

**Manuyenkova Olena**, associate professor of department of Foreign Languages of Kharkiv State University of Food Technology and Trade. Address: N. Ugviy str., 80/192, Kharkiv. Tel.: (057)349-45-69; e-mail: inmov@hduht.edu.ua.

*Рекомендовано до публікації д-ром екон. наук, проф. Крутовою А.С., канд. філол. наук, доц. Удовенко І.В., канд. філол. наук, доц. Арделян М.В.  
Отримано 15.10.2016. ХДУХТ, Харків.*

УДК 796.011.3

## **МОТИВАЦІЯ ЯК ОДИН ІЗ ЗАСОБІВ ЗАЛУЧЕННЯ СТУДЕНТІВ ХДУХТ ДО РЕГУЛЯРНИХ ТРЕНУВАНЬ У СПОРТИВНИХ СЕКЦІЯХ ТА ІНДИВІДУАЛЬНИХ ЗАНЬОК ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ**

**В.В. Москальов, М.В. Русанов, М.О. Левченко**

*Формування потреби рухатися є пріоритетним у навчально-фізкультурній діяльності, що можливо тільки за умови систематичних занять фізичною культурою та спортом. Однією з основних складових цієї діяльності є мотивація.*

*Нами розглянуто та представлено результати аналізу провідних форм і засобів мотивації студентів до самостійних занять фізичною культурою та тренувань у спортивних секціях.*

***Ключові слова:** студенти, фізичне виховання, спорт, мотивація, здоровий спосіб життя, рухова активність, самостійні заняття.*

## **МОТИВАЦИЯ КАК ОДИН ИЗ СПОСОБОВ ПРИВЛЕЧЕНИЯ СТУДЕНТОВ ХГУПТ К РЕГУЛЯРНЫМ ТРЕНИРОВКАМ В СПОРТИВНЫХ СЕКЦИЯХ И ИНДИВИДУАЛЬНЫМ ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ**

**В.В. Москалёв, Н.В. Русанов, М.А. Левченко**

*Формирование потребности двигаться является приоритетным в учебно-физкультурной деятельности, что возможно только при систематических занятиях физической культурой и спортом. Одной из главных составляющих этой деятельности является мотивация.*

*Нами рассмотрены и представлены результаты анализа ведущих форм и средств мотивации студентов к самостоятельным занятиям физической культурой и тренировкам в спортивных секциях.*

***Ключевые слова:** студенты, физическое воспитание, спорт, мотивация, здоровый образ жизни, двигательная активность, самостоятельные занятия.*

## MOTIVATION AS A MEANS OF INVOLVING STUDENTS OF KSUFTT IN REGULAR TRAINING IN SPORTS SECTIONS AND INDIVIDUAL LESSONS OF PHYSICAL EDUCATION

V. Moskalyov, M. Rusanov, M. Levchenko

*The problems of students during the lessons of physical education and sports are considered. Quite a large percentage of students do not have sustainable desire to do physical exercises at the lessons of physical education either alone or in sports sections. It is shown that one of the reasons of their low motional activity is the lack of physical education lessons, inadequate assessment of personal health level, irrational organization of vital activity, ignorance of healing effect of physical exercises on the human body.*

*Movement needs formation is a priority in educational and physical activity that is possible only during systematic lessons of physical education and sports. One of the main components of this activity is motivation.*

*The results of the analysis of the leading forms and means of motivating students to individual lessons of physical education and training in sports sections were considered and presented by us.*

*Students especially at the initial stage of their training is the most vulnerable part of young people who faces a number of difficulties associated with the increased training load, insufficient motional activity, relative freedom of students' life, problems in social and interpersonal communication, intensification of the educational processes, the necessity to combine studies and work, worsening of nutrition.*

*Nowadays, we only hear calls for being fit, but social environment and the actual practice prove worsening of young people health. The level of urbanization, technological progress, comfort is the reason for chronic "motional hunger."*

*The effectiveness of physical training will increase significantly if the algorithm of involving students in regular lessons of physical education and sports under the current socio-economic conditions is developed. It is determined what should be done to develop the lifelong need for physical exercises and sports at different stages of human life.*

