

Формування мотивації до занять з фізичного виховання студентів закладів вищої освіти засобами гімнастики

Ірина Колеснік, Іван Терещенко, Тамара Левчук

Національний університет фізичного виховання і спорту України, Київ, Україна

Анотація. Як зазначають науковці, фізичне виховання, будучи складовою частиною системи виховання майбутніх фахівців, відіграє важливу роль у збереженні та зміцненні здоров'я студентів, підвищенні фізичної працездатності, збільшенні тривалості життя, формуванні професійно важливих якостей особистості. У статті розкрито проблему сучасної системи фізичного виховання студентів закладів вищої освіти. Недостатня дослідженість особливостей формування мотивації у юнаків і дівчат, що навчаються у навчальному закладі, і значущість цього питання для ефективної диференційованої організації фізичного виховання студентів доводить актуальність цього питання. *Мета.* Вивчення мотивів та інтересів студентів до занять з фізичного виховання, зокрема гімнастикою, під час навчання у закладі вищої освіти. *Методи.* Теоретичний аналіз літературних джерел, анкетування, методи математичної статистики. *Результати.* Серед молоді недостатньо сформована мотивація до занять фізичними вправами, тому постійно ведеться активний пошук нових форм і методів підвищення якості фізичного виховання майбутніх студентів закладів вищої освіти. На сьогодні проблема мотивації досить актуальна і висвітлена у цілому ряді робіт. У системі фізичного виховання гімнастика займає особливе місце, адже вона є одним із основних засобів для зміцнення здоров'я, фізичного розвитку, загартування організму, формування життєво необхідних рухових умінь та навичок, одним з універсальних засобів фізичного виховання. Це система специфічних вправ і методичних прийомів, які використовують з метою фізичного виховання, освіти, спортивної підготовки, оздоровлення, відновлення, лікування тощо. Вона сприяє розвитку та удосконаленню таких фізичних якостей, як швидкість, витривалість, гнучкість, спритність, сила, координаційні здібності.

Ключові слова: інтерес, пріоритети, гімнастика, засоби, мотиви.

Iryna Kolesnik, Ivan Tereshchenko, Tamara Levchuk

DEVELOPMENT OF THE MOTIVATION FOR PHYSICAL EDUCATION CLASSES IN STUDENTS OF HIGHER EDUCATION INSTITUTIONS BY MEANS OF GYMNASTICS

Abstract. According to scientists, physical education, as a part of the system of training future professionals, plays an important role in maintaining and improving the health, enhancing physical performance, increasing life expectancy, and forming occupationally important personality traits of students. The article reveals the issue of the modern system of physical education of students in higher education institutions. Insufficient research on the peculiarities of the development of motivation in young men and women studying in the educational institution, and the importance of this issue for effective differentiated organization of physical education of students proves the relevance of this issue. *Objective.* To investigate the students' motives and interests in physical education classes, in particular gymnastics, during the course of studying at a higher education institution. *Methods.* Theoretical analysis of literature sources, questionnaire survey, and methods of mathematical statistics. *Results.* Motivation for physical exercises is insufficiently formed among young people, so there is a constant search for new forms and methods for improving the quality of physical education for future students of higher education institutions. Today the issue of motivation is quite relevant and covered in a number of works. Gymnastics occupies a special place in the system of physical education, because it is one of the main means of improving health and physical development, hardening of the body, developing vital physical skills and abilities, as well as one of the universal means of physical education.

Вступ. Більшість студентів не мають стійкої мотивації до занять фізичною культурою і спортом з багатьох причин (захворювання, робота, відпрацювання академічних заборгованостей із дисциплін, відсутність інтересу до занять спортом, лень, незацікавленість у заняттях спортом у студентських групах, а також вплив соціальних та економічних чинників) [9, 20]. Мотивація студентської молоді до занять з фізичного виховання нині є однією з найбільш актуальних соціально-педагогічних проблем.

