

постановило:

- виразити благодарність господину директору II гимназии В.Е. Ястремскому за оказанный приют обществу в помещении гимназии;

- просить г. Вольнского губернатора утвердить рисунок Сокольского знамени;

- просить Городскую думу оказать помощь обществу назначением ему субсидий.

По-видимому, правление решило энергично заняться своим делом. Было бы весьма желательно, чтобы лица, ясно понимающие всю важность физического развития нашей дряблой молодежи, пришли б обществу на помощь" [7, с. 3]. Однак допомоги товариство не отримало. Міська дума на своєму засіданні 6 жовтня 1911 року прохання про надання товариству "Сокол" фінансової допомоги відхилила. Через брак коштів не взяли участі житомирські соколи в засіданні Союзу Російського Сокольства 26–27 грудня 1911 року, яке проходило в Москві, де було затверджено гімн товариства "Сокол". Станом на 01.01.1912 року кількість членів Волинської організації збільшилася до 57 (із них 21 жінка). Оновився також склад правління товариства, яке очолив Микола Карлович де Боккар. На прохання правління Волинського товариства "Сокол" від 11 лютого 1912 року, начальник губернії О.П. Кутайсов 27 лютого того ж року надає дозвіл відкрити в містечку Квасиліві Рівненського повіту відділення товариства, де проживала одна із багатьох чеських колоній. На той час відділення налічувало 42 члени, і за чисельністю майже не поступалося Волинському товариству. Окрім гімнастичних занять, квасилівські соколи з метою отримання додаткових коштів з дозволу губернатора організують також театральні вистави чеською мовою. Того ж року поповнив свої ряди і Союз Російського сокольства. Кількість сокольських організацій Союзу в 1912 році збільшилася до 30. До Союзу ввійшло 9 товариств із міст України: Києва, Харкова, Одеси, Катеринослава, Житомира, Чернігова, Полтави, Кам'янець-Подільського, Богодухів.

**ВИСНОВКИ.** Зростання популярності гімнастичного товариства "Сокол" на території Волинської губернії наприкінці XIX та на початку XX століття призвело до економічного зростання регіону, сприяло ознайомленню місцевого населення з сокольською гімнастикою, розбудило прагнення людей до об'єднання, породило безпосередні контакти української молоді з чеськими Соколами. Тому створення гімнастичного товариства "Сокол" на Крошні Чеській в місті Житомирі в 1910 році було закономірним процесом в тогочасній історичній та культурно-соціалній ситуації, яка склалася на Волині.

#### ЛІТЕРАТУРА

1. Vatsaba O. Narysy z istoriyi sportyvnoho rukhu v Zakhidniy Ukraini / O. Vatsaba. – Ivano-Frankivsk "Lileya-NV", 1997. – 232 s.
2. Hryban H.P. Istorychni aspekty stanovlennya i rozvytku systemy fizychnoho vykhovannya u vuzakh Ukrainy / H.P. Hryban // Nauk.-metod. rozrobky dlya stud. ta vykl. kafedr fiz. vykhov. – Zhytomyr: DAEU, – 2008. – 80 s.
3. Hryban H.P. Istorychni aspekty stanovlennya ta rozvytku metodychnoyi systemy fizychnoho vykhovannya studentiv / H.P. Hryban // Naukovo-pedahohichna dumka: naukovo-metodychnyy zhurnal. – Rivne, Red.-vydavnychy viddil Rivnens'koho OIPPO. – # 3 (71). – 2012. – S. 159–162.
4. Kukhars'kyi O.S. Istoriya himnastychnoho tovarystva "Sokol" na Volyni / O.S. Kukhars'kyi, H.P. Hryban. – Zhytomyr "Ruta", 2014. – 108 s.
5. Usachova H.M. Natsional'ni tradytsiyi ukraiyins'koho vykhovannya: mynule i suchasnist' / H.M. Usachova // Dukhovnist' i khudozhn'o-estetychna kul'tura. Analitychni rozrobky, propozytsiyi naukovykh ta praktychnykh kerivnykiv: mizhvid. nauk. zb. – K.: NDI "Problem lyudyny", 2000. – T. 17. – S. 135–142.
6. Газета "Вольнь" № 67 от 9 марта 1912 г. – С. 3.
7. Газета "Жизнь Вольни" № 164 от 1 июля 1911 г. – С. 3.
8. Газета "Жизнь Вольни" № 263 от 25 сентября 1914 г. – С. 3.
9. Газета "Наша Вольнь" от 1 июля 1911 г.
10. Житомирський обласний краєзнавчий музей: КП – 36963 – Комплекс матеріалів гімнастичного товариства «Сокол».
11. Державний архів Житомир. області (ДАЖО) Ф 73, оп. 2, спр. 415.
12. ДАЖО Ф 73, опис 2, спр. 453.
13. ДАЖО Ф 329, опис 1, спр. 3.