*Naturally, motivation of involving students in the physical exercises and sports lessons plays a key role.*

*Students orientation to creative mastering of physical education program requires a well-ordered effect on their intellectual, emotional and volitional and ideological environment for the current understanding of the physical culture of an individual is associated not only with the formation of motional skills, health, but also with the span and depth of knowledge of a person, his motivation and outlook in the field of physical and sports activities.*

*In this regard, a fundamental factor in motivating students in the process of physical education to training in sports sections and individual lessons of physical training is ensuring the optimal theoretical, methodological and practical-medical training.*

**Keywords:** *students, physical education, sports, motivation, healthy lifestyle, motional activity, individual lessons.*

**Постановка проблеми у загальному вигляді.** Важливою складовою збереження здоров'я людей є фізична активність. Вона впливає на діяльність, ціннісні орієнтації поведінки, фізичне, психологічне, соціальне становище суспільства в цілому. Державним освітнім стандартом навчальна дисципліна «Фізична культура» включена до складу обов'язкових гуманітарних дисциплін. Основне завдання цієї дисципліни зводиться до того, щоб сформувати в студентів знання про життєдіяльність людини, її здоров'я та здоровий спосіб життя, навчити володіти аспектами практичних умінь та навичок, які забезпечують зміцнення й збереження здоров'я, формування й поліпшення психофізичних здібностей і якостей особистості.

Фізична культура студентів являє собою невід'ємну складову частину вищої гуманітарної освіти. Вона є якісною мірою, яка узагальнює комплексний вплив різноманітних форм, засобів та методів на особистість майбутнього фахівця в процесі формування його професійної компетенції. Матеріалізованим результатом цього процесу є рівень індивідуальної фізичної культури кожного студента, його духовність, рівень розвитку професійно значущих здібностей.

На нашу думку, велике значення для вирішення зазначеного аспекту діяльності має мотивація. Мотивація є основою активного, наполегливого, позитивного ставлення до фізкультурної та спортивної діяльності. Створення належної мотивації до здорового способу життя дозволяє ефективно управляти діяльністю студентів, підвищує їх відповідальність і дисциплінованість, активність і самостійність у процесі оволодіння вміннями і навичками індивідуальних занять фізичними вправами, дає позитивні передумови для ведення здорового способу життя.

Оскільки здоров'я і навчання студентів взаємопов'язані і взаємозумовлені, то важливо підтримати інтерес і позитивне мотиваційно-ціннісне відношення до фізичної культури, сформувати потребу в регулярних самостійних заняттях фізичними вправами, у фізичному самовдосконаленні.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Мотив – це те, що визначає, стимулює, спонукає людину до скоєння будь-якої дії, включеної в обумовлену цим мотивом діяльність. Мотиви діяльності, за словами А.Н. Леонтьєва, це багатогранне поняття, що включає в себе потреби, установки, інтереси, звички, спонукання, бажання, схильності, потяги. Термін «мотивація» є ширшим поняттям, ніж термін «мотив». Мотивація, на думку вчених, це сукупність внутрішніх і зовнішніх рушійних сил, які спонукають людину до діяльності, дають межі і форми діяльності та додають цій діяльності спрямованість, орієнтовану на досягнення певних цілей.

Значна кількість наукових досліджень доводить, що шлях до ефективного управління людиною лежить через розуміння її мотивації. Тільки знаючи, що рухає людиною, що спонукає її до діяльності, які мотиви лежать в основі її дій, можна спробувати розробити ефективну систему форм і методів управління людиною. В.С. Сирвачова у дослідженні «Мотивація самостійних занять фізичними вправами» окремо виділяє внутрішню та зовнішню мотивацію діяльності студента, у тому числі й фізкультурно-спортивної.

Вивчаючи питання мотивації студентів до навчальних та індивідуальних занять фізичними вправами, більшість вчених дійшли висновку, що ефективність фізичного виховання суттєво підвищиться, якщо буде розроблений алгоритм залучення студентів до регулярних занять фізичною культурою та спортом у сучасних соціально-економічних умовах.