Серед молоді недостатньо сформована мотивація до занять фізичними вправами, тому сьогодні ведеться активний пошук нових форм і методів підвищення якості фізичного виховання майбутніх студентів закладів вищої освіти (ЗВО). Аналіз спеціальної літератури свідчить про те, що сучасна організація фізичного виховання у закладах середньої і вищої освіти не досить ефективна для підвищення рівня фізичної підготовленості, здоров'я та зацікавленості значної кількості студентів до занять фізичними вправами [5, 6, 14, 20]. Недостатня дослідженість особливостей формування мотивації у юнаків і дівчат, що навчаються у ЗВО, і значущість цього питання для ефективної диференційованої організації фізичного виховання студентів доводить актуальність цього питання. На сьогодні проблема мотивації досить актуальна і висвітлена у цілому ряді робіт [1, 3, 5, 12], де зокрема, досліджувалась мотиваційна основа навчання студентів [7, 10, 14, 20].

Фізичне виховання у ЗВО потребує удосконалення у зв'язку зі зниженням мотивації у студентів до занять, фізичної підготовленості та погіршення стану здоров'я і має містити науково-обґрунтовані підходи з урахуванням інтересів студентів, вирішува-

Kolesnik I., Tereshchenko I., Levchuk T. Development of the motivation for physical education classes in students of higher education institutions by means of gymnastics. Theory and Methods of Physical education and sports. 2022; 1: 57–61
DOI: 10.32652/tmfvs.2022.1.57–61

Колеснік І., Терещенко І., Левчук Т. Формування мотивації до занять з фізичного виховання студентів закладів вищої освіти засобами гімнастики. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2022; 1: 57–61
DOI: 10.32652/tmfvs.2022.1.57–61

This is a system of special exercises and methodological techniques used for physical education, education, sports training, rehabilitation, recovery, disease treatment, etc. It promotes the development and improvement of such physical qualities as speed, endurance, flexibility, agility, strength, and coordination skills.

Keywords: interest, priorities, gymnastics, means, motives.

ти проблему індивідуалізації та диференціації навчального процесу [8].

У системі фізичного виховання гімнастика займає особливе місце, адже вона є одним із основних засобів для зміцнення здоров'я, фізичного розвитку, загартування організму, формування життєво необхідних рухових умінь та навичок [2, 4], одним з універсальних засобів фізичного виховання. Це система специфічних вправ і методичних прийомів, які використовуються з метою фізичного виховання, освіти, спортивної підготовки, оздоровлення, відновлення, лікування тощо. Вона сприяє розвитку та удосконаленню таких фізичних якостей, як швидкість, витривалість, гнучкість, спритність, сила, координаційні здібності. Види гімнастики служать вирішенню конкретних освітньо-виховних завдань та включаються в організований педагогічний процес [2, 19]. Заняття гімнастикою спрямовані на диференційоване оволодіння основами руху та створення передумов для успішного практичного застосування рухів.

Як зазначають науковці [9, 10, 13], систематичні заняття фізичними вправами підвищують нервову й психічну стійкість до емоційних стресів, підтримують розумову працездатність на оптимальному рівні, сприяють підвищенню успішності студентів. Крім того, фізичне виховання, будучи складовою системи виховання майбутніх фахівців, відіграє важливу роль у збереженні та зміцненні здоров'я студентів, підвищенні фізичної працездатності, збільшенні тривалості життя, формуванні професійно важливих якостей особистості [10].

Для підвищення ефективності фізичного виховання у ЗВО проводять досить багато різноманітних досліджень. Зокрема, пропонується вдосконалити методи й форми проведення занять, покращити програмно-нормативне забезпечення, збільшити рухову активність студентів, форму-

вати здоровий спосіб життя. Як свідчать наукові дослідження останніх років, у зв'язку зі збільшенням нервово-емоційного напруження студентів ЗВО, великого значення набувають засоби фізичного виховання [15, 21, 22].

Учені зазначають, що рівень здоров'я молоді в Україні помітно знижується, тому фізичне виховання у ЗВО – це єдина навчальна дисципліна, яка навчає студентів зберігати та зміцнювати своє здоров'я, підвищувати рівень фізичної підготовленості, розвивати й удосконалювати життєво важливі рухові якості [10, 11, 13, 16].