**P.S.** Автор висловлює щирі вдячності досліднику історії фізичної культури і спорту на Житомирщині О.С. Кухарському за цінні поради та представлені архівні матеріали.

УДК 796

**Гуржий О.В.**

**Східноукраїнський національний університет імені Володимира Даля (м. Сєвєродонецьк)**

#### **ВИЗНАЧЕННЯ МОТИВІВ ПІДВИЩЕННЯ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ У СТУДЕНТІВ СНУ ІМЕНІ В. ДАЛЯ В ПРОЦЕСІ ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНИМ ВИХОВАННЯМ**

Проаналізовано мотивацію до відвідування занять фізичної культури у студентів Східноукраїнського національного університету імені В. Даля. Виходячи з аналізу анкетування, представлена і розглянута характеристика мотивацій. Показано, що домінуючим є мотив, спрямований на вдосконалення своєї статури. Дослідження мотиваційної сфери студентів дає можливість намітити шляхи корекції фізичного стану та сформувати передумови для виникнення потреб, задоволення яких найбільш сприятливо для їхнього здоров'я і фізичного вдосконалення.

**Ключові слова:** студенти, мотивація, фізичне виховання.

**Гуржий О.В. Определение мотивов повышения двигательной активности у студентов ВНУ имени В. Даля в процессе занятий физическим воспитанием.** Проанализирована мотивация к посещению занятий физической культуры у студентов Восточноукраинского национального университета имени В. Даля. Исходя из анализа анкетирования, представлена и рассмотрена характеристика мотиваций. Показано, что доминирующим является мотив, направленный на совершенствование своего телосложения. Исследование мотивационной сферы студентов дает возможность наметить пути коррекции физического состояния и сформировать предпосылки для возникновения потребностей, удовлетворение которых наиболее благоприятно для их здоровья и физического совершенствования.

**Ключевые слова:** студенты, мотивация, физическое воспитание.

**Gurjij Oleg. The definition is motivated by the increase of motor activity of students of the East-Ukrainian national University named V. Dahl in the process of physical education classes.** Analyzed the motivation to attend physical training of students of the East-Ukrainian national University named V. Dahl. Based on the analysis of the survey, presented and discussed the characteristics of motivation. It is shown that the dominant motive is aimed at improving your physique. Students were asked four blocks of the motives prompting them to physical education classes in high school. In block «Health» for the vast majority of students with the most significant are the motives of the desire to strengthen (42%) and health (28%). In the structure of «Social motives» are the motives of obtaining credit in the subject (54%), communication (17%) leisure (25%), obtaining additional knowledge (4%). In block motifs «Sporty» the vast majority of students the main purpose of the exercise see improvement body (62%). To improve your muscle tone wishing to 16%. The results of the survey showed that the answers to the «Emotional motives» as follows: the pleasure of occupations (47%), good mood during and after class (32%), stress (15%), add confidence (6%). It should also be noted that male students view classes on physical education as the way to restore not only physical, but also mental health. Analysis of the results of the survey allows to identify priority motivation for students to exercise. The dominant motive is aimed at improving his physique (42%). In the second place the tune of "health promotion" (34%), followed by social (16%) and emotional (8%) motifs. Study the motivational sphere gives students the opportunity to plan ways of correction of the physical condition and to create preconditions for the emergence of needs, the satisfaction of which are most conducive to their health and physical perfection.