**Мета статті** – визначити провідні форми та засоби мотивації студентів до індивідуальних занять фізичною культурою та тренувань у спортивних секціях.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Перед студентською молоддю сьогодні поставлена соціально-економічна задача з інтегрування вітчизняного культурного потенціалу у світове суспільство. Проте її реалізацію можуть здійснити тільки фахівці нової формації, які відповідають цілому комплексу професійних та особистісних якостей. Окрім глибоких професійних знань за фахом такий фахівець має володіти відмінними фізичними якостями й працездатністю, особистою фізичною культурою, духовністю, неформальними лідерськими якостями. Він повинен не лякатися конкуренції, вміти приймати самостійні рішення, тобто бути творчою, активною та високоморальною особистістю.

Заняття з фізичного виховання будуються таким чином, щоб забезпечити максимальний професійно-прикладний ефект під час виховання підприємливості, оригінальності мислення, наполегливості, честолюбства, інтуїції, здатності йти на ризик. Однією з головних складових успішного виконання фізкультурно-спортивної діяльності є мотивація – процес формування та обґрунтування наміру щось зробити або не зробити. Мотивація до фізичної активності – особисте відчуття кожного, яке спрямоване на досягнення оптимального рівня фізичної підготовленості та працездатності.

Процес формування інтересу до занять фізичною культурою і спортом – це багатоступінчастий процес – від перших найпростіших гігієнічних знань і навичок до глибоких психофізіологічних знань теорії і методики фізичного виховання та інтенсивних занять спортом. Мотив – це сформоване обґрунтування своєї дії, внутрішній стан особистості, який спрямовує і визначає її дії в кожен момент часу.

Поведінка людини зазвичай визначається не одним мотивом, а їх сукупністю, вони можуть знаходитися у визначеному співвідношенні за ступенем впливу на поведінку людини. Тому мотиваційна структура людини може розглядатися як основа здійснення нею певних дій. Мотивування – це процес впливу на людину з метою спонукання до певних дій шляхом пробудження в неї певних мотивів. Мотивування складає основу управління людиною. Ефективність управління великою мірою залежить від того, наскільки успішно здійснюється процес мотивування.

У зв'язку з цим необхідно детально розглянути основні потреби, які витікають із мотивів до фізичної активності. Розглядають три групи подібних мотивів: 1) потреби у русі; 2) потреби у виконанні обов'язків учня; 3) потреби у виконанні спортивної діяльності.

Природно, що мотивація залучення студентів до занять фізичними вправами та спортом відіграє ключову роль. У зв'язку з цим були виявлені основні групи мотивів до занять фізичною культурою у ВНЗ: оздоровчі мотиви, рухово-діяльні, змагально-конкурентні мотиви, естетичні, комунікативні, пізнавально-розвиваючі, творчі мотиви, професійно-орієнтовані, адміністративні, психолого-значущі, виховні, статусні, культурологічні мотиви.

На сьогодні до ВНЗ поступає багато абітурієнтів із хронічними захворюваннями, з ослабленим здоров'ям, низькою фізичною підготовкою, а найголовніше з несформованим позитивним ставленням до фізичної культури та спорту, тобто мотивацією.

За статистичними даними 20% студентів не відчувають особливого інтересу до обов'язкових занять загальною фізичною підготовкою (ЗФП), не хочуть займатися в спортивних секціях, не відчувають особливого інтересу до занять, вважають їх малозначущими, а відповідно нецікавими. Причин для такого ставлення достатньо: виправдовуються великою зайнятістю у ВНЗ, неправильно розставляючи пріоритети, висувають на перше місце отримання професії, забуваючи про своє самопочуття і здоров'я; неправильно використовують вільний від навчання час тощо.

Студентська молодь – особлива професійна група, а інформаційні та емоційні перевантаження, яким вони піддаються, дуже часто призводять до зриву адаптаційних процесів організму, внаслідок чого відбувається погіршення функціонального стану організму студента, що призводить до зниження працездатності. Дані лікарського контролю свідчать про те, що рівень фізичного здоров'я від курсу до курсу знижується, а кількість хронічних захворювань зростає. Кількість студентів, повністю звільнених від практичних занять за станом здоров'я, збільшується. Погіршення здоров'я студентів вимагає нових, ефективних засобів і методів для вирішення проблеми зміцнення фізичного

і духовного здоров'я молоді. Неусвідомлене ставлення студентів до свого здоров'я, незрозуміння сприятливого впливу фізичної культури на стан, невисока мотивація до занять фізичними вправами призводить до зниження рівня рухової активності і, як наслідок, до погіршення здоров'я.

