

- // Здоровье – основа человеческого потенциала – проблемы и пути их решения. – 2011. – № 1. Т 6. – С 176.
5. Попелянский Я. Ю. Ортопедическая неврология (вертеброневрология): руководство для врачей / Я. Ю. Попелянский.– М.: МЕДпресс-информ, 2008.– 672 с.
6. Angin E. The effects of clinical pilates exercises on bone mineral density, physical performance and quality of life of women with postmenopausal osteoporosis / E. Angin, Z. Erden, F. Can //J. Back Musculoskelet. Rehabil. – 2015. – Vol. 28(4). P. –849-858.
7. Cosman F. Clinician's Guide to Prevention and Treatment of Osteoporosis / F. Cosman, S. J. de Beur, M. S. LeBoff, E. M. Lewiecki, B. Tanner, S. Randall, R. Lindsay // Osteoporos Int. – 2014. – Vol. 25(10). – P. 2359-2381.
8. Fogleman D. Pilates for the Treatment of Low Back Pain / D. Fogleman //American Family Physician. – 2016. – Vol. 93(7). – P. 556-557.
10. Fortuniak J. Role of proteoglycans and glycosaminoglycans in the intervertebral disc degeneration / J. Fortuniak, D. Jaskólski, K. Tybor, P. Komuński, M. Zawirski // Neurol. Neurochir. Pol. – 2005. – № 39(4). – 324-327.
11. Hasanpour-Dehkordi A. Comparison of the Effects of Pilates and McKenzie Training on Pain and General Health in Men with Chronic Low Back Pain: A Randomized Trial / A. Hasanpour-Dehkordi, A. Dehghani, K. A. Solati // Indian J Palliat Care. – 2017.– № 23(1). – P. 36-40.
12. Inoue N. Biomechanics of intervertebral disk degeneration / N. Inoue, A. A. Espinoza Orias// Orthop. Clin. North. Am. – 2011. № 42(4). – P. 487-499.
13. Javadian Y. The effects of stabilizing exercises on pain and disability of patients with lumbar segmental instability / Y. Javadian, H. Behtash, M. Akbari, M. Taghipour-Darzi, H. Zekavat //J. Back Musculoskelet. Rehabil. – 2012. –25. –P. 149-155.
14. Luz M. A. Effectiveness of mat Pilates or equipment-based Pilates exercises in patients with chronic nonspecific low back pain: a randomized controlled trial / M. A. Luz, L. O. Costa, F. F. Fuhro, A. C. Manzoni [et al.] //Phys. Ther. – 2014. – № 94(5). – P. 623-631.
15. Lin H. T. Effects of pilates on patients with chronic non-specific low back pain: a systematic review / H. T. Lin, W. C. Hung, J. L. Hung, P. S. Wu //J. Phys. Ther. Sci. – 2016. – № 28(10). – P. 2961-2969.
16. Mense S. Pathophysiology of low back pain and transition to the chronic state – experimental data and new concepts/ S. Mense // Schmerz. Der. –2001. – Vol. 15. – P. 413-420.
17. Miyamoto G. C. Efficacy of the addition of modified Pilates exercises to a minimal intervention in patients with chronic low back pain: a randomized controlled trial / G. C. Miyamoto, L.O. Costa, T. Galvanin, C. M. Cabral// Phys. Ther. – 2013. – № 93(3) – P. 310-320.
18. Podichetty V.K. The aging spine: the role of inflammatory mediators in intervertebral disc degeneration / V. K. Podichetty// Cell. Mol. Biol. (Noisy-le-grand). – 2007. – Vol. 30. – № 53(5). – P. 4-18.
19. Peng B. Possible pathogenesis of painful intervertebral disc degeneration. / B. Peng, J. Hao, S. Hou, W. Wu [et al.] // Spine. – 2006. – Vol.1. – № 31(5) – P.560-566.
20. Shnayderman I. An aerobic walking programme versus muscle strengthening programme for chronic low back pain: a randomized controlled trial / I. Shnayderman, M. Katz-Leurer // Clin. Rehabil. – 2013. – 27. – P. 207-214.
21. Yamato T. P. Pilates for low back pain / T. P. Yamato, C. G. Maher, T. B. Saragiotto; M. J. Hancock [et al.] // The Cochrane Database of Systematic Reviews. – 2015. – (7):CD010265.
22. Yoo Y-D. The effect of core stabilization exercises using a sling on pain and muscle strength of patients with chronic low back pain / Y-D. Yoo, Y-S. Lee // J. Phys. Ther. Sci. – 2012. – 24. – P. 671.
23. Yoon J. H. Tendon proteoglycans: biochemistry and function / J. H. Yoon, J. J. Halper //Musculoskelet. Neuronal. Interact. – 2005. – № 5(1). – P. 22-34.