**Key words:** students, motivation, physical education.

Фізичне виховання студентів - нерозривна складова частина вищої гуманітарної освіти, результат комплексного педагогічного впливу на особистість майбутнього фахівця в процесі формування його професійної компетенції [8]. Однією із цілей фізичного виховання є формування і зміцнення мотивації до підвищення рухової активності та створення стійкої потреби до оздоровчих занять фізичною культурою [6]. Проблема мотивації висвітлена у цілому ряді робіт вітчизняних дослідників. Так, мотиваційну основу навчання студентів досліджували, О. Гребік, П. Гунько, Є. Захаріна, О. Подлесний [2, 3, 4, 7] та інші. Сучасна наука пропонує декілька визначень поняттю «мотивація». Вона трактується як: «сукупність мотивів» [1, с. 55], «процес формування мотиву» [5, с. 39]. Науковці поділяють визначення на дві групи: перша розглядає мотивацію зі структурних позицій; друга характеризує її як динамічне явище. Визначення мотиваційних пріоритетів та інтересів юнаків до занять з фізичного виховання надасть можливість сформувати потребу до систематичних занять фізичними вправами.

**Мета дослідження** – визначити найбільш значущі мотиви підвищення рухової активності у студентів СНУ імені В. Даля в процесі фізичного виховання.

**Завдання дослідження** – виявити позитивну мотивацію студентів до занять фізичним вихованням у вищому навчальному закладі.

**Методи дослідження.** Для розв'язання поставлених завдань використано комплекс методів: аналіз, узагальнення сучасних наукових й емпіричних досліджень, анкетування, статистична обробка даних.

**Виклад основного матеріалу.** Дослідження проводилося у першому семестрі 2013-2014 н.р. на базі кафедри фізичного виховання Східноукраїнського національного університету ім. В. Даля. У дослідженні взяли участь 106 студентів першого курсу. Середній вік випробуваних склав 17,4 роки.

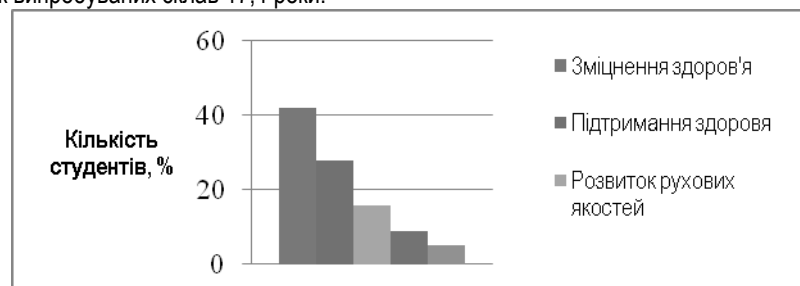


Рис.1. Мотив «Здоров'я»

Для визначення мотивів підвищення рухової активності у студентів до занять фізичною культурою було проведено анкетування. Студентам було запропоновано чотири блоки мотивів, що спонукають їх до занять з фізичного виховання у вищому навчальному закладі:

1. Мотиви зміцнення здоров'я.
2. Соціальні мотиви.
3. Мотиви мати спортивну статуру.
4. Емоційні мотиви.