Тому спостерігається зниження інтересу до спорту та фізичної культури в студентському середовищі. Але ми знаємо, що рухова активність є одним із визначальних факторів здоров'я людини, тому одним із напрямів формування позитивної мотивації в студентів є заняття фізичною культурою.

Мотивація – процес формування та обґрунтування намірів щонебудь робити чи не робити. Мотивація є основою активного, наполегливого, позитивного ставлення до фізичної культури та спорту. Створення належної мотивації до здорового способу життя дозволяє ефективно управляти діяльністю студентської молоді, підвищує її відповідальність і дисциплінованість, активність і самостійність у процесі оволодіння вміннями і навичками ведення здорового способу життя, дає позитивні передумови освітньо-виховного процесу у ВНЗ. Формування мотивації є одним із основних чинників забезпечення високої якості будь-якого освітнього процесу.

У зв'язку з цим важливе значення набуває пошук нових організаційних форм, засобів і методів, що дозволяють більш ефективно реалізовувати належний напрям у ВНЗ. Студенти хочуть, щоб освітня установа сприяла, насамперед, комунікативній культурі, включаючи впевненість у взаєминах з людьми, вміння добре говорити і легко висловлювати свої думки, мати власну думку. Разом із тим студенти цінують обстановку, що викликає позитивні емоції та можливість формувати свою цілісність. На ставлення до занять фізичною культурою впливають вікові фактори та індивідуальні особливості особистості. Найбільш відповідально до відвідування занять відносяться студенти першого та другого курсів. Протягом року простежується динаміка зміни відвідуваності: в осінньому семестрі студенти відвідують заняття охочіше; у весняному відбувається спад фізичної активності, що, можливо, пов'язано з підвищенням розумового навантаження у кінці року, авітамінозом або якимись суб'єктивними причинами. Варто відзначити, що в студентів творчих спеціальностей спостерігається найнижча відвідуваність, у студентів, які займаються точними науками, – помітно вища. Студенти відзначають, що, відвідуючи заняття з фізичної культури, вони не замислюються про значення рухової активності для їх здоров'я, про можливість застосування отриманих знань, рухових умінь і навичок у самостійних заняттях поза ВНЗ.

Провідними факторами, що стимулюють інтерес студентів, є поліпшення якості та змісту занять із фізичної культури, педагогічні

зусилля зі зближення суб'єктивних бажань тих, хто займається, з об'єктивними завданнями фізичного виховання. Це стає можливим за умови ефективності та цілеспрямованості занять, фізичного навантаження, самостійності, вимогливості, індивідуального підходу, гарної організації, особистості викладача, динамічності, емоційності, новизни вправ, забезпеченості інвентарем, гарного обладнання місць занять, культурно-масових заходів.

Коли студенти бачать і цінують досягнуті результати, відчувають задоволення від самої діяльності, переживають радість від пізнання нового, у них зміцнюється віра в можливість фізичного вдосконалення. Для залучення студентів до занять варто звернути увагу на їх переваги у виборі форм занять та їх змісту. Побудова навчального процесу в межах нормативного підходу, де важливі лише зовнішні показники, а не ті, хто займається, викликає небажання займатися фізичним вихованням і нерозуміння суті занять.

Одним із класичних методів залучення студентів до занять фізичною культурою і спортом є наявність у програмі ВНЗ трьох основних аспектів: освітнього, виховного, оздоровчого.

Слід зазначити відсутність у студентів спеціальних знань про способи рухів, фізичне навантаження, особливості впливу певних видів навантаження на організм людини, що тісно корелює з невмінням планувати самостійні заняття фізичними вправами і здійснювати самоконтроль у процесі їх проведення. Фізкультурні знання є потужним засобом педагогічного впливу на мотиваційно-потребностну сферу студентства. У процесі формування потреби до занять фізичною культурою можна виділити три фази: 1) формування знань стосовно конкретного явища; 2) формування практичних умінь; 3) формування культурної потреби.

