

*Олександр Хомовський,
викладач кафедри фізичного виховання,
Подільський державний аграрно-технічний університет,
м. Кам'янець-Подільський*

ЕМОЦІЙНИЙ КОМПОНЕНТ ЯК МОТИВАЦІЯ ДО ЗАНЯТЬ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ У ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ

Вступ. Проблема інновацій у роботі викладачів з фізичного виховання досить актуальна. Як не прикро, але на сьогоднішній день спортивна діяльність у закладі вищої освіти «не в моді», тому для викладачів з фізичного виховання стає все більш важливим активне застосування нових методик і технологій проведення занять з метою підвищення мотивації у студентів.

Методи дослідження: аналіз і синтез наукових літературних джерел, педагогічне спостереження.

Результати досліджень. Мотивувати студентів до регулярних занять з фізичного виховання можливо тільки при позитивному емоційному настрої на самі заняття. Важко змусити молоду особу займатися справою, яка не є улюбленою. Емоції можуть бути своєрідним «локомотивом» до подальших дій. Тому позитивне ставлення до занять з фізичного виховання потрібно формувати саме через емоційний компонент, який, в свою чергу, «ввімкне» і пізнавальний компонент, що дозволить розширити кругозір здобувача вищої освіти в даній сфері, отримати нові знання про методики різних тренувань, дізнатися про новітні напрямки в галузі фізичного виховання і спорту, навчитися дотримуватися правил здорового харчування, знайти однодумців і т.п.. Головне - не запізнитися з формуванням фізичного потенціалу у молодій людині. Важливо донести який вплив здійснюють фізичні вправи на організм, в чому полягає сенс всіх навчально-тренувальних процесів. Зниження інтересу до традиційних форм і систем фізичного виховання і недостатня освіченість у даній сфері обмежують можливості студентів перейти до організації самодіяльних форм занять фізичною діяльністю, активно і цілеспрямовано

використовувати їх у зміцненні свого здоров'я, організації здорового способу життя [3].

У нашому закладі вищої освіти проводиться максимальне залучення молоді до активних занять з фізичного виховання. Для підвищення якості та ефективності освіти на заняттях застосовуються сучасні технології. Одними з найбільш значущих технологій за рівнем впливу на студентів є здоров'язберігаючі, засновані на вікових особливостях студентів, оптимальному поєднанні рухових і статичних навантажень, принципах поступовості зростання навантаження і послідовності розучування вправ, із застосуванням наочності.

Здобувачі вищої освіти мають можливість обрати для себе спортивну секцію (легка атлетика, волейбол, теніс, важка атлетика, футбол, баскетбол), активно і успішно приймають участь у змаганнях різних рівнів. Завдяки цьому студенти демонструють результати рівня свого фізичного розвитку, підсилюючи позитивний ефект у формуванні інтересу до фізичного виховання, свого здоров'я, організації культурного дозвілля. На практичних заняттях надається можливість спробувати себе в ролі тренера-викладача, а саме: вибрати і скласти комплекс вправ, підібрати формат заняття, музичний супровід і т.д. Музичний супровід може бути невід'ємною частиною занять, викликаючи почуття емоційного підйому. Позитивні емоції тягнуть за собою прагнення виконувати завдання енергійніше, в повній амплітуді, що сприяє підвищенню інтенсивності. Все це стимулює на додаткові пошуки потрібної інформації як в інтернеті, так і в навчальній літературі, а ще дозволяє підвищити впевненість у собі перед аудиторією [1, 2].

Висновки. Для досягнення максимальної ефективності на заняттях, викладачу необхідно орієнтуватися на особистісний підхід до студентів, на створення умов, в яких здобувач вищої освіти буде націлений на максимальний результат та вдосконалення. Тому необхідно вести безперервний пошук найбільш ефективних підходів, сучасних тенденцій та інноваційних технологій для залучення студентів у навчальний процес.

Список використаних джерел:

1. Багрій Н. Ф. Роль ритму і темпу в підвищенні ефективності занять фізичного виховання студентів, 2009. URL: <http://eprints.zu.edu.ua/1303/1/05bnffvs.pdf> (дата звернення: 15.01.2021).
2. Москаленко Н., Сичова Т. Мотиваційні пріоритети студентів до занять фізичною культурою і спортом. *Спортивний вісник Придніпров'я*, 2010. №. 2. С. 10-13.
3. Черняков В. В., Колодяжна Т. П., Дерябкіна Т. В. Психолого-педагогічні аспекти ставлення здобувачів вищої освіти до занять з фізичного виховання. *Проблеми соціальної роботи: філософія, психологія, соціологія*, 2019. №. 2 (14). С. 84-90.