Студентам потрібно було з 21 мотиву вибрати 10 найбільш значущих для них і за 10-бальною шкалою оцінити і проранжувати їх (1 – найбільш значущий, 10 – найменш значущий), що в кінцевому результаті дало можливість визначити

## Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)

мету відвідування занять з фізичного виховання. В результаті анкетування були отримані такі дані. У блоці «Здоров'я» (рис. 1) для переважної більшості студентів найбільш значущими є мотиви прагнення до зміцнення (42%) та підтримання здоров'я (28%). Для розвитку рухових якостей заняття відвідують 16%. Приблизно 9% студентів за допомогою занять заповнюють потребу в руховій активності. Для профілактики захворювань – 5%.

У структурі «Соціальних мотивів» (рис. 2) лежать мотиви отримання заліку з предмету (54%), спілкування (17%), приємне проведення часу (25%), отримання додаткових знань (4%).

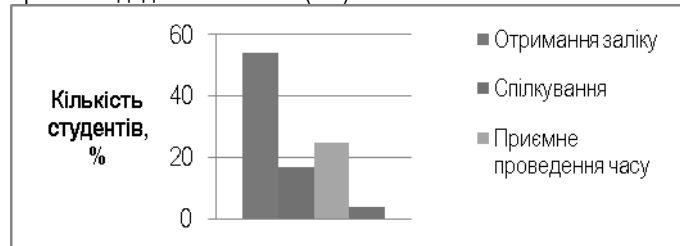


Рис. 2. «Соціальні мотиви»

У блоці мотивів «Спортивна статура» переважна більшість студентів основною метою в заняттях фізичними вправами бачать вдосконалення статури (62%) (рис. 3). Для поліпшення м'язового тонуся заняття відвідують 16% першокурсників. Хочуть бути більш привабливими для жіночої статі 12% юнаків, а змінити свою вагу прагнуть 10% студентів.

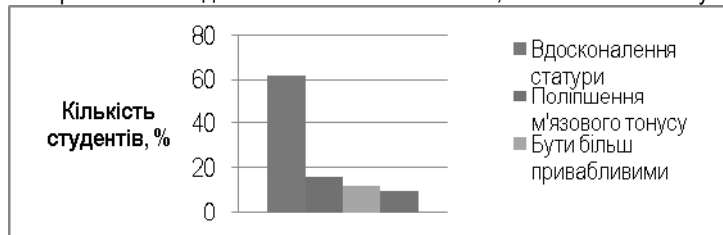


Рис. 3. Мотив «Спортивна статура»

Результати анкетування показали, що відповіді в розділі «Емоційні мотиви» (рис. 4) розподілилися наступним чином: задоволення від занять (47%), гарний настрій під час і після занять (32%), зняття стресу (15%), додають впевненості в собі (6%). Також необхідно відзначити, що юнаки-студенти розглядають заняття з фізичного виховання як спосіб відновлення не тільки фізичного, але й психічного здоров'я.

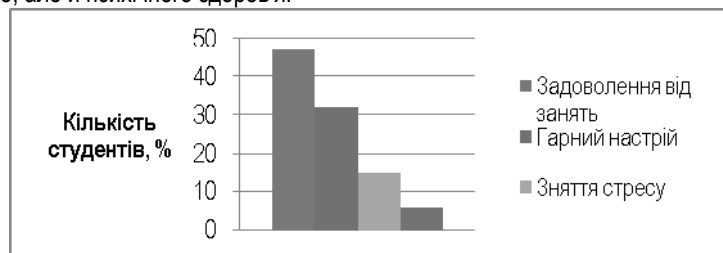


Рис. 4. «Емоційні мотиви»

Аналіз результатів анкетування дозволяє виділити пріоритетні мотиви (рис. 5), які спонукають студентів до занять фізичними вправами.