Збереження інтересу до рухової активності відповідає психології сучасної молоді. Оскільки здоров'я і навчання студентів взаємопов'язані і взаємозумовлені, то важливо підтримати інтерес і позитивне мотиваційно-ціннісне відношення до фізичної культури, потреби в регулярних заняттях фізичними вправами, у фізичному самовдосконаленні. Для цього слід зміщувати акцент з нормативних показників фізкультурно-спортивної діяльності і якомога частіше урізноманітнювати практичні заняття шляхом включення в них сучасних засобів фізичної культури і форм занять.

На сьогодні навчально-педагогічний процес вимагає від студентів університету значних витрат сил на подолання фізичних і розумових навантажень. Ураховуючи це, важливе місце відводиться самостійним заняттям фізичними вправами, які є складовою частиною здорового способу життя. Студенти, які займаються самостійно фізичними вправами, повинні

спиратися на науково-методичну допомогу кафедри фізичного виховання та спорту.

Планування таких самостійних занять здійснюється за безпосередньої участі викладачів із фізичної культури та медиків. Залежно від стану здоров'я, рівня фізичної підготовленості студенти можуть планувати досягнення результатів за роками навчання в університеті, що є додатковою мотивацією до занять. Також можна виділити ще цілу низку мотивацій для самостійних занять фізичною культурою та спортом у студентів: естетична мотивація, прагнення до спілкування, прагнення пізнати свій організм, мотивація творчості, виховання та укріплення сім'ї, спортивна мотивація.

Мотивація для занять студентів у спортивних секціях засновується на прагненні людини поліпшити свої спортивні досягнення, досягнути певного рівня, випередити в своїх спортивних досягненнях суперника – все це є потужним стимулом. Прагнення бути кращим серед себе подібних – це потужна мотивація для самостійних занять фізичними вправами та спортом.

Заняття в спортивних секціях є формою самовираження та самоствердження студента, визначаючи спосіб його життя, загальнокультурні й соціально значущі пріоритети. Заняття в спортивних секціях дозволяють студентам вирішити або оптимізувати визначені проблеми, крім того, систематичні заняття спортом – ефективний засіб удосконалення ціннісних орієнтацій молоді, її моральних якостей та реального способу життя.

**Висновки.** Отже, формування мотивації до самостійних занять фізичними вправами та здорового способу життя у студентів вимагає зусиль. Оскільки ефект цих зусиль проектується на майбутнє, і не кожна молода людина може вирішити це завдання самостійно, необхідна спрямованість системи виховання й освіти у ВНЗ на формування в студентів мотивації до занять фізичними вправами.

Формування мотивації є однією із основних вимог забезпечення високої результативності будь-якого освітянського процесу. Оскільки мотивація формується під впливом виникаючих потреб, то мотивація студентів має на меті довести до їх свідомості значимість, необхідність та цінність придбання знань, вмінь та навичок. При цьому мотивація залежить від багатьох факторів: матеріально-технічної бази ВНЗ, традицій сім'ї, соціального оточення, фізичної та технічної підготовленості студентів, особистості викладача фізичної культури, його педагогічної майстерності. На ефективність формування позитивної мотивації великий вплив має той психологічний клімат, який створює викладач у процесі занять, а також ступінь захопленості викладача своїм навчальним предметом.

Можна зробити висновок, що потреби та цілі є основними чинниками мотивації студентів. У разі задоволення потреб у регулярних



заняттях фізичною культурою та спортом формується позитивна мотивація до занять, що в свою чергу викликає потребу в заняттях фізичною культурою. Інакше кажучи, головним у формуванні позитивної мотивації студентів ВНЗ до регулярних занять фізичною культурою є реалізація потреб студентів у руховій активності, яка є одним із визначальних факторів здоров'я людини.

