1. Hryban, H. P. (2012). Fizychnе vukhovannya studentiv ahrarnyx vyshhyx navchal'nyx zakladiv [Physical education of students of agrarian high educational establishments]. Zhytomyr : Vyd-vo Ruta.
2. Zhdanova, O. (2013). Porivnyannya zmistu diyal'nosti fizkul'turnyx faxivciv shhodo zaluchennya naseleння do systematychnyx zanyat' ruhovoyu aktyvnistyuu. *Moloda sportyvna nauka Ukrayiny : zb. nauk. pr.* – L'viv : LDUFK. 4, 159–162.
3. Mozolev O. M. (2013). Rozvytok motyvacyi do zanyat' fizychnoyu kul'turoyu u studentiv special'nyx medychnyx hrup. *Zbimyk naukovyx prac' Xmel'nyc'koho instytutu social'nyx texnologij Universytetu 'Ukrayina'*. 1 (7), 159–162.
4. Mosejchuk, Yu. Yu. (2011). Formuvannya motyvacijnyx potreb students'koyi molodi do fizkul'turnoyi diyal'nosti. *Naukovo-pedahohichni problemy fizychnoyi kul'tury: fizychna kul'tura i sport*. K. : Vyd-vo NPU im. M. P. Drahomanova.
5. Bilokur, V. (2011). Peredumovy formuvannya cinnisnoho stavlennya u studentiv texnichnyx special'nostej ZNTU do samostijnyx zanyat' fizychnoyu kul'turoyu ta sportom. *Moloda sportyvna nauka Ukrayiny : zb. nauk. pr.* – L'viv: LDUFK. 2, 302–306.
6. Petryca, P. (2015). Znachennya samostijnyx zanyat' fizychnymy vpravamy dlya studentiv hrup fizychnoyi rehabilitacyi [Meaning of physical exercises for the students of physical rehabilitation groups]. *Fizychnе vukhovannya, sport i kul'tura zdorov'ya u suchasnomu suspil'stvi : zb. nauk. pr. Sxidnoyevrop. nac. un-tu im. Lesi Ukrayinky. Luc'k : Sxidnoyevrop. nac. un-t im. Lesi Ukrayinky*. № 2 (30), 91 – 95.
7. Pro sxvalennya Konstytuciyi Zahal'noderzhavnoyi cil'ovoyi social'noyi prohramy rozvytku fizychnoyi kul'tury ta sportu na 2012–2016 rr. *Rozporyadzhennya KМУ № 828-r vid 31.08.11 r.*

турно-оздоровча робота у вищій школі : навч. посіб. / В. С. Язловецький, А. Л. Турчак, Г. А. Лещенко. – Кіровоград : РВВ КДПУ ім. В. Винниченка, 2014. – 320 с.

9. Bergier J. Physical activity and sedentary lifestyle of female students from Ukraine / J. Bergier, A. Tsos // *Human and health*. – Issue 2. – 2012. – Vol. VI. – S. 131–137.

10. Joy, E. and Ishikaku, E. C. (2012). Integration of Information and Communication Technology (ICT) in Teacher Education for Capacity Building / E. Joy, E. C. Ishikaku // *Journal of Education and Practice*. – Vol. 3. – No 10, 2012.

11. Kolemba Marcin Useful tools in the work of an academic teacher – how to motivate a contemporary student [Elektronik resourse] / Marcin Kolemba // *General and Professional Education*. – 3/2014. – P. 46–53. – Mode of access : <http://ru.genproedu.com/paper/2014-02/046-053.pdf>.

12. Makewa L. N. «ICT-Integration in Higher Education and Student Behavioral Change / L. N. Makewa // *Observations at University of Arusha, Tanzania* : *American Journal of Educational Research*. – Vol. 2. – No 11A (2014). – P. 30–38. Doi : 10.12691/education-2-11A-5.

13. Putney L. G. Developing collective classroom efficacy : the teacher's role as a community organizer / L. G. Putney, S. H. Broughton // *Journal of Teacher Education*. – 2011. – 62 (1). – P. 93–105.

14. Tsos A. The state of physical and psychological components of health in the quality of life of the university students / A. Tsos, A. Homych, O. Sabirov // *Człowiek i Zdrowie*. – T. VII, Nr. 2. – Państwowa Szkoła Wyższa, Biała Podlaska, 2013. – S. 8–12.

15. Dowson M. What do students say about their motivational goals : Towards a more complex and dynamic perspective on student motivation / M. Dowson, D. M. McInerney // *Contemporary Educational Psychology*. – 2013. – Vol. 28, № 1. – P. 91–113.

8. Yazlovec'kyj ,V. S. (2014). Sportywno-masova ta fizkul'turno-ozdorovcha robota u vyshhij shkoli: navch. posibn. – Kirovohrad : RVV KDPU im. V. Vynnychenka.

9. Bergier, J. (2012). Physical activity and sedentary lifestyle of female students from Ukraine. *Human and health*. VI, 131–137.

10. Joy, E. and Ishikaku, E. C. (2012). Integration of Information and Communication Technology (ICT) in Teacher Education for Capacity Building. *Journal of Education and Practice*.

11. Kolemba, M. (2014). Useful tools in the work of an academic teacher – how to motivate a contemporary student. *General and Professional Education*. 3, 46–53. Retrieved from <http://ru.genproedu.com/paper/2014-02/046-053.pdf>.

12. Makewa, L. N. (2014). «ICT-Integration in Higher Education and Student Behavioral Change : Observations at University of Arusha, Tanzania». *American Journal of Educational Research*. 11A, 30–38.

13. Putney, L. G. (2011). Developing collective classroom efficacy: the teacher's role as a community organizer. *Journal of Teacher Education*. 62 (1), 93–105.

14. Tsos, A. (2013). The state of physical and psychological components of health in the quality of life of the university students . *Człowiek i Zdrowie*. 2, 8–12.

15. Dowson, M. (2013). *What do students say about their motivational goals: Towards a more complex and dynamic perspective on student motivation*. *Contemporary Educational Psychology*. 1, 91–113.

Інформація про авторів:

Стасенко Олексій; <http://orcid.org/0000-0001-6112-4363>; Stasencool @i.ua; Кіровоградський державний педагогічний університет імені Володимира Винниченка; вул. В. Пермська, 3, м. Кіровоград, 25001, Україна.

Information about the Authors:

Oleksiy Stasenko; <http://orcid.org/0000-0001-6112-4363>; Stasencool @i.ua; Kirovohrad State Pedagogical University named after Volodymyr Vynnychenko; 3 V. Permska Street, Kirovohrad, 25001, Ukraine.

Стаття надійшла до редакції 08.04.2016 р.