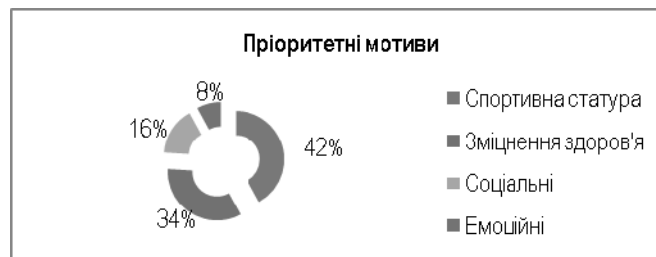


Рис. 5. «Пріоритетні мотиви»

Таким чином, для студентів першого курсу на заняттях з фізичного виховання домінуючим є мотив, спрямований на вдосконалення своєї статури (42%). На другому місці розташувався мотив «Зміцнення здоров'я» (34%), далі соціальні (16%) і емоційні (8%) мотиви.

**ВИСНОВКИ.** На підставі обробки даних анкетування були отримані результати, які дозволили виявити позитивну мотивацію студентів до занять фізичним вихованням у вищому навчальному закладі, що залежить від бажання виглядати по-спортивному, зміцнення і підтримки здоров'я, позитивних емоцій. Дослідження мотиваційної сфери студентів дає можливість намітити шляхи корекції фізичного стану та сформувати передумови для виникнення потреб, задоволення яких найбільш сприятливо для їхнього здоров'я і фізичного вдосконалення.

**ПЕРСПЕКТИВИ ПОДАЛЬШИХ ДОСЛІДЖЕНЬ.** Процес формування нерозривно пов'язаний з мотивацією викладача кафедри фізичного виховання до пошуку нових форм і методів, що забезпечують появі стійкого інтересу у студентів до занять фізичними вправами. У зв'язку з цим, проведене дослідження дозволяє викладачам фізичної культури ефективно реалізовувати процес фізичного виховання у вищому навчальному закладі і формувати у студентів усвідомлення необхідності занять фізичними вправами для успішної навчальної діяльності і здоров'я.

## ЛІТЕРАТУРА

1. Аверин В.А. Психология личности: учебн. пособие / В.А. Аверин – СПб.: Изд-во Михайлова В.А., 1999. – 89 с.
2. Гребік О. Формування стійкого інтересу студентів I курсу ЛДТУ до занять із фізичного виховання та спорту / О. Гребік, С. Савчук // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві: зб. наук. Праць – Луцьк : ВНУ ім. Лесі Українки, 2008. – С. 64-66.
3. Гунько П.М. Ставлення студентської молоді з різним рівнем фізичної підготовленості до фізкультурно-оздоровчої діяльності // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: зб. наук. праць / за ред. С.С. Єрмакова. – Х.: ХДАДМ, 2009. – № 3. – С. 146-149.
4. Захаріна Є.А. Формування мотивації до рухової активності у процесі фізичного виховання студентів вищих навчальних закладів: автореф. дис. канд. наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення» / Є.А. Захаріна. – К., 2008. – 21 с.
5. Iliyn E.P. Motivatsia i motivy / E.P. Iliyn. – SPb.: Piter, 2002. – 508 s.
6. Crutsevich T.Y. Otnoshenie studentov k zaniatiam po fizicheskomu vospitaniiu v vuze / T.Y. Crutsevich, O.Y. Marchenco // Fizicheskoe vospitanie i sport v sisteme obrazovaniia kak faktor fizicheskogo i duhovnogo ozdorovleniia natsyi // Mezhdunarodnaya nauchno-practicheskaya konferentsiia. – Minsk : BGUFK, 2009. – Ch. 2. – S. 150-153.
7. Podlesnyi O.I. Samocontrol u fizychnomu vyhovanni yak zasib pidvychshennya motyvatsiyi do profesiyno-prykladnoyi fizychnoyi pidgotovky studentiv-sudnovodiyiv: avtoref. dys. cand. nauc z fizychnogo vyhovanni i sportu: 24.00.02 «Fizychna kultura, fizychno vyhovanni riznyh grup naselennya» / O.I. Podlesnyi. – K., 2008. – 22 s.
8. Teoria i metodica fizicheskogo vospitania // pod red. T.Y. Crutsevich. – K. : «Olimpiyscaya literatura», 2003. – T. 2. – 392 s.