Безумовно, залучення студентів до самостійних занять поза межами програми є підвищенням їх освітнього рівня в питаннях оздоровчої фізичної культури. Потреба в русі – основа фізіологічних, соціально-економічних і культурних цінностей. Реалізація цих потреб забезпечить нормальний ріст і життєдіяльність організму студента і буде сприяти його залученню до систематичних занять фізичною культурою як під час навчального процесу, так і поза ним. У свою чергу мотивована людина буде прагнути удосконалюватись, відвідуючи додаткові заняття з фізичної культури, займаючись індивідуально або у спортивних секціях.

#### Список джерел інформації / References

1. Кокшаров А. А. Формирование здорового стиля жизни студентов средствами физической культуры : авторефер. дис. ... канд. пед. наук / А. А. Кокшаров. – Барнаул, 2003. – С. 22.

Koksharov, A.A. (2003), *Formation of students' healthy lifestyle by means of physical training: Author's thesis [Formirovanie zdorovogo stilya zhyzni studentov sredstvami phizicheskoy kultury: avtoref. dis. ... kand. ped. nauk]*, Barnaul, 22 p.

2. Штейнбрейс А. А. Изменения побудительной мотивации к занятиям физической культурой студентов КГМА / А. А. Штейнбрейс, Е. В. Кольвинковский, А. В. Григорьев // Физическая культура в системе образования. – Красноярск : Издательский центр КГУ, 2001. – С. 9–12.

Shteinebreis, A.A., Kolvinkovskiy, E.V., Grigoryev, A.V. (2001), "Changes of urging motivation of KGMA students to physical training lessons", [Phyisicheskaya kultura v sisteme obrazovaniya], *Physical training in the system of education*, Izdatelskiy tsentr KGU, Krasnoyarsk, pp. 9-12.

3. Овсянкин В. А. Социально-психологические предпосылки формирования потребности в занятиях физической культурой и спортом / В. А. Овсянкин, М. М. Еншин, Л. И. Масков // Актуальные проблемы физического воспитания и спортивной тренировки студенческой молодежи : тезисы докладов международной научно-практической конференции (4–6 апреля 1995). – Минск, 1995. – С. 55–56.

Ovsyankin, V.A., Enshin, M.M., Maskov, L.I. (1995), "Social-psychological prerequisites of forming the need in the lessons of physical training and sports", *Actual problems of physical and sports training of students youth: thesis of reports of International scientific-practical conference* ["Socialno-psihologicheskie predposylki formirovaniya potrebnosti v zanatyah phisicheskoy kulturoy i sportom"], *Aktualnye problemy phisicheskogo vospitaniya i sportivnoy trenirovki*

*studentcheskoy molodezhi: tezisy dokludov mezhdunarodnoy nauchno-practicheskoy konferentsii*], Minsk, pp. 55-56.

4. Койносов П. Г. Формирование у студентов потребностей в физическом совершенствовании / П. Г. Койносов // *Вузовская физическая культура и студенческий спорт: состояние и перспективы совершенствования*. – Тюмень, 2000. – С. 8–10.

Koinosov, P.G. (2000), “Formation of students’ need in physical improvement”, *University physical training and students’ sports: state and perspectives of improvement* [“Formirovanie u studentov potrebnostey v phisicheskom sovershenstvovsnii”, *Vuzovskaya phizicheskaya kultura i sport: sostoyanie i perspektivy sovershenstvovaniya*], Tumen, pp. 8-10.

5. Шилько В. Г. Модернизация системы физического воспитания студентов на основе личносно-ориентированного содержания физкультурно-спортивной деятельности / В. Г. Шилько. – М., 2003. – 320 с.

Shilko, V.G. (2003), *Modernization of the system of students’ physical training on the basis of person-oriented content of physical-sports activity* [Modernizatsiya sistemy phisicheskogo vospitaniya studentov na osnove lichmosno-orientirovannogo sodержaniya phizkulturno-sportivnoy deyatelnosti], Moscow, 320 p.