Бала Т. М.¹, Костюк А. В.²,

Харківська державна академія фізичної культури, м. Харків¹

Харківський навчально-виховний комплекс «гімназія-школа I ступеня» №24 Харківської міської ради

Харківської області імені І. Н. Путикова²

ДОСЛІДЖЕННЯ РІВНЯ РУХОВИХ ЗДІБНОСТЕЙ ДІТЕЙ 5–6-ТИ РОКІВ

В статті представлені показники рівня фізичної підготовленості дітей 5-6-ти років на початку навчального року, а також ступінь їх змін в процесі занять фізичними вправами продовж навчального року. Отримані результати свідчать про покращання досліджуваних параметрів.

Ключові слова: фізичне виховання, фізична підготовленість, дошкільники.

Бала Т. М., Костюк А. В. Исследование уровня двигательных способностей детей 5-6-ти лет. В статье представлены показатели уровня физической подготовленности детей 5–6-ти лет в начале учебного года, а также степень их изменений в процессе занятий физическими упражнениями в течение учебного года. Полученные результаты свидетельствуют об улучшении исследуемых параметров.

Ключевые слова: физическое воспитание, физическая подготовленность, дошкольники.

Bala T. M, Kostyuk A. V. The research of level of motor abilities of children of 5-6 years old. Indicators of level of physical fitness of children of 5-6 years old at the beginning of the academic year and also extent of their changes in the process of classes by physical exercises during the academic year are presented in the article. The received results demonstrate improvement of the studied parameters.

The purpose of the research: to determine changes of indicators of motor abilities of children of preschool age in the course of classes by physical exercises.

Methods of the research: theoretical analysis and generalization of scientifically-methodical literature, pedagogical testing and methods of mathematical statistics.

The organization of the research. The research was conducted on the basis of preschool educational institution No. 3 of Lozova. 44 children took part in them. The research was conducted step by step. The previous testing of level of physical fitness of children of 5-6 years old was carried out at the first stage. The total testing was held at the second stage for the purpose of establishment of extent of change of the studied parameters.

The tests, which are offered by K. Kholodov, V.S. Kuznetsov [51] and T.A. Tarasova [46], were used for determination of level of motive preparedness of children of preschool age, namely: run on 30 m (s); standing long-jump (sm); raising of trunk in sit for 30" (number of times); hang on the bent hands (s); bending of trunk forward from position, sitting (sm); stand on one leg (s); throwing of small ball in the horizontal target (m) and run on 90 m (s).

Conclusions: 1. The obtained data of the conducted by us researches are demonstrate that the level of motor abilities of children of preschool age on average answers the assessment "good" that equals the level above average of development of motor abilities. 2. Generally, the reliable improvement of indicators with age is revealed both at boys, and at girls of 5-6 years old at the age aspect. 3. Generally, the doubtful reliable prevalence of results of boys over data of girls is revealed on gender sign ($p>0,05$).

Постановка проблеми. Аналіз останніх досліджень і публікацій. Дошкільний вік являється важливим періодом у житті людини, оскільки у даний віковий період формуються всі життєво необхідні функції та системи організму, закладається фундамент рухових умінь і навичок та ін.

Є. В. Бойко, 2009; О. І. Юрчук, 2012; Н. З. Гуцул, 2013; Т. М. Бала, 2015, 2017 та інші зазначають, що збереження і зміцнення здоров'я дитини, всебічний фізичний розвиток, підвищення рівня фізичної підготовленості та оптимальний руховий режим дітей є найголовнішими задачами, які стоять перед сучасними педагогами.

Фахівці з фізичного виховання, вказують на негативну тенденцію до збільшення гіподинамії внаслідок якої знижується рівень фізичного здоров'я та рухової підготовленості дітей (А. А. Баранов, 2000; Ю. А. Ямпольская, 2004; Е. С. Вільчковський, О. І. Курок, 2008; І. П. Масляк, Н. А. Кулик, 2013; та ін.). Статистичні дані, свідчать про те, що майже 80% дітей мають одне або декілька захворювань, у 56% дошкільників відзначається незадовільний стан фізичної підготовленості [10, 12].

