

черлідінгу. Особливості викладання дисципліни Фізичне виховання в сучасних умовах: матеріали круглого столу / гол. ред. О.Ю. Брезденюк; ред. кол. В.В. Головіна, В.С. Білоус, Т.В. Осаволук, Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського, Вінниця, 21 січня 2025. Вінниця, 2025. Вип. 7. 85 с

МОНІТОРИНГ РІВНЯ МОТИВАЦІЇ СТУДЕНТІВ ЗВО ДО ФІЗИЧНОЇ АКТИВНОСТІ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ В УКРАЇНІ

Чхань Аліна

*Вінницький національний технічний університет,
кафедра фізичного виховання
44xanalina@gmail.com*

Анотація. Стаття досліджує вплив воєнного стану в Україні на рівень мотивації студентів закладів вищої освіти займатись різноманітними видами фізичної активності. Автори звертають увагу на особливості моніторингу та визначення факторів, що впливають на зміну студентської мотивації в умовах воєнного стану.

Ключові слова: моніторинг, мотивація, фізична активність, студенти ЗВО, вплив, військовий стан.

Summary. Chkhan A. **Monitoring the Level of Motivation of Higher Education Students for Physical Activity under Martial Law in Ukraine.** The article examines the impact of martial law in Ukraine on the level of motivation of students of higher education institutions to engage in various types of physical activity. The authors draw attention to the peculiarities of monitoring and identifying factors that influence changes in student motivation under martial law.

Keywords: monitoring, motivation, physical activity, higher education students, impact, military status.

Постановка проблеми. Мотивація – психофізіологічний процес, що керує поведінкою студента, спрямованістю, організацією та активністю його дій, які виражаються в здатності молодої людини задовольняти свої потреби. Мотивація до фізичної активності – особливий стан особистості, спрямований на досягнення оптимального рівня фізичної підготовленості та працездатності. Формування усвідомленої мотивації до навчальних занять із фізичного виховання – одна з найважливіших проблем сучасного вищого навчального закладу. Під час вибору видів спорту або фізичних вправ у більшості відсутня чітка й обґрунтована мотивація. Вибір відбувається випадково (за компанію з друзями, зважаючи на більш зручний розклад або симпатичного викладача), подеколи присутній інтерес до певного виду спорту чи розуміння необхідності

виконання фізичних вправ. Формування інтересу до занять фізичною культурою і спортом є багатограним процесом: від початкових гігієнічних знань до глибоких фізіологічних знань у сфері теорії і методики фізичного виховання, а також до формування навичок самостійних занять і потреби в заняттях спортом [1, 3].

Потреба організму людини в систематичному м'язовому тренуванні є одним з найважливіших аргументів для обґрунтування необхідності впровадження фізичної культури в повсякденний режим життя кожної людини незалежно від її віку і статі. У теперішній час, особливо у дітей та молоді, немає більш дієвих засобів для зміцнення здоров'я і штучного підвищення їх рухової активності, крім засобів фізичного виховання і спорту. Узагальнюючи вищезазначене, можна зробити висновок про те, що рухова активність забезпечує фізичне, психічне, соціальне та духовне благополуччя людини, здійснює благотворний вплив на її здоров'я в цілому. Оздоровчий вплив рухової активності здійснюється на всіх етапах життя людини [4].

Обговорення. Для вивчення впливу воєнного стану на мотивацію студентів вищих навчальних закладів до різноманітних видів фізичної активності було визначено відсутність систематичного аналізу даного питання. Створене нами дослідження спрямоване на визначення динаміки мотивації та розробку стратегій підтримки фізичної активності студентів під час воєнного конфлікту.

Одним з етапів нашого дослідження стало анкетування, яке включало у себе запитання, що допомогли нам визначити відношення сучасної студентської молоді до фізичної активності загалом та вплив зовнішніх факторів на їх мотивацію до занять її різними видами.

У анкетуванні взяли участь студенти другого курсу факультетів Інформаційних технологій та комп'ютерної інженерії та Менеджменту та інформаційної безпеки Вінницького національного технічного університету, 120 юнаків та 70 дівчат.

Перший блок запитань включав ситуативну інформацію, оцінка важливості фізичної активності в умовах воєнного стану була наступною, далі було визначено скільки разів на тиждень опитані студенти займаються будь – якими видами фізичної активності, основні види фізичної активності, яким сучасна молодь надає перевагу, вплив стресових ситуацій на мотивацію до занять різними видами фізичної активності загалом.

Рекомендації. Таким чином, згідно отриманих результатів опитування можна стверджувати, що воєнний стан в країні однозначно негативно впливає на повсякденне життя студентської молоді. Саме тому і зменшується інтерес та бажання бути фізично активним. Також низькою є кількість студентів, які систематично займаються будь – якими видами фізичної активності. Серед тих, хто займається, поруч із традиційними видами активності, іде тенденція до вибору більш сучасних та нових видів.

Для безпосереднього впливу на ситуацію, що відображають результати дослідження, потрібно постійно проводити роз'яснювальну діяльність про позитивний вплив регулярних фізичних навантажень та психологічний стан

людини та спонукати молодь знаходити можливість для регулярної фізичної активності, незалежно від умов, в яких проходить їх повсякденне життя.

Література

1. Бойко Г. Л., Козлова Т. Г., Шарафутдінова С. У. Досягнення ефекту дотримання норм рухової активності та формування стресостійкості у здобувачів вищої освіти в умовах російсько-української війни // Фізичне виховання в контексті сучасної освіти: тези доповідей XVII Міжнародної науково-методичної конференції. Національний авіаційний університет. Київ, 2022. С. 17–19.
2. Войтенко С.М., Рогаль І.В., Чхань А.А.. Формування рівня мотивації у спільних діях футболістів 16-17 років. Чхань А.А. Формування рівня мотивації у спільних діях футболістів 16-17 років [Текст] / Войтенко С.М., Рогаль І.В., Чхань А.А. // Фізична культура, спорт і здоров'я нації : збірник наукових праць. - Вінниця : ТОВ "Планер", 2022. - №13(32). С.151-159.
3. Носко М. О. Рухова активність і заняття фізичними вправами як необхідна умова здоров'язбереження / М. О. Носко, О. М. Воєділова, С. В. Гаркуша, Ю. М. Носко // Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія: Педагогічні науки. - 2018. - Вип. 151(2). - С. 44-51. - Режим доступу: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/VchdpuP_2018_151\(2\)_12](http://nbuv.gov.ua/UJRN/VchdpuP_2018_151(2)_12)
4. Рогаль, І., Столярик, В., Чхань, А., & Шкондя, В. (2024). Моніторинг рівня мотивації студентів ЗВО до різноманітних видів фізичної активності в умовах військового стану в Україні. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*, (2(174)), 163-166. [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.2\(174\).35](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.2(174).35)

СПОРТИВНІ ІГРИ ЯК ЗАСІБ ВИХОВАННЯ ВОЛІ ТА ДИСЦИПЛІНИ

Шкондя Вікторія

*Вінницький торговельно-економічний інститут ДТЕУ,
кафедра фізичного виховання та спорту
e-mail:vikailch@ukr.net*

Анотація. Сучасне суспільство потребує особистостей, які гармонійно розвинені, здатні до свідомого самоконтролю, самовдосконалення та відповідальної поведінки. У сучасних умовах технологічного прогресу, інформаційного перевантаження та зниження рівня фізичної активності молоді особливого значення набуває фізичне навантаження. Воно не лише сприяє зміцненню здоров'я, а й виступає важливим фактором формування морально-вольових якостей, таких як дисциплінованість, наполегливість,