6. Беяничева В. В. Формирование мотивации занятий физической культурой у студентов / В. В. Беяничева, Н. В. Грачева // *Физическая культура и спорт: интеграция науки и практики: сб. науч. ст. – Вып. 2. – Саратов : Наука, 2009. – С. 6.*

Belyanicheva, V.V. (2009), “Formation of students’ motivation for physical training lessons”, *Physical training and sports: integration of science and practice* [“Formirovanie motivatsii zanyatiy phizicheskoy kulturoy u studentov”], Vol. 2, Nauka, Saratov, 6 p.

7. Сырвачева И. С. Мотивация самостоятельных занятий физическими упражнениями / И. С. Сырвачева // *Физическая культура, здоровье: проблемы, перспективы, технологии : матер. регион. науч. конф. – Владивосток : ДВГУ, 2003. – С. 108–111.*

Syrvacheva, I.S. (2003), “Motivation of individual physical exercises training”, *Physical training, helth: problems, perspectives, technologies: materials of reg. scien. conf.* [“Motivatsiya samostoyatelnyh zanyatiy phizicheskimi uprazhneniyami”, *Phizicheskaya kultura, zdoroviye: problemy, perspektivy, tehnologii: mater. region. nauch. konf.*], DVGU, Vladivostok, pp. 108-111.

8. Вилюнас В. К. Психологические механизмы мотивации человека / В. К. Вилюнас. – М. : Изд-во МГУ, 1990. – 285 с.

Vilunas, V.K. (1990), *Psychological mechanisms of human motivation* [Psihologicheskiye mehanizmy motivatsii cheloveka], MGU, Moscow, 285 p.

9. Иванова С. Ю. Формирование положительной мотивации студентов вуза к регулярным занятиям физической культурой и спортом / С. Ю. Иванова, Е. В. Апухтина // *Проблемы развития физической культуры и спорта в новом тысячелетии : матер. Всерос. науч.-практ. конф. – Кемерово : Кузбассвузиздат, 2009.*

Ivanova, S.Yu. (2009), "Formation of University students' positive motivation to regular lessons of physical training and sports," *Problems of developing physical training and sport in the new millennium: mater. All-Rus. scien.-prat. conf.* ["Formirovaniye polozhitelnoy motivatsii studentov vuza k regulyarnym zanyatiyam fizichrskoy kulturoy I sportom"], *Problemy razvitiya fizicheskoy kultury i sporta v novom tysyacheletii: mater. Vseros. nauch.-prakt. konf.*, Kuzbassvuzizdat, Kemerovo, pp. 65-80.

10. Мотивация студентов в физкультурной деятельности / А. В. Лотаненко, А. В. Плешаков, С. В. Гусев [и др.] // Организация и методика учебного процесса, физкультурно-оздоровительной и спортивной работы: материалы VII Межд. научно-методической конф. – Ч. 2. – М.: Изд-во МГУ, 2002.

Lotanenko, A.V., Pleshakov, A.V., Gusev, S.V. (2002), "Students' motivation to physical training activity", *Organization and methodology of educational process, physical training and prophylactic and sports work: materials VII Intern. scient.-methodological conf.* ["Motivatsiya studentov v phizkulturnoy deyatel'nosti"], *Organizatsiya i metodika uchebnogo protsessa, fizkulturno-ozdorovitel'noy i sportivnoy raboty*], MGU, Moscow, p. 2.

11. Туренков А. Н. Влияние социальных условий жизни и некоторых факторов на изменение мотивации студентов к оздоровительной деятельности / А. Н. Туренков, В. М. Калинин // Стратегия и пути развития национального образования в России : сб. науч. трудов по матер. Межд. конф. – Кемерово : Кузбассвузиздат, 2007.

Turenkov, A.N., Kalinin, V.M. (2007), "Influence of social conditions of life and some factors on changing students' motivation to prophylactic activity", *Strategy and the ways of developing national education in Russia: col. sc. works on the mater. Inter. conf.* ["Vliyaniye sotsialnyh usloviy zhyzni i nekotoryh faktorov na izmeneniye motivatsii studentov k ozdorovitel'noy deyatel'nosti"], *Strategiya i puti razvitiya natsionalnogo obrazovaniya v Rossii: sb. nauch. trudov po mater. Mezhd. conf.*, Kuzbassvuzizdat, Kemerovo.