Система освіти потребує якісного інноваційного підходу до потреб людини, формування стійких мотивацій до фізкультурно-спортивної діяльності як важливої складової частини здорового способу життя й позитивної соціальної поведінки [20]. Формування мотивів до занять спортом у студентів виступає фундаментом ефективності професійної підготовки для здійснення практичної діяльності.

З огляду на сказане, розглянемо деякі поняття. Наприклад, термін «інтерес» латинського походження й означає мати важливе значення. Певні інтереси обумовлюють появу спонукальних дій, мотивів. Термін «мотив» походить від латинського *movere*, що означає приводити в рух, рухатися. Цей термін трактується по-різному, але найчастіше як усвідомлене спонукання до дії. З різних поглядів на суть мотивів найбільш плідним є, на нашу думку, той, в якому мотив розглядається в контексті відображення і виявлення потреб та інтересів. Тісний зв'язок мотивів, потреб і інтересів пояснюється перш за все схожістю їхньої суті. Потреби людини – це нестача чогось, інтереси – це усвідомлені потреби, джерело діяльності, об'єктивна необхідність виконання певних функцій для задоволення потреб; мотиви – усвідомлені причини діяльності, спонукання людини до чо-

гось. Мотиви з'являються майже одночасно з виникненням потреб і інтересів. Мотив – це своєрідна реакція людей на інтереси, а отже, на усвідомлені потреби [17].

Відтак, виникаючи на основі потреб та інтересів, система мотивів визначає спрямованість особистості у сфері фізичного виховання, стимулює й мобілізує її на прояв рухової активності.

Мета дослідження – вивчення мотивів та інтересів студентів до занять з фізичного виховання, зокрема гімнастикою, під час навчання у закладі вищої освіти.

Методи дослідження: теоретичний аналіз літературних джерел, анкетування, методи математичної статистики.

Результати дослідження та їх обговорення. У дослідженні брали участь студенти Національного університету фізичного виховання і спорту України, спеціальності 227 Фізична терапія, ерготерапія, які навчаються на I курсі, серед них 35 юнаків та 35 дівчат. Їх було опитано про пріоритети їхніх мотивів та інтересів (табл. 1).

Було з'ясовано, що 85,7 % хлопцям та 80 % дівчатам подобається займатися гімнастикою, 65,7 та 71,4 % відповідно подобається зал, в якому вони займаються. Слід зазначити, що 57,1 % юнаків та 66,7 % дівчат вважають, що дисципліна «гімнастика» потрібна для їхньої професійної діяльності.

Розглядаючи запитання «Чим цікаві заняття з гімнастики?», 28,6 % юнаків обирають виконання вправ для розвитку фізичних якостей та 22,9 % віддають перевагу виконанням вправ на снарядах, 42,9 % дівчат віддають перевагу виконанням акробатичних вправ.

На запитання «Які знання Ви отримали на заняттях з гімнастики?» 71,4 % юнаків та 62,9 % дівчат навчилися працювати з групою, навчилися проводити комплекс із загально-розвиваючих вправ під час руху та на місці, навчилися виконувати вправи на гімнастичних снарядах, виконувати опорні стрибки та акробатичні вправи, а також використовувати гім-