УДК: 796.4-055.25:796.093:57.083.3

**Демин С.С., Синюгина М.Б.**  
**Запорожский национальный университет**

#### ВЛИЯНИЕ КУРСОВОГО ПРИЕМА ИММУНОМОДУЛИРУЮЩИХ ПРЕПАРАТОВ НА ИММУННЫЙ СТАТУС СПОРТСМЕНОК-ЛЕГКОАТЛЕТОК В ПРЕДСОРЕВНОВАТЕЛЬНОМ МЕЗОЦИКЛЕ

*В ходе исследования выявлены статистически достоверные отличия показателей иммунного статуса спортсменок-легкоатлеток после курсового приема иммуномодулирующего препарата. Установлено, что курсовой прием иммуномодулирующих препаратов улучшает адаптационные возможности организма спортсменок-легкоатлеток, что проявляется четко выраженной активацией клеточного звена иммунитета и фагоцитоза.*

**Ключевые слова:** иммунный статус, предсоревновательный мезоцикл, спортсменки-легкоатлеты, адаптационные возможности организма.

**Дьомін С.С., Синюгіна М.Б. Вплив курсового прийому імуномодельючих препаратів на імунний статус спортсменок-легкоатлеток в передзмагальному мезоциклі.** В ході дослідження виявлені статистично достовірні відмінності показників імунного статусу спортсменок-легкоатлеток після курсового прийому імуномодулюючого препарату. Встановлено, що курсовий прийом імуномодулюючих препаратів покращує адаптаційні можливості організму легкоатлеток, що проявляється чітко вираженою активацією клітинної ланки імунітету і фагоцитозу.

**Ключові слова:** імунний статус, передзмагальний мезоцикл, спортсменки-легкоатлети, адаптаційні можливості організму.

**Dyomin S. S., Sinyugina M. B. Effect of exchange rate reception immunomodulatory drugs on the immune status sportswomen-athletes in precompetitive mesocycles.** Modern elite sport requires a training loads of large volume and intensity, which are often excessive and may contribute to various diseases when the maximum athletic performance. With intense physical activity, especially in the preparatory and competitive periods in athletes may experience significant fluctuations in the parameters of immunity, which in some cases leads to the development of secondary immunodeficiency states that limit physical performance. Disorders of the immune status with the training loads can lead to a strain on the body, causing a decrease in its resistance to the action of factors external and internal environment. During intense exercise there is a significant decrease in immunity, increases the risk of penetration of pathogens and reactivation of dormant (latent) infection. **Purpose:** study the effect of course taking immunomodulation drug on the immune status of women-athletes on the background of physical activity in precompetitive mezocycle. **Materials and Methods:** the study involved 20 qualified sportswomen-athletes for run on sprint. **Results:** After receiving a course of immunomodulatory drug for women-athletes in the experimental group was observed activation of cellular, humoral immunity and phagocytosis. There has been an increase in the majority of the immune status of athletes and at the end of precompetitive mezocycle they were significantly higher relative to similar items in the control group. **Conclusions:** the study found statistically significant differences in the immune status of women-athletes after the course taking immunomodulation drug. it was found that the exchange rate improves the reception of immunomodulatory drugs adaptation abilities of women-athletes that manifests a distinct activation of cellular immunity and phagocytosis.

**Key words:** immune status, precompetitive mezocycle, sportswomen-athletes, adaptability of the organism.

**Постановка проблеми и анализ последних исследований.** Современный спорт высших достижений требует выполнения тренировочных нагрузок большого объема и интенсивности, которые зачастую бывают чрезмерными и могут способствовать возникновению различных заболеваний при достижении максимальных спортивных результатов. Учитывая