Слід зазначити, що дані літературних джерел показують, що сучасне дошкільне фізичне виховання в повній мірі не компенсує прогресуючий дефіцит рухової активності дошкільників [5–8]. Тому, актуальним залишається питання підвищення рівня фізичних здібностей, за рахунок використання різноманітних видів рухової діяльності в процесі фізичного виховання дошкільників. Отже, першим етапом дослідження являється визначення рівня рухових здібностей дітей дошкільного віку, для подальшої їх корекції.

Зв'язок роботи з науковими програмами, темами. Дослідження проводилося згідно Тематичного плану Харківської державної академії фізичної культури наукової теми «Вдосконалення процесу фізичного виховання в навчальних закладах різного профілю» на 2016–2020 рр. (№ держреєстрації 0115U006754).

Мета дослідження: визначити зміни показників рухових здібностей дітей дошкільного віку в процесі занять фізичними вправами.

Методи дослідження: теоретичний аналіз і узагальнення науково-методичної літератури, педагогічне тестування та методи математичної статистики.

Організація дослідження. Дослідження проводилося на базі дошкільного навчального закладу №3 м. Лозова. В них приймало участь 44 дитини. Дослідження проводилось поетапно. На першому етапі здійснювалося попереднє тестування рівня фізичної підготовленості дітей 5–6-ти років. На другому етапі було проведено підсумкове тестування з метою встановлення ступеня зміни досліджуваних параметрів.

Для визначення рівня рухової підготовленості дітей дошкільного віку використовувалися тести, запропоновані Ж. К. Холодовим, В. С. Кузнецовим [11] та Т. А. Тарасовою [9], а саме: біг на 30 м (с); стрибок у довжину з місця (см); піднімання тулубу в сід за 30" (кількість разів); вис на зігнутих руках (с); нахил тулубу вперед з положення сидячи (см); стійка на одній нозі (с); метання малого м'яча в горизонтальну ціль (м) та біг на 90 м (с).

Результати дослідження. Аналізуючи отримані показники фізичної підготовленості у віковому аспекті (табл. 1) виявлено, покращення результатів з віком, як у хлопців, так і у дівчат 5–6-ти років. Слід зазначити, що отримані показники в основному носять достовірний характер ($p<0,05$ – $0,001$).

Порівнюючи отримані дані за гендерною ознакою, виявлено в основному не достовірне превалювання результатів хлопців над даними дівчат ($p>0,05$).

Порівнюючи отримані показники з нормами, запропонованими Ж. К. Холодовим, В. С. Кузнецовим [11] та Т. А. Тарасовою [9], виявлено, що у дітей 5–6-ти років показники які відображають рівень фізичної підготовленості в основному відповідають оцінці «добре». Виняток складають результати виконання вису на зігнутих руках дівчат 5-ти та хлопців 6-ти років і нахилу тулуба вперед хлопців 5-ти років, де показники дорівнюють оцінці «задовільно».

Таблиця 1

Вікові порівняння показників фізичної підготовленості дітей 5–6-ти років на початку навчального року

Тестові вправи	$\bar{X} \pm m$		t см.	p
	5 років (n=11)	6 років (n=12)		
Хлопці				
Біг на 30 м (с)	8,29±0,63	7,64±0,83	2,11	<0,05
Стрибок у довжину з місця (см)	107,45±6,21	128,41±5,83	4,31	<0,001
Піднімання тулуба в сід за 30" (кількість разів)	14,09±1,37	17,20±1,43	3,91	<0,001
Вис на зігнутих руках (с)	14,11±2,21	20,00±3,30	5,35	<0,001
Стойка на одній нозі (с)	6,36±1,20	9,04±1,53	4,59	<0,001
Метання малого м'яча в горизонтальну ціль (м)	5,15±12,22	4,54±9,87	1,39	>0,05
Нахили тулуба вперед з положення сидячи (см)	7,00±1,4	8,25±1,95	1,98	>0,05
Біг на 90 м (с)	27,83±2,05	26,39±1,92	1,19	>0,05
Дівчата				
Тестові вправи	5 років (n=10)	6 років (n=11)		
Біг на 30 м (с)	8,44±0,60	8,09±0,46	1,49	>0,05
Стрибок у довжину з місця (см)	104,3±6,80	118,63±5,02	4,49	<0,001
Піднімання тулуба в сід за 30" (кількість разів)	13,5±1,40	15,31±1,34	3,03	<0,01
Вис на зігнутих руках (с)	9,05±1,60	12,68±2,00	4,60	<0,001
Стойка на одній нозі (с)	8,9±1,66	10,45±1,96	1,96	>0,05
Метання малого м'яча в горизонтальну ціль (м)	4,25±6,63	3,85±6,93	2,87	<0,05
Нахили тулуба вперед з положення сидячи (см)	7,60±1,32	8,45±1,85	1,49	>0,05
Біг на 90 м (с)	31,3±1,65	26,84±2,49	5,17	<0,001

Таким чином у дітей дошкільного віку в середньому спостерігається вище середнього рівень фізичного підготовленості, що дорівнює оцінці «добре».

