

*Старші викладачі кафедри фізичного виховання та спорту **О. Р. Лучко,**
С. С. Довженко*

Український державний університет залізничного транспорту (м. Харків)

ФОРМУВАННЯ МОТИВАЦІЙНО-ЦІННІСНОГО СТАВЛЕННЯ У ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ ДО ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНИМ ВИХОВАННЯМ ПІД ЧАС ВОЄННОГО СТАНУ

Малорухомий спосіб життя протягом тривалого часу позиціонується як серйозна проблема для підтримки фізичної форми здобувачів вищої освіти. Актуальність забезпечення високої ефективності фізичного виховання в закладах вищої освіти значно зростає у зв'язку з викликами, зумовленими впровадженням воєнного стану в країні [2, с. 133]. Безперечно, рухова активність і здоров'я – важливі складові могутності нашого народу. Рух позбавляє тривожності, страху, стресу, налаштовує на нові звершення задля перемоги. Завдання фізичного виховання здобувачів вищої освіти в період воєнного стану обумовлені створенням умов для повної реалізації їхнього фізичного розвитку у процесі навчання. Вважаємо, що в умовах воєнного стану організація занять з фізичного виховання має бути спрямована на вдосконалення адаптації здобувачів до психічних перенапружень і водночас мати профілактичну, реабілітаційну спрямованість. Слід мотивувати здобувачів вищої освіти до занять фізичною культурою, формувати в них розуміння, що бути здоровими як фізично, так і психічно – це обов'язок кожного громадянина України. Вони повинні усвідомити, що без активних занять фізичною культурою здоров'я не може бути ідеальним. До основи занять з фізичного виховання здобувачів вищої освіти має бути покладено формування позитивного ставлення до фізичного і психічного здоров'я.

З початку російської агресії мільйони українців пережили стрес (втрата роботи, переїзд, молодь не має можливості навчатися та тренуватися та ін.). Тому перед викладачем постає задача з формування мотиваційно-ціннісного ставлення студентської молоді до свого здоров'я, здорового способу життя,

систематичної рухової активності через фізичну культуру, а саме вдосконалення природних задатків для реалізації в соціумі, що стане певним внеском у розвиток загальної культури суспільства. У закладі вищої освіти фізичне виховання вважається навчальною дисципліною і здійснюється у формі навчально-тренувальних занять. Також разом з іншими дисциплінами воно бере участь у формуванні професійних компетенцій здобувачів вищої освіти, тому що є складовою загальної культури як обов'язкового розділу гуманітарного компонента освіти.

У нормативних документах зазначається, що формування фізично загартованої особистості, яка володіє знаннями, вміннями і навичками використання засобів фізичної культури і спорту для оздоровлення, підвищення розумової та фізичної працездатності, має допомагати здобувачам адаптуватися до нових умов життя і навчання [1, с. 12]. Однією з причин низької мотивації їх до занять фізичним вихованням є несформованість ціннісних орієнтацій, необізнаність у теорії і методиці фізичного виховання, а саме нерозуміння зв'язку рухової активності, фізичного удосконалення та гарного самопочуття.

Формування спортивних навичок у здобувачів залежить від ряду факторів: мотивації, розвитку знань про сутність рухової дії та її користь, зацікавленості тренерів-викладачів у підвищенні інтересу до занять фізичною активністю. Слід зазначити, що заняття з фізичного виховання стануть більш ефективними, якщо здобувачі усвідомлять цілі фізичної культури та особисту цінність таких занять.

Молодь є запорукою, резервом і рушієм розвитку країни, її сьогоденням і майбутнім. Виховання здорових, всебічно розвинутих, патріотично налаштованих громадян є стрижнем, який об'єднує народ України в його намаганнях до національного відродження. Масове залучення до занять фізичною культурою і спортом покращує здоров'я нації.

1. Котляр П. В. Формування мотивації до занять фізичною культурою і спортом студентської молоді : кваліф. робота зі спец. 017. Київ : НУФВСУ, 2022. 54 с.

2. Стадник В. Педагогічні основи психологічного забезпечення процесу фізичного виховання в умовах воєнного стану. *Інноватика у вихованні*. 2022. Вип. 16. С. 132–140.