

have its strict rules and system events. A Fitness aerobics effectively provides studying the necessary level of motive activity which is the key to the normal functioning of organism, for strengthening of health and good feel.

Basic tasks professionally of the applied physical preparation of students are expounded in higher educational establishments. Exposed professionally functional and aesthetically beautiful orientation of physical education of students with the use of dancing aerobics of fitness. The complexes of dancing fitness-aerobics are offered which allow to perfect necessary professional qualities of students.

In this article the author considers methodological approaches to the learning of fitness-aerobics by the students of the high educational establishments. Classes of fitness-aerobics are analysed from the point of improvement of the students' motivation as regards physical and sports activities. Based on scientific works features of methods of teaching fitness-aerobics exercises, as one of the non-traditional types of gymnastics that harmoniously combines exercise with elements of dance are used to cope with tasks in the article. It is an effective means to maintain and improve health, improve life activity and staminas of the body. Students are recommended to follow the special features in the sequence of execution of exercises and independent study developed guidelines when they use the methods of teaching fitness-aerobics exercises on extracurricular classes.

Key words: non-traditional types of gymnastics, extracurricular classes, fitness-aerobics.

Стаття надійшла до редакції 26.03.2017 р.

Прийнята до друку 27.04.2017 р.

Рецензент – д. п. н., доц. Бабич В. І.

УДК 378.091.8:796.087

В. Ю. Чалий

ШЛЯХИ ФОРМУВАННЯ МОТИВАЦІЇ ДО ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ У СТУДЕНТІВ ПЕДАГОГІЧНОГО ВНЗ ЗАСОБАМИ КВЕСТ-ГРИ

На сьогодні в освітньому просторі України фізична культура є комплексним і складним соціальним явищем, що виконує провідну роль у формуванні здорового способу життя молодого покоління. У педагогічних ВНЗ фізичній культурі приділяється значна увага, проте фахівці вбачають послаблений інтерес і, як наслідок, нерозуміння потреби у студентів до занять фізичною культурою та спортом [1, с. 4]. Щоб забезпечити й створити необхідні передумови здорового способу життя студентської молоді, залучити до активного способу життя

та продуктивної професійно-педагогічної діяльності, педагоги з фізичного виховання повинні впроваджувати у навчальний процес інноваційні форми та методи навчання, що сприятимуть мотивації до занять фізичними вправами. Нагальність пошуку способів навчання й виховання здорової людини, а не тільки збереження й підтримка здоров'я, передбачає проблему формування готовності майбутнього вчителя до створення та використання здоров'язбережувальних освітніх технологій на одне зі значущих місць у педагогічній науці [4, с. 605–610]. Оскільки студенти педагогічного ВНЗ – це майбутні педагоги, які виховуватимуть наступні покоління, а погіршення у стані здоров'я – головна проблема XXI століття, то проблема формування мотивації до занять фізичною культурою є особливо актуальною.

На основі аналізу наукових джерел визначено, що проблема мотивації до занять фізичною культурою є предметом особливої уваги як у теорії педагогіки, так і в методиці фізичного виховання. Цілісний підхід до формування здоров'я людини розглядали М. Амосов, Т. Бойченко, Е. Булич, О. Міхєнко, І. Мурашов тощо; проблема шляхів створення здоров'язбережувального освітнього середовища висвітлюється у роботах О. Багінської, О. Єжової, В. Пристинського; створення методологічних засад здоров'язбережувальної діяльності досліджували Н. Башавець, Ю. Бойчук, П. Джушинський, О. Дубогай, Н. Завидівська, Л. Лисенко, В. Омеляненко, В. Оржеховська тощо; формування мотивації до зміцнення здоров'я засобами фізичного виховання досліджувала Т. Круцевич. Проте теоретичне підґрунтя для застосування квест технологій, як засобу мотиваційної діяльності у фізичному вихованні спеціально ще не розглядалися.

Мета роботи полягає в тому, щоб з'ясувати особливості пізнавальної активності на заняттях із фізичної культури та визначити роль використання квест технологій і надати рекомендації, спрямовані на підвищення мотивації студентів педагогічних ВНЗ до занять фізичними вправами, які сприятимуть фізичному розвитку й зміцненню фізичного та психічного здоров'я студентської молоді, що впливатиме в подальшому на позитивний розвиток здорового способу життя їхніх вихованців.

У дослідженні брали участь 75 студентів 1-3-х курсів різних факультетів Харківського коледжу Комунального закладу «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» Харківської обласної ради. Для вирішення поставлених завдань використовувались наступні методи: аналіз науково-методичної літератури, проведення квест-гри та анкетування.

За допомогою анкетування з'ясовано, що 60% вважають заняття фізичною культурою необхідним для своєї майбутньої діяльності, натомість 40% опитаних дотримуються протилежної думки. Наголошуємо на тому, що 35% опитаних студентів самостійно займаються фізичними вправами 5 разів і 45% – 3 рази на тиждень в

навчальний час, серед яких фізкультпаузи, фізкультхвилинки, а в позанавчальний, особливо влітку – бігом, плаванням, але 20% не витрачають час взагалі на заняття фізичними вправами.