Досліджуючи результати фізичної підготовленості отримані наприкінці навчального року (табл. 2–5) виявлено незначне їх поліпшення, як у хлопців так і у дівчат 5–6-ти років ($p > 0,05$).

Таблиця 2

Середні показники фізичної підготовленості хлопчиків 5-ти років на початку та наприкінці навчального року

Тестові вправи	$\bar{X} \pm m$		t см.	P
	Показники на початку навчального року	Показники наприкінці навчального року		
5 років				
Біг на 30 м (с)	8,29±0,63	7,97±0,83	2,09	>0,05
Стрибок у довжину з місця (см)	107,45±6,21	117,27±4,29	4,30	<0,001
Піднімання тулуба в сід за 30" (кількість разів)	14,90±1,37	16,09±1,51	1,91	>0,05
Вис на зігнутих руках (с)	14,11±2,21	16,72±1,61	3,56	<0,001
Стойка на одній нозі (с)	6,36±1,20	7,63±1,02	2,66	<0,05
Метання малого м'яча в горизонтальну ціль (м)	5,15±12,22	5,38±2,40	0,75	>0,05
Нахили тулуба вперед з положення сидячи (см)	7,0±1,4	7,68±1,18	1,21	>0,05
Біг на 90 м (с)	27,83±2,05	26,56±2,10	1,43	>0,05

Таблиця 3

Середні показники фізичної підготовленості хлопчиків 6-ти років на початку та наприкінці навчального року

Тестові вправи	$\bar{X} \pm m$		t см.	P
	Показники на початку навчального року	Показники наприкінці навчального року		
6 років				
Біг на 30 м (с)	7,64±0,83	7,25±1,05	1,00	>0,05
Стрибок у довжину з місця (см)	128,41±5,83	129,16±5,28	0,32	>0,05
Піднімання тулуба в сід за 30" (кількість разів)	17,20±1,43	18,37±1,52	1,92	>0,05
Вис на зігнутих руках (с)	20±3,30	23,08±3,23	2,31	<0,01
Стойка на одній нозі (с)	9,0±1,53	10,33±1,77	1,96	>0,05
Метання малого м'яча в горизонтальну ціль (м)	4,54±9,87	4,98±6,72	0,62	>0,05
Нахили тулуба вперед з положення сидячи (см)	8,25±1,95	8,87±2,28	0,71	>0,05
Біг на 90 м (с)	25,7±2,12	23,66±1,66	2,60	<0,05

Так, достовірність відмінностей спостерігається у таких показниках як: стрибок у довжину з місця дошкільнят 5-ти і дівчат 6-ти років; вис на зігнутих руках, дітей 5–6-ти років та біг на 90 м дітей 6-ти років ($p < 0,05 - 0,001$).

У віковому та статевому аспектах виявлено, що тенденція відмінностей залишається незмінною у порівнянні з початковими даними.

Таблиця 4

Середні показники фізичної підготовленості дівчаток 5-ти років на початку та наприкінці навчального року

Тестові вправи	$\bar{X} \pm m$		t см.	P
	Показники на початку навчального року	Показники наприкінці навчального року		
5 років				
Біг на 30 м (с)	8,44±0,60	8,1±0,61	1,25	>0,05
Стрибок у довжину з місця (см)	104,3±6,80	111,4±6,36	2,41	<0,01
Піднімання тулуба в сід за 30" (кількість разів)	13,5±1,40	14,45±1,03	1,72	>0,05
Вис на зігнутих руках (с)	9,05±1,60	10,85±1,22	2,81	<0,01
Стійка на одній нозі (с)	8,9±1,66	9,6±1,71	0,92	>0,05
Метання малого м'яча в горизонтальну ціль (м)	4,25±6,63	4,42±3,27	0,67	>0,05
Нахили тулуба вперед з положення сидячи (см)	7,6±1,32	8,05±1,32	0,65	>0,05
Біг на 90 м (с)	31,3±1,65	28,33±3,83	2,07	>0,05

Порівнюючи повторні дані, які відображають рівень рухової підготовленості з нормативними оцінками, виявлено, що всі досліджувані показники дещо покращились, однак на оціночній шкалі це ніяк не відобразилось. Виняток складають показники бігу на 30 м і стрибка у довжину з місця хлопчиків 5-ти років та бігу на 90 м хлопчиків 6-ти років, де результати покращились на 1 бал і стали дорівнювати 5-ти балам.