Таблиця 1. Результати анкетування студентів

№ з/п	Запитання та варіанти відповідей	Результати відповідей, показники			
		Відсоткові		Кількісні	
		ю	д	ю	д
1.	Чи подобається вам займатися гімнастикою?				
а)	так	85,7	80	30	28
б)	ні	8,6	14,3	3	5
в)	не можу дати відповідь	5,7	5,7	2	2
2.	Чи подобається вам зал, в якому проводяться заняття з гімнастики?				
а)	так	65,7	71,4	23	25
б)	ні	2,9	-	1	0
в)	дуже подобається	31,4	28,6	11	10
3.	Як ви вважаєте, чи потрібна вам дисципліна «гімнастика» у вашій професійній діяльності?				
а)	так	57,1	65,7	20	23
б)	ні	28,6	20	10	7
в)	не визначився(лася)	14,3	14,3	5	5
4.	Чим цікаві вам заняття з гімнастики?				
а)	виконанням вправ на снарядах	22,9	8,6	8	3
б)	виконанням вправ для розвитку фізичних якостей	28,6	17,1	10	6
в)	виконанням акробатичних вправ	17,1	42,9	6	15
г)	виконанням опорних стрибків	17,1	14,3	6	5
д)	проведенням стройових та загальнорозвиваючих вправ	14,3	17,1	5	6
5.	Які знання ви отримали на заняттях з гімнастики?				
а)	навчилися працювати з групою				
б)	навчилися проводити комплекс із загальнорозвиваючих вправ під час руху та на місці	14,3		5	
в)	навчилися виконувати вправи на гімнастичних снарядах	5,7	11,4	2	4
г)	навчилися виконувати опорні стрибки та акробатичні вправи	5,7	8,6	2	3
д)	навчилися використовувати гімнастичні вправи для розвитку фізичних якостей	2,9	17,1	1	6
е)	все перераховане вище	71,4	62,9	25	22
6.	Що найбільше подобається вам на заняттях з гімнастики?				
а)	тренуватися на різних спортивних снарядах	14,3	14,3	5	5
б)	виконувати акробатичні вправи	14,3	34,3	5	12
в)	виконувати вправи на батуті	28,6	28,6	10	10
г)	виконувати вправи на прояв сили, гнучкість, спритність	42,8	22,8	15	8
7.	Які зміни ви відчуваєте після систематичних занять гімнастикою? Чи щось змінилося?				
а)	покращився рівень фізичної підготовленості	42,9	28,6	15	10
б)	удосконалення фізичних якостей	22,8	28,6	8	10
в)	навчився (лась) виконувати цікаві технічні вправи	34,3	42,8	12	15
г)	нічого не змінилося				

Таблиця 2. Мотиви до занять з фізичного виховання (гімнастика), %

Мотив	ЖДУ		НУФВСУ	
	ю	д	ю	д
Підвищення фізичної підготовленості	40	13,3	40	20
Збереження та зміцнення здоров'я	13,3	20	13,3	20
Підвищення рухової активності	–	–	20	13,3
Для отримання заліку з фізичного виховання	20	26,7	6,7	6,7
Навчання нових вправ	26,7	–	6,7	6,7
Цікаво на заняттях	–	6,7	13,3	13,3
Корекція фігури та формування красивої постави	–	33,3	–	20

настичні вправи для розвитку фізичних якостей.

Найбільше на заняттях з гімнастики студентам-юнакам подобається виконувати вправи на прояв сили, спритність – 42,8 % та вправи на батуті – 28,6 %, дівчатам найбільше подобається виконувати акробатичні вправи – 34,3 %.

На запитання «Які зміни ви відчуваєте після систематичних занять гімнастикою? Чи щось змінилося?» 42,9 % юнаків та 28,6 % дівчат відповіли, що покращився рівень фізичної підготовленості, 34,3 та 42,8 % – навчився(лась) виконувати цікаві технічні вправи, а також 22,8 та 28,6 % відповідно – удосконалення фізичних якостей. Відповіді «нічого не змінилося» не виявлено.

Для визначення мотивів студентів до занять з фізичного виховання було проведено анкетування, в якому брали участь студенти I курсу навчально-наукового інституту педагогіки Житомирського державного університету імені Івана Франка (далі – ЖДУ) (15 дівчат та 15 юнаків) та студенти I курсу Національного університету фізичного виховання і спорту України (далі – НУФВСУ), спеціальності 227 Фізична терапія, ерготерапія (15 дівчат та 15 юнаків). У ході анкетування було виявлено, що серед студентів ЖДУ 40 % хлопців та 13,3 % дівчат, а серед студентів НУФВСУ 40 і 20 % відповідно вважають головним мотивом до занять з фізичного виховання підвищення фізичної підготовленості (табл. 2).