Оскільки більшість студентів педагогічних ВНЗ – це дівчата, то досліджуючи мотиви, що спонукають їх займатися фізичною культурою, з'ясовано, що найбільш популярними мотивами є такі: корекція фігури – 45%; формування красивої постави – 20%; зміцнення і збереження здоров'я – 15%; мотив ігри і розваги – 10%; збільшення рухової активності – 5%; знаходження друзів – 2%; розвиток фізичних якостей – 3%.

За результатами дослідження більшість опитуваних отримують інформацію стосовно фізичної культури на заняттях із фізичної культури, тому вони і є провідною формою роботи зі створення позитивної мотивації до занять фізичною культурою. Але зважаючи на ряд досліджень, в яких зазначено, що стандартні форми проведення заняття фізичною культурою зменшують інтерес до фізичного виховання і, як наслідок – пропуски занять, потрібно акцентувати увагу саме на форми і методи навчання.

Спираючись на наукові дослідження зазначимо, що необхідною передумовою формування інтересу до занять фізичною культурою є надання студентам можливості виявити свої здібності (фізичні, творчі, розумові). Чим активнішими є методи навчання, тим легше зацікавити учасників занять [3, с. 173–179]. Як зазначалося вище, цікавим є те, що вимагає проявити творчі здібності (створювати разом сценарії спортивних свят з використанням естафет, пісень, рухливих ігор; долати завдання з квесту, де потрібно виконати і фізичні вправи, і творчі завдання (малюнок, пісня, танок, загадки), натомість одноманітні завдання не викликають інтересу [2, с. 47]. Через те, що не всі студенти відвідують секції з фізичного виховання, а тому й не беруть участі у спортивних змаганнях (що свідчить про їхню низьку фізичну підготовленість), тому характерним є те, що у них відсутній інтерес до спортивно-масових і оздоровчих заходів.

Для вирішення зазначеної проблеми викладачі кафедри фізичного виховання Комунального закладу «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» Харківської обласної ради, виокремлюють найбільш бажані для молоді засоби та методи навчання – це колективні, цілеспрямовані й емоційно насичені заняття, що спонукають до творчої активності та насичені ігровим змістом. На заняттях із фізичної культури проводились спортивна рольова гра (квест) «Козацький скарб» (сприяє вихованню в здоровій молоді, патріотів та формування здорового образу життя та вивчення історії рідного краю, міста та України), а також для груп, що перебувають на карантині й не відвідують спортивної зали – Веб-квест «Полювання на ідеальну фігуру» (розвивається кмітливість, винахідливість, уважність, творчість, а також швидкість), що, використовуючи інформаційні ресурси Інтернет і, інтегруючи їх

у навчальний процес, допомагає ефективно формувати низку компетенцій: соціальних, навчальних, комунікативних, інформаційних.

Проведення Веб-квесту передбачає досить не простий пошук інформації в мережі, де учасники вчаться використовувати інформаційний простір Інтернет для розширення сфери своєї творчої діяльності.

Провідними завданнями квесту було – зацікавити сучасну молодь виявляти відданість Батьківщині та українському народу через відродження національних і загальнолюдських духовних та моральних цінностей; популяризувати фізичну культуру та спорт серед студентської молоді; формувати свідоме ставлення до здорового способу життя, збереження та зміцнення особистого здоров'я. У конкурсі брали участь команди студентів віком від 15 до 18 років. До складу команди входили від 6 до 10 учасників. Викладач, який проводить квест, безпосередньої участі не бере. Команда має право самостійно обирати свою назву, логотип. Квест-гра складається з кількох завдань, кожне завдання має одну або дві підказки та встановлений організаторами час виконання, що складає дві години, з урахуванням штрафного часу. Якщо команда пройшла всі точки встановленого маршруту й фінішувала раніше встановленого часу їй нараховуються бонусні бали (1 хвилина – 1 бал), а, якщо команда фінішувала у позавстановлений час їй нараховується штрафний бал: 1 хвилина – мінус 1 бал від загальної кількості балів. Переможцем стає команда, що за сумою балів і часу виконання завдань, компенсованого за рахунок виконання цих завдань, швидше за всіх пододала встановлений маршрут, проте, якщо однакова кількість балів у двох команд, переможцем стала команда, що фінішувала першою.

До основних переваг зазначимо, що застосування квесту дозволяє: пізнати студентам один одного в умовах необхідності прийняття швидких рішень; виявити приховані здібності, потенційних лідерів, інтелектуалів, студентів-логістів, які вміють прорахувати на декілька ходів вперед; розвивати логічне мислення, інтуїцію, вміння швидко знаходити вихід із складної ситуації, знайти спільну мову з різними особами; краще ознайомитися з темою заняття; спільно пережити (завдяки ігровим етапам) емоційні сплески, що психологічно зближує учасників, викликає масу позитивних емоцій і радісних спогадів, сприяє розвитку комунікабельності; розвивати, на інтелектуальних етапах гри, ерудицію і виявляти спритність.