Таблиця 5

Середні показники фізичної підготовленості дівчаток 6-ти років на початку та наприкінці навчального року

Тестові вправи	$\bar{X} \pm m$		t см.	P
	Показники на початку навчального року	Показники наприкінці навчального року		
6 років				
Біг на 30 м (с)	8,09±0,46	7,72±0,49	1,77	>0,05
Стрибок у довжину з місця (см)	118,63±5,02	125,18±7,2	2,47	<0,01
Піднімання тулуба в сід за 30" (кількість разів)	15,31±1,34	16,22±1,31	1,60	>0,05
Вис на зігнутих руках (с)	12,68±2,00	14,45±2,00	2,43	<0,01
Стійка на одній нозі (с)	10,45±1,96	11,27±1,95	0,97	>0,05
Метання малого м'яча в горизонтальну ціль (м)	3,85±6,93	4,09±5,95	1,26	>0,05
Нахили тулуба вперед з положення сидячи (см)	8,45±1,85	8,90±1,89	0,56	>0,05
Біг на 90 м (с)	26,49±2,49	23,98±1,46	2,76	<0,01

Таким чином, результати дослідження свідчать про те, що у дітей 5–6-ти років рівень фізичної підготовленості відповідає в середньому 4-м балам, що дорівнює вище середньому рівню розвитку рухових здібностей.

Висновки:

1. Отримані дані проведених нами досліджень свідчать про те, що рівень рухових здібностей дітей дошкільного віку в середньому відповідає оцінці «добре», що дорівнює вище середнього рівню розвитку рухових здібностей.

2. У віковому аспекті, виявлено, в основному достовірне покращення показників з віком, як у хлопців, так і у дівчат 5–6 років ($p < 0,05 - 0,001$).

3. За гендерною ознакою, виявлено в основному не достовірне превалювання результатів хлопців над даними дівчат ($p > 0,05$).

Перспективи подальших досліджень у даному напрямку можуть здійснюватися шляхом визначення рівня фізичного розвитку дітей дошкільного віку.

Література

1. Ажиппо А. Ю. Развитие гибкости школьников 5–6-х классов под влиянием занятий чирлидингом / А. Ю. Ажиппо, Т. М. Бала // Слобожанський науково-спортивний вісник. – Харків : ХДАФК, 2017. – № 5(61). – С. 12–17. – dx.doi.org/10.15391/snsv.2017-5.002

2. Бала Т. М. Влияние упражнений чирлидинга на координационные способности школьников 5–9-х классов / Т. М. Бала // Слобожанський науково-спортивний вісник. – Харків : ХДАФК, 2015. – № 5(49). – С. 24–28. – dx.doi.org/10.15391/snsv.2015-5.003