Виявлено, що 20 % дівчат НУФВСУ та ЖДУ віддають перевагу збереженню та зміцненню здоров'я. Найбільший відсоток дівчат ЖДУ, а саме 33,3, віддали корекції фігури та формуванню красивої постави, а дівчата НУФВСУ – 20 %. 13,3 % дівчат НУФВСУ зазначили, що мотивом є підвищення рухової активності, а також, що цікаво на заняттях.

Слід зазначити, що 20 % юнаків та 26,7 % дівчат ЖДУ віддають перевагу мотиву отримання заліку з фізичного виховання, що у студентів НУФВСУ становить лише 6,7 %.

За даними опитування, для 26,7 % юнаків ЖДУ мотивом є навчання нових вправ.

Дискусія. За даними аналізу літературних джерел встановлено, що для формування у студентів різної спеціалізації стійкої мотивації до занять з фізичного виховання необхідно з першого курсу прищеплювати сучасні погляди на роль фізичного виховання у процесі становлення особистості; пропагувати фізичну культуру і спорт; стимулювати прагнення бути здоровим і потреби у фізичному самовдосконаленні. Також необхідною передумовою формування інтересу до занять з фізичного виховання є надання студентам можливості проявити свої здібності [5, 7].

Слід зазначити, що можуть бути внутрішні фактори, які перешкоджають формуванню мотивації й активного ставлення до занять фізичними вправами, такі як шкідливі звички,

брак часу, відсутність потреби тощо [6, 7].

Як зазначає В. Д. Винник, правильне розуміння мотивів, досить високий рівень активності на заняттях, успіх в оволодінні окремими видами вправ формують активний пізнавальний інтерес школярів до різних видів спортивної діяльності, що виступає як діючий мотив [7].

Висновки. Аналіз літературних джерел свідчить, що фізичне виховання – один із важливих засобів різнобічного та гармонійного розвитку студентської молоді, підвищення її фізичної підготовленості та збереження здоров'я. До того ж фізичні вправи підвищують нервово-психічну стійкість до емоційних стресів, підтримують високу фізичну і розумову працездатність [13, 18]. Тому, формування мотивації студентів до занять з фізичного виховання стає одним із перспективних напрямів роботи закладів освіти, у тому числі ЗВО [14].

Дані опитування свідчать, що 85,7 % студентів подобається займатися гімнастикою, також значне місце займає матеріально-технічна база, зал, в якому вони займаються – 97,1 %. Найбільше на заняттях з гімнастики студентам-юнакам подобається виконувати вправи на прояв сили, спритність – 42,8 % та на батуті – 28,6 %. Дівчатам найбільше подобається виконувати акробатичні вправи – 34,3 %. А головним мотивом до занять з фізичного виховання є підвищення фізичної підготовленості – 40 %.

Таким чином, важливо скерувати студентів на опанування системи загальнотеоретичних, спеціальних і методичних знань із використанням фізичної культури у виховній роботі з подальшим їх застосуванням у роботі за фахом.

Перспективи подальших досліджень передбачають корегування процесу фізичного виховання засобами гімнастики, постійно враховуючи мотиви та інтереси студентів, а також з використанням мотиваційно-ціннісних пріоритетів.

Конфлікт інтересів. Автори заявляють, що відсутній будь-який конфлікт інтересів.

