

9. Новікова О. В. Розвиток творчого мислення студентів в освітньому процесі / О. В. Новікова // Вісник Луганського національного університету ім. Т. Шевченка, Серія "Педагогічні науки". – 2011. – № 20, Ч. 1. – С. 88–99.
10. Середа І. О. Розвиток творчих здібностей учнів молодшого шкільного віку у процесі фізичного виховання : дис. ... канд. пед. наук: 13.00.07 – теорія і методика виховання : захищена 20.12.2011 / І. О. Середа ; Тернопільський нац. пед. ун-т ім. Володимира Гнатюка ; наук. кер. І. О. Омеляненко. – Тернопіль, 2011. – 184 с.
11. Теория и методика физического воспитания: учеб. пособие для студ. фак. физ. воспит. пед. ин-тов / под ред. Б. А. Ашмарина. – М. : Просвещение, 1979. – С. 94–97.
12. Хасанов М. Х. Формування свідомого ставлення до виконання фізичних вправ в процесі навчальних занять з дисципліни "Фізичне виховання" у студентів вищих навчальних закладів системи МВС / М. Х. Хасанов, М. І. Матвієнко // Вісник Чернігівського державного педагогічного університету імені Т. Г. Шевченка. – 2009. – №4. – С. 123–127.
13. Шевченко Ю. П. Розвиток творчості курсантів на заняттях з іноземної мови / Ю. П. Шевченко // Вісник Черкаського університету : [зб. наук. ст.]. Серія Педагогічні науки / М-во освіти і науки України, Черкаський нац. ун-т ім. Б. Хмельницького. – Черкаси : Видавництво ЧНУ ім. Б. Хмельницького, 2010. – № 181. – С. 149–154.
14. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів: підруч. для студ. вищих навч. закл. фіз. вихов. і спорту : в 2 ч., Ч. 1 / Б. М. Шиян. – Тернопіль : Навч. книга. – Богдан, 2001. – С. 111–121.
15. Шумакова Н. Б. Исследование творческой одаренности с использованием тестов Торренса / Н. Б. Шумакова, Е. И. Щелбанова, Н. П. Щербо // Вопросы психологии, 1991. – № 1. – С. 27–32.

*Рецензент:* канд. наук з фіз. вих., доц. Ковальчук Л. В.

**ББК 75**

**УДК 796/799**

*Світлана Демчук*

## **ШЛЯХИ ФОРМУВАННЯ МОТИВАЦІЇ НАСЕЛЕННЯ ДО СПОРТИВНО-ОЗДОРОВЧОЇ ДІЯЛЬНОСТІ**

*У статті розкрито шляхи формування мотивації населення до занять фізичними і спортивними вправами. Розроблено функціональну модель залучення населення до спортивно-оздоровчої діяльності (СОД).*

**Ключові слова:** мотивація до занять фізичною культурою, фізкультурно-оздоровча діяльність, модель залучення населення до СОД.

*В статье раскрыты пути формирования мотивации населения до занятий физическими и спортивными упражнениями. Представлена функциональная модель привлечения населения до занятий спортивно-оздоровительной деятельностью.*

**Ключевые слова:** мотивация до занятий физической культурой, физкультурно-оздоровительная деятельность (СОД), модель привлечения населения до СОД.

*In this article the forming motivation ways of people to physical training are learned. The model of population attraction to physical-recreative activities is showed (PRA).*

**Keywords:** motivation to physical training, physical-recreative activities, a model of population attraction.

**Постановка проблеми та аналіз результатів останніх досліджень.** Актуальність формування мотивації до занять фізичною культурою, як невід'ємної частини життя суспільства й окремої людини, пов'язана з проблемою біологічного існування людини. Сутність проблеми полягає в різкому зниженні фізичної активності населення. Здоров'я нації на сучасному етапі, в умовах технічного прогресу, перебудови промисловості та народного господарства, є найважливішою умовою її благополуччя. І це зрозуміло, тому, що здорова людина має більш високу працездатність, продуктивністю

праці, менше хворіє, тим самим сприяє збільшенню економічних ресурсів країни. Тому необхідно створити такі умови, які б гарантували зацікавленість і відповідальність людини за відновлення та зміцнення власного стану здоров'я [4, 7, 9].

Середня тривалість життя обох статей в Україні становить 67 років, цей показник менший за показник середньої тривалості життя в Європі на 5,4 роки, в країнах Європейського Союзу – на 7,4 роки і відрізняється від найбільш благополучних у цьому відношенні країн на 12–12,5 років [10].

**Мета дослідження** – визначити шляхи формування мотивації населення до занять фізичними і спортивними вправами.

**Методи дослідження:** аналіз, синтез та узагальнення науково-методичної та літератури, спостереження, опитування.

**Результати дослідження та їх обговорення.** Спортивно-оздоровча діяльність, як і будь-яка інша діяльність людини, актуалізується під дією мотивів і стимулів. Якщо стимул це зовнішній спонукач до дії або діяльності, то мотив – внутрішній. Саме активізація внутрішніх спонукальних сил особистості є найбільш перспективним напрямком у вирішенні проблеми залучення населення до занять оздоровчою фізичною культурою.