Педагогічний процес формування готовності студентів до реалізації здоров'язбережувальних технологій слід розглядати не тільки як окремих складник системи підготовки висококваліфікованих фахівців, а і як форму освіти молоді, зважаючи на їх індивідуальні потреби у здобутті певних знань, формуванні умінь і навичок, особистісному і професійному зростанні. Для того, щоб формувати у студентів педагогічних ВНЗ стійкої мотивації до занять фізичною культурою необхідно, починаючи з першого курсу запроваджувати у заняття

фізичної культури новітні технології навчання, що сприятиме формуванню сучасних поглядів на роль фізичної культури у процесі становлення особистості; пропагувати фізичну культуру і спорт; стимулювати прагнення бути здоровим і виховувати здорову націю. Також важливо скерувати студентів на опанування системою загальнотеоретичних, спеціальних і методичних знань фізичної культури у виховній роботі з подальшим їх використанням за фахом.

Перспективи подальших досліджень вбачаємо в упровадженні концепції формування готовності майбутніх педагогів до використання здоров'язбережувальних технологій у професійній підготовці.

Список використаної літератури

- 1. Гаркуша С. В.** Теоретичні та методичні засади формування готовності майбутніх фахівців фізичного виховання до використання здоров'язбережувальних технологій: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня доктора пед. наук: спец. 13.00.04 «Теорія і методика професійної освіти» / Гаркуша Сергій Васильович. – Чернігів, 2015. – 40 с.
- 2. Канюк С.** Психологія мотивацій / С. Канюк – Київ: Либідь, 2002. – 304 с.
- 3. Литвиненко І.** Причини безвідповідального відношення молоді до свого здоров'я / І. Литвиненко // Фізична культура, спорт та здоров'я нації – нова епоха, нова генерація : Матеріали Міжнар. наук.-практ. конференції. – Миколаїв : МДПУ, 2002. – С. 173–179.
- 4. Павленко І. О.** Формування у студентів мотиваційно-ціннісного ставлення до фізичної культури / І. О. Павленко, Л. І. Бережна, О. Р. Сидоренко // Теорія і практика фізичного виховання. – 2010. – № 1–2. – Том 1. – С. 605–610.

Чалий В. Ю. Шляхи формування мотивації до занять фізичною культурою у студентів педагогічного ВНЗ засобами квест-гри

Стаття присвячена проблемі низької мотивації студентів педагогічних ВНЗ до занять фізичною культурою. У роботі визначено основні чинники, що впливають на актуалізацію навчальної діяльності; проаналізовано застосування квест технології, як засобу мотивації до занять фізичною культурою; обґрунтовано мотиви, що впливають на посилення інтересу до занять фізичними вправами.

Перспективи подальших досліджень вбачаємо в упровадженні концепції формування готовності майбутніх педагогів до використання здоров'язбережувальних технологій у професійній підготовці.

Ключові слова: мотивація, студенти, фізична культура, квест технологія, Веб-квест, здоровий спосіб життя.

Чалый В. Ю. Пути формирования мотивации к занятиям физической культурой у студентов педагогического ВУЗа средствами квест-игры

Статья посвящена проблеме низкой мотивации студентов педагогических вузов к занятиям физической культурой. В работе

определены основные факторы, влияющие на актуализацию учебной деятельности; проанализированы применения квест технологии, как средства мотивации к занятиям физической культурой; обоснованно мотивы, влияющие на усиление интереса к занятиям физическими упражнениями.

Перспективы дальнейших исследований видим во внедрении концепции формирования готовности будущих педагогов к использованию здоровьесохраняемых технологий в профессиональной подготовке.

Ключевые слова: мотивация, студенты, физическая культура, квест технология, Веб-квест, здоровый образ жизни.

Chaly V. Ways of Formation of Motivation to Physical Training in Pedagogical High School Students Means Quest-Game

The article deals with the problem of low motivation of students of pedagogical universities to physical training. The paper identifies the main factors affecting the actualization of educational activities; Quest analyzed the use of technology as a means of motivation for physical training; grounded reasons affecting the growing interest in exercise.

The educational process of building of students' readiness the implementation of health saving technologies should be considered not only as a separate component of the training system of highly knowledgeable specialists, but as a form for teaching the youth, taking into account their individual abilities for getting special knowledge, development of skills and abilities, personal and professional growth.

In order to develop steady motivation to doing physical exercises and activities in the students of teacher training higher educational institutions it is necessary to implement the latest educational technologies in the Sports classes beginning from the first year of education, that will allow to shape modern views on physical culture in the course of personality development; to popularize physical culture and sports; and to promote the striving to keep fit and raise healthy nation.

Key words: motivation, students, physical education, technology Quest, Quest Web, healthy lifestyle.

Стаття надійшла до редакції 22.03.2017 р.

Прийнята до друку 27.04.2017 р.

Рецензент – д. п. н., доц. Бабич В. І.