ЛІТЕРАТУРА

1. Азаренков ВМ, Шляхи формування мотивації до занять фізичною культурою у студентів факультету мистецтв. Актуальні проблеми фізичного виховання різних верств населення. 2016; 12-17.
2. Айунц ВІ, Колеснік ІВ, Булгаков ОІ, Скалій ТВ. Теорія і методика викладання гімнастики. Житомирський державний університет імені Івана Франка: 2019; 100 с.
3. Алиев ХМ. Повышение мотивации к занятиям физической культуры посредством инновационного сихрометода. Спортивный психолог. 2011; 3: 87-91.
4. Ареф'єв ВГ. Теорія та методика викладання гімнастики. Центр учбової літератури. 2015; 330 с.
5. Безверхня ГВ, Цибульська ВВ, Гончар ГІ. Мотивація до занять фізичною культурою і спортом школярів та студентів [монографія]. Умань: ВПЦ «Візаві»; 2016. 223 с.
6. Бойко О. Теоретичні аспекти впливу мотиваційних складових на підвищення ефективності занять із фізичної культури. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві. 2013;1(21):94-98.
7. Винник ВД. Особливості формування інтересу та мотивації до занять фізичним вихованням. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2010;12:39-42.
8. Вовченко ІІ, Ус ІВ. Формування мотивації до занять фізичною культурою та спортом під час навчання у вищому навчальному закладі. Фізична культура, спорт та фізична реабілітація у сучасному суспільстві. 2011;14-16.
9. Ильин Е. Психология физического воспитания. Москва: Просвещение; 2010. 287 с.
10. Карабанов А, Карабанова Н, Зубрицький Б. Шляхи підвищення мотивації студентів до фізичного виховання й спорту у вищому навчальному закладі. Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення. 2010;4:43-45.
11. Круцевич ТЮ. Мотивационные приоритеты здорового образа жизни студентов вузов. Міжнародний конгрес «Олімпійський спорт і спорт для всіх». 2005; 607.
12. Круцевич ТЮ. Физическая привлекательность как стимул к мотивации занятиям физическими упражнениями студентов. Сб. мат. Междунар. научно-практ. конф.; 2015; с. 364-370.
13. Кулиш НН. Низкая мотивация молодежи к занятиям спортом и физической культурой – проблема формирования здорового образа жизни. В: Єрмаков СС, редактор. Педагогіка, психологія і медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: зб. наук. праць. 2012;4:66-70.
14. Нестерова ТВ, Павлюк АА. Структура мотивації до занять з фізичного виховання і спорту студентів вищих навчальних закладів. Фізична культура і спорт у сучасному суспільстві: досвід, проблеми, рішення; 2014. с. 50-58.
15. Павленко ІО. Формування у студентів мотиваційно-ціннісного ставлення до фізичної культури. Теорія і практика фізичного виховання. 2010;1-2:605-610.
16. Сосіна ВЮ. Гімнастика. Вправи для загального розвитку. Олімпійська л-ра. 2017; 552 с.
17. Сосновський БА. Психологія. Юрайт: 2014; 786 с.
18. Тищенко ВО. Мотивація самореалізації в спорті. Наука і освіта. 2013;4:214-7.

19. Худолій ОМ. Основи методики викладання гімнастики. ОВС. 2008;(4):408 с.
20. Хуртенко ОВ, Бортун БО. Структурні особливості формування мотивації до занять спортом у студентів. Теорія і практика сучасної психології. 2019;2:119-123.
21. Цибульська В, Осадченко Т. Проблеми підвищення мотивації студентів до занять фізичною культурою. Інноваційні підходи до формування професійних компетентностей фахівців з фізичної культури, спорту і фізичної терапії та ерготерапії. 2018;223-225.
22. Gwendolijn MM Boonekamp, John AJ Dierx, Erik Jansen. Motivating students for physical activity:Whan can we learn from student perspectives? 2020;(1):512-528. <https://doi.org/10.1177/1356336X20970215>