12. Хорева Ю. А. Мотивация учебной и физкультурно-оздоровительной деятельности / Ю. А. Хорева // Организация и методика учебного процесса, физкультурно-оздоровительной и спортивной работы : материалы VII Межд. научно-методической конф. – Ч. 2. – М.: МГУ, 2002.

Horeva, Yu.A. (2002), "Motivation of educational and physical training and prophylactic activity", *Organization and methodology of educational process, physical training and prophylactic and sports work: materials VII Intern. scient.-methodological conf.* ["Motivatsiya uchebnoy i fizkulturno-ozdorovitel'noy deyatel'nosti"], *Organizatsiya i metodika uchebnogo protsessa, fizkulturno-ozdorovitel'noy i sportivnoy raboty*], Moscow, p. 2.

13. Асеев В. Г. Мотивация поведения и формирования личности / В. Г. Асеев. – М.: Мысль, 2006. – С. 23, 158.

Aseev, V.G. (2006), *Motivation of behaviour and personality formation. [Motivatsiya povedeniya i formirovaniya lichnosti]*, Mysl, Moscow, pp. 23, 158.

14. Баранова О. В. Мотивация социально-педагогической деятельности и её развитие у студентов педагогического колледжа / О. В. Баранова. – Иркутск, 2002. – С. 154.

Baranova, O.V. (2002), *Motivation of social-pedagogical activity and its development among students of pedagogical college* [Motivatsiya sotsialno-pedagogicheskoy deyatel'nosti u studentov pedagogicheskogo kolledzha], Irkutsk, p. 154.

**Москальов Віктор Васильович**, ст. викл., кафедра фізичного виховання та спорту, Харківський державний університет харчування та торгівлі. Адреса: вул. Моторна, 3, кв. 3, м. Харків, Україна, 61105. Тел.: (057)349-45-70.

**Москалёв Виктор Васильевич**, ст. преп., кафедра физического воспитания и спорта, Харьковский государственный университет питания и торговли. Адрес: ул. Моторная, 3, кв. 3, г. Харьков, Украина, 61105. Тел.: (057)349-45-70.

**Moskalyov Victor**, senior teacher, Department of physical training and sport, Kharkiv State University of Food Technology and Trade. Address: Motorna st., 3, Kharkiv, Ukraine, 61105. Tel.: (057)349-45-70.

**Русанов Микола Владиславович**, ст. викл., кафедра фізичного виховання та спорту, Харківський державний університет харчування та торгівлі. Адреса: пр. Перемоги, 626, кв. 304, м. Харків, Україна, 61204. Тел.: (057)349-45-70.

**Русанов Николай Владиславович**, ст. преп., кафедра физического воспитания и спорта, Харьковский государственный университет питания и торговли. Адрес: пр. Победы, 626, кв. 304, г. Харьков, Украина, 61204. Тел.: (057)349-45-70.

**Rusanov Mykola**, senior teacher, Department of physical training and sport, Kharkiv State University of Food Technology and Trade. Address: Peremohy Ave. 62-b, 304, Kharkiv, Ukraine, 61204. Tel.: (057)349-45-70.

**Левченко Михайло Олександрович**, ст. викл., кафедра фізичного виховання та спорту, Харківський державний університет харчування та торгівлі. Адреса: вул. Клочківська, 332, кв. 7, м. Харків, Україна, 61061. Тел.: (057)349-45-70.

**Левченко Михаил Александрович**, ст. преп., кафедра физического воспитания и спорта, Харьковский государственный университет питания и торговли. Адрес: ул. Клочковская, 332, кв. 7, г. Харьков, Украина, 61061. Тел.: (057)349-45-70.

**Levchenko Mihail**, senior teacher, Department of physical training and sport, Kharkiv, State University of Food Technology and Trade. Address:, Klouchkivska st., 332, 7, Kharkiv, Ukraine, 61061. Tel.: (0572) 349-45-70.

*Рекомендовано до публікації д-ром екон. наук, проф. Чорною М.В., канд. іст. наук, проф. Міносяном А.С., канд. техн. наук доц. Паком А.О.  
Отримано 15.10.2016. ХДУХТ, Харків.*