Для формування мотивації спортивно-оздоровчої діяльності особистості перспективним є застосування системного підходу, що приводить до необхідності розробки “Моделі залучення населення до СОД”. Це можна здійснити за допомогою традиційних і нетрадиційних, інноваційних методик фізичного виховання з використанням сучасних інформаційних технологій. Модельний підхід дає можливість систематизувати напрямки наукових досліджень і спрогнозувати можливі тенденції зміни ставлення людини до оздоровчої фізичної культури.

У результаті аналізу літератури й особистого спостереження в процесі практичної роботи з фізичного виховання “Модель залучення населення до СОД” може бути представлена як чотирикомпонентна ієрархічна система, яка складається з педагогічного (60%), медичного (13%) аспектів, керівної ролі адміністративних органів (2%) і використання засобів масової інформації та пропаганди (25%) [1, 2, 3, 5].

Перший компонент структури моделі передбачає передачу необхідних знань з використання засобів фізичної культури і спорту з метою зміцнення та збереження здоров'я. Найбільш розповсюдженими засобами передачі інформації та пропаганди є преса, радіо, телебачення, реклама, особливо “пряма поштова” і кіно. Останнім часом великого значення набувають комп'ютерні технології, мультимедійні засоби, віртуальна реальність, інформаційний простір через електронну пошту і систему “Інтернет”. Пропаганда й інформація повинні вчити, радити, підказувати ідеали, еталони поведінки та формувати переконання, які стають керівними в діях конкретної людини. Свідомо відібрана, цілеспрямована інформація володіє переконливою силою і здатна змінити інтереси та мотиви особистості [2, 6, 10].

Особливе значення при формуванні мотивації до оздоровчої фізичної культури має педагогічний аспект діяльності – другий компонент моделі. Люди завжди схильні до виховного процесу, якщо він не формальний, тактичний, враховує їх запити й інтереси. Найбільший ефект досягається в результаті проведення колективної чи індивідуальної бесіди з питань фізичної культури та її місця в житті людини. Щоб такі бесіди приносили більш надійні результати, їх необхідно підкріплювати конкретною інформацією про вплив фізичної культури і спорту на організм людини. Як на нашу думку, то це краще здійснювати за допомогою тестування фізичного та функціонального стану особистості. Таке сполучення теоретичних відомостей з наочністю позитивно впливає на формування свідомого ставлення людини до занять оздоровчою фізичною культурою [2, 4, 5].

Формувати мотиви спортивно-оздоровчої діяльності можна й через переконання. При цьому слід враховувати світогляд людини, її уявлення, переконання, погляди, які склалися раніше. При правильному використанні цей духовний багаж може стати союзником у формуванні переконання в необхідності вести здоровий спосіб життя [1, 6, 9].

Поряд з переконанням важливу роль у формуванні мотивації відіграє й такий прийом як навіювання. Навіювання – це спосіб впливу, розрахований на некритичне виховання повідомлення, в якому дещо стверджується або заперечується без доказів. Особливе значення при цьому має група факторів, які пов'язані з орієнтацією людини на особистість того, хто навіює, його статус, престиж, щирість намірів і достовірність вихідної інформації. Частіше за все переконання й навіювання використовуються паралельно і мають одну й ту ж мету – змінити відношення людини до оздоровчої фізичної культури з негативного на позитивне [1, 2, 8].

Не менш ефективними у формуванні мотивації до оздоровчої фізичної культури є спілкування, неформальні зв'язки і ставлення. Але найбільший ефект досягається в результаті сполучення педагогічного і медичного забезпечення. Факти медичних досліджень і дані спеціальних тестів, які вказують на слабкий стан здоров'я, позитивно впливають на формування мотивації до здорового способу життя і є засобами залучення населення до систематичних занять фізичними і спортивними вправами. Звісно, що медична допомога, яка надається хворим, постійно вдосконалюється у напрямку ефективності й оперативності. Однак, відносно педагогічних методів щодо людей, які не займаються оздоровчою фізичною культурою цього сказати не можна.

Ситуація, яка склалася, вимагає пошуку більш дієвих, диференційних підходів до цієї категорії людей в боротьбі за формування мотивації до здорового способу життя. Важливим при цьому є створення умов, збільшення різноманітних послуг, які надаються спортивними комплексами й спорудами, розробка програм по типу “персонального тренера”, які враховують індивідуальні особливості людини фізичного й психічного характеру, злагоджена керівна робота усіх структур сфери фізичної культури і спорту із залучення населення до занять оздоровчою фізичною культурою [1, 5, 9].

Згідно завдань нашого дослідження, нами визначалося та піддавалося аналізу ставлення жінок 20–35 років до спортивно-оздоровчої діяльності та її окремих аспектів, визначалися особливості їхніх уподобань. Інструментом вирішення зазначеного завдання було опитування, яке проводилося за допомогою спеціально розробленої анкети.