LITERATURE

1. Azarenkov VM. Approaches for the development of motivation for physical education in students of the faculty of arts. Aktualni problemy fizychnoho vykhovannia riznykh verstv naselennia. 2016; 12-17.
2. Ayunts VI, Kolesnik IV, Bulgakov OI, Skaliy TV. Theory and methodology of teaching gymnastics. Zhytomyr Ivan Franko State University: 2019; 100 p.
3. Aliev KhM. Increasing motivation for physical education classes through the innovative synchromethod "Key". Sportivnyy psikholog. 2011; 3: 87-91.
4. Arefiev VG. Theory and methodology of teaching gymnastics. Tsentr uchbovoi literatury; 2015; 330 p.
5. Bezverkhnia GV, Tsybul'ska VV, Honchar HI. Motivation of school students and higher education students to participation in physical culture and sports[monograph]. Uman: Publ. Center "Vizavi"; 2016. 223 p.
6. Boyko O. Theoretical aspects of the influence of motivational components on improving the effectiveness of physical culture classes. Physical education, sport and health culture in modern society. 2013;1(21):94-98.
7. Vynnyk VD. Features of developing interest in and motivation for physical education classes. Theory and methods of physical education and sports. 2010;12:39-42.
8. Vovchenko II, Us IV. Development of motivation to engage in physical culture and sports during studying at a higher educational institution. Physical Education, Sport and Health Culture in Modern Society. 2011;14-16.
9. Ilin E. Psychology of physical education. Moskva: Prosvetshenie; 2010. 287 p.
10. Karabanov A, Karabanova N, Zubrytskyi B. Approaches to increase students' motivation for physical education and sports in higher education institution. Physical culture, physical education of different population groups. 2010;4:43-45.
11. Krutsevych TYu. Motivational priorities of a healthy lifestyle among university students. Internat. Congr. 'Olympic sports and sport for all'. 2005; 607.
12. Krutsevych TYu. Physical attractiveness as an incentive to motivate students to physical exercise. Proceed. of the Internat. scient. and pract. conf.; 2015; p. 364-370.
13. Kulish NN. Low motivation of young people to engage in sports and physical culture is the problem of forming a healthy lifestyle. In: Yermakov SS, editor. Pedagogics, psychology, medical-biological problems of physical education and sports: collection of scientific papers. 2012;4:66-70.
14. Nesterova TV, Pavliuk AA. The structure of motivation to engage in physical education and sports of students of the higher education establishments. Physical culture and sports in modern society: experience, problems, and solutions;
15. Pavlenko IO. Formation of students' motivational and value attitude to physical culture. Theory and practice of physical education and sports. 2010;1-2:605-610.
16. Sosina VYu. Gymnastics. General gymnastics exercises. Olympic literature. 2017; 552 p.
17. Sosnovskiy BA. Psychology. Yurait; 2014; 786 p.
18. Tyshchenko VO. Motivation of self-realization in sports. Science and education. 2013;4:214-7.
19. Khudoliy OM. The principles of methodology of teaching gymnastics. OVS. 2008;(4):408 c.
20. Khurtenko OV, Bortun BO. Structural features of the development of motivation to engage in sports in students. Theory and practice of modern psychology. 2019;2:119-123.
21. Tsybul'ska V, Osadchenko T. Issues of increasing students' motivation to engage in physical culture. Innovative approaches to the development of occupational competencies in professionals in physical culture, sports and physical therapy, and occupational therapy. 2018;223-225.
22. Gwendolijn MM Boonekamp, John AJ Dierx, Erik Jansen. Motivating students for physical activity:Whan can we learn from student perspectives? 2020;(1):512-528. <https://doi.org/10.1177/1356336X20970215>

Надійшла 09.11.2021

ІНФОРМАЦІЯ ПРО АВТОРІВ

- Колеснік Ірина** <https://orcid.org/0000-0002-0653-907X>, iryarnarosev@ukr.net
Терещенко Іван <https://orcid.org/0000-0001-7292-6126>, ded_van@ukr.net
Левчук Тамара <https://orcid.org/0000-0002-4620-7555>, t.Levchuk49@ukr.net

Національний університет фізичного виховання і спорту України,
вул. Фізкультури 1, м. Київ, 03150, Україна

INFORMATION ABOUT THE AUTHORS

- Kolesnik Iryna** <https://orcid.org/0000-0002-0653-907X>, iryarnarosev@ukr.net
Tereshchenko Ivan <https://orcid.org/0000-0001-7292-6126>, ded_van@ukr.net
Levchuk Tamara <https://orcid.org/0000-0002-4620-7555>, t.Levchuk49@ukr.net

National University of Ukraine on Physical Education and Sport
Fizkul'tury str. 1, Kyiv, 03150, Ukraine