3. Бойко С.В. Фізична підготовленість дошкільнят до навчання в умовах сучасної школи : рівні та критерії / С.В.Бойко// Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського. Інститут фізичного виховання і спорту. Фізична культура, спорт та здоров'я людини. Збірник наукових праць. Вип. 8;Том 1. Вінниця – 2009. – С. 94–99.
4. Вільчковський Е. С. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку: навч. посіб / Е. С. Вільчковський, О. І. Курок // . – [2-ге вид., перероб. та доп.]. – Суми: «Університ. книга», 2008. – 428 с.
5. Лисовский А. Ф. Оздоровление и физическое развитие детей дошкольного возраста на основе спортивно ориентированного процесса катания на горных лыжах / А. Ф. Лисовский, И. А. Решетников, О. В. Власова // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2005. – № 5. – С. 56–58.
6. Лобода В. В. Вплив занять тенісом на координаційні здібності юних спортсменів 6–8 років / В. В. Лобода, В. В. Му-лик, Л. В. Дугіна // Слобожанський науково-спортивний вісник : [наук.-теор. журн.]. – Харків : ХДАФК, 2012. – № 2. – С. 51–55.
7. Масляк И. П. Изменения уровня развития силовых способностей школьников средних классов под влиянием упражнений черлидинга / И. П. Масляк, Т. М. Бала // Слобожанський науково-спортивний вісник : [наук.-теор. журн.]. – Харків : ХДАФК, 2009. – № 3. – С. 20–23.
8. Нестеров В. М. Особливості навчання техніки гірськолижного спорту дітей 5–7 років / В. М. Нестеров, З. Д. Смирнова, В. В. Єфанова // Фізична культура, спорт та здоров'я нації : [зб. наукових праць]. – Випуск 12. – Т. 2. – Вінниця, 2011. – С. 187–191.
9. Тарасова Т. А. Контроль физического состояния детей дошкольного возраста: Методические рекомендации для руководителей и педагогов ДОУ / Т. А. Тарасова. – М. : Сфера, 2006. – 176 с.
10. Теорія і методика фізичного виховання. Методика фізичного виховання різних груп населення / Під ред. Т. Ю. Круцевич. – К. : Олімпійська література, 2008. – Т.2. – 366 с.
11. Холодов Ж. К. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учебное пособие для студентов высших учебных заведений / Ж. К. Холодов, В. А. Кузнецов. – М. : Изд. Центр «Академия», 2000. – 480 с.
12. Чайка Д. Вплив занять дитячим фітнесом на фізичну підготовленість дітей дошкільного віку / Дарина Чайка // Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. з галузі фіз. виховання, спорту і здоров'я людини / за заг. ред. Є. Приступи. – Л., 2014. – Вип.18, т. 2. – С. 185 - 189.
13. Bala T. M. Change in the level of strength and endurance development of 5–6 grades pupils under cheerleading exercises influence / T. M. Bala // Slobozhans'kij naukovo-sportivnij visnik. – Harkiv : HDAFK, 2015. – № 3(47). – S.14–18. – dx.doi.org/10.15391/sns.v.2015-3.003

Березкіна О.О., Височина О.А.

**Полтавський нафтовий геолого-розвідувальний технікум
Полтавського національного технічного університету імені Юрія Кондратюка**

МОТИВАЦІЯ ДО ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ І СПОРТОМ СТУДЕНТІВ ТЕХНІЧНОГО ВУЗУ

На основі узагальнення теоретичних засад формування ціннісного ставлення особистості та мотивації у студентів до занять фізичною культурою обґрунтовано та апробовано педагогічні умови формування у студентів вищих навчальних закладів ціннісного ставлення та мотиваційної сфери до фізичної культури.

У статті досліджено формування мотивації студентів до рухової активності, розглянуто ставлення студентів до фізичної культури і рівня їх фізкультурно-спортивної активності, наведені шляхи формування інтересу та мотивації до занять фізичним вихованням студентів, розкрито проблему формування мотивації студентів під час занять з фізичного виховання.

Вивчення мотивів, які активізують прагнення підлітків до систематичних занять фізичною культурою і спортом є однією з важливих педагогічних проблем у фізичному вихованні, оскільки мотиви мають вирішальне значення в поведінці й стимуляції активної діяльності.

Ключові слова: фізична культура, формування мотивації, мотив, інтерес, потреби, рухова активність, процес фізичного виховання, фізичне вдосконалення, студентська молодь.

Е.А.Березкіна, О.А.Височина *Мотивация к занятиям физической культурой и спортом студентов технического вуза.* На основе обобщения теоретических принципов формирования ценностного отношения личности и мотивации у студентов к занятиям физической культурой обоснованно и апробировано педагогические условия формирования у студентов высших учебных заведений ценностного отношения и мотивационной сферы к физической культуре.

Ключевые слова: физическая культура, формирование мотивации, мотив, интерес, потребности, двигательная активность, процесс физического воспитания, физическое совершенствование, студенческая молодежь.

E.A.Berezkina, O.A.Vysochina *Motivation to employments by a physical culture and sport of students of technical institute of higher.* On the basis of generalization of theoretical principles of forming of the valued relation of personality and motivation for students to engaged in a physical culture grounded and approved pedagogical terms of forming for the students of higher educational establishments of the valued relation and motivational sphere to the physical culture.

In the article of the forming of motivation of students to motive activity, attitude of students is considered toward a physical culture and level them athletic-sporting activity, aiming ways of forming of interest and motivation to engaged in physical education of students, the problem of forming of motivation of students is exposed during employments from physical education.