Про користь фізичних вправ відомо ще з давніх часів, вони позитивно впливають на всі системи організму, покращують його функціональний стан. Але лише їх правильне застосування дозволяє досягти оздоровчого ефекту. Обробка відповідей на запитання нашої анкети стосовно користі фізичних вправ, дала наступні результати: достатньо проінформованими про користь фізичних вправ назвали себе 60% усіх опитаних жінок, частково володіють інформацією – 34%, решта опитаних, що складає 6% взагалі не мають уявлення, яким чином фізичні вправи впливають на організм людини.

Таким чином, можна констатувати, що більшість жінок зазначеного віку, які брали участь в анкетуванні, добре обізнані у впливі фізичних вправ на організм, хоча це не означає, що вони займаються фізичними вправами. Звернути увагу необхідно на ту частину жінок, які не володіють знаннями про користь фізичних вправ, тому що, не маючи відомостей про їх вплив, неможливо сформувати потребу у таких заняттях і позитивну мотивацію до них.

#### **Висновок**

Отже, універсального методу формування мотивів до занять СОД для всіх і за будь-яких умов немає, і не може бути. Лише комплексний підхід може вирішити цю

проблему. Переважне використання того чи іншого методу буде залежати від сукупності конкретних умов, які склалися у кожному конкретному випадку. Але важливо враховувати, наскільки кожна міра дії буде ефективною. Вона має бути достатньою і дійсно необхідною для досягнення конкретних цілей формування мотивації до оздоровчої фізичної культури і покращення стану здоров'я особистості.

1. Бунчук М. Ф. Организация физической культуры / М. Ф. Бунчук. – М., “Физкультура и спорт”, 1982. – 224 с.
2. Глушак Н. М. Організація і методика масової фізичної культури / Н. М. Глушак, І. І. Приходько. – Харків, 1998. – 84 с.
3. Гуськов С. И. Спортивный маркетинг / С. И. Гуськов. – К. : Олимп. л-ра, 1996. – 296 с.
4. Дрозд О. В. Фізичний стан студентської молоді західного регіону України та його корекція засобами фізичного виховання: автореф... канд. пед. наук / О. В. Дрозд. – Луцьк, 1998. – 23 с.
5. Жданова О. М. та ін. Організація та методика оздоровчої фізичної культури і рекреаційного туризму: навч. посібник / О. М. Жданова. – Луцьк “Вежа”, 2000. – 248 с.
6. Жданова О. М. Управління фізичною культурою: навчальний посібник / О. М. Жданова. – Львів : Вільна Україна, 1996. – 127 с.
7. Канішевський С. М. Науково-методичні та організаційні основи фізичного самоудосконалення студентства / С. М. Канішевський. – К. : ІЗМН, 1999. – 270 с.
8. Кутепов И. Е. Менеджмент в зарубежном спорте: курс лекцій / И. Е. Кутепов. – М. : ГЦОЛИФК, 1992. – 133 с.
9. О. М. Жданова. Поляковський, Організація та методика оздоровчої фізичної культури та рекреаційного туризму / О. М. Жданова, А. М. Тучак, І. В. Котова, В. І. Поляковський. – Львів ; Луцьк. – 1999. – 240 с.
10. Переверзин И. И. Менеджмент зарубежных спортивных клубов. В кн.: Менеджмент спортивной организации / И. И. Переверзин. – М., 1998. – 185 с.

*Рецензент:* канд. психол. наук, доц. Курилюк С. І.

**УДК 379/85**  
**ББК 75.81**

**Людмила Жирак,**  
**Ігор Випасняк**

### **ВПЛИВ РЕКРЕАЦІЙНО-ТУРИСТИЧНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ НА ПСИХОЕМОЦІЙНИЙ СТАН ДІТЕЙ З ВАДАМИ СЛУХУ**

*Проаналізовано стан рекреаційно-туристичної діяльності для неповносправних дітей в Україні. Експериментально доведено позитивний вплив авторської програми з використанням рекреаційно-туристичних засобів на психоемоційний стан дітей з вадами слуху, їх соціальну адаптацію та інтеграцію. Досліджено зміну мотиваційної сфери, психологічної самооцінки дітей з особливими потребами в результаті рекреаційно-туристичної діяльності.*

**Ключові слова:** рекреація, туризм, неповносправність, психоемоційний стан.

*Проанализировано состояние рекреационно-туристической деятельности для детей с особыми потребностями в Украине. Экспериментально доказано положительное влияние авторской программы с использованием рекреационно-туристических средств на психоэмоциональное состояние детей с изъятиями слуха, их социальную адаптацию и интеграцию. Исследовано изменение мотивационной сферы, психологической самооценки, социально-психологической адаптации детей с особыми потребностями в результате рекреационно-туристической деятельности.*

**Ключевые слова:** рекреация, туризм, неполноценность, психоэмоциональное состояние.

*The state of recreational and tourist activity for disabled children in Ukraine are analyzed. The positive influence of the author's program, by means of recreational-tourist measures, on the psychological state of children with hearing defect, its place in the process of rehabilitation and adaptation is proved. The changes in motivation sphere, psychological self-appraisal of disabled children are studied.*

**Keywords:** recreation, tourism, disabled children, hearing defects, psycho-emotional state.