

Міністерство освіти і науки України
Волинський національний університет імені Лесі Українки

**ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ, СПОРТ І КУЛЬТУРА ЗДОРОВ'Я
У СУЧАСНОМУ СУСПІЛЬСТВІ**

№ 1 (53)

2021

Луцьк
Волинський національний університет
імені Лесі Українки
2021

Редакційна колегія

Цьось А. В. – доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор (Волинський національний університет імені Лесі Українки, Луцьк, Україна, головний редактор).

Фізичне виховання і спорт

Андрійчук О. Я. – доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор (Волинський національний університет імені Лесі Українки, Луцьк, Україна, заступник головного редактора);

Альошина А. І. – доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор (Волинський національний університет імені Лесі Українки, Луцьк, Україна);

Балько С. – доктор філософії (університет імені Яна Евангеліста Пуркіне в Усті-над-Лабем, Чехія);

Вітомський В. В. – кандидат наук з фізичного виховання і спорту (Національний університет фізичного виховання і спорту України, Київ, Україна);

Воншік Я. – доктор габілітований, професор (Академія імені Яна Длугоша в Ченстохові, Польща);

Григус І. М. – доктор медичних наук, професор (Національний університет водного господарства та природокористування, Рівне, Україна);

Давидов В. Ю. – доктор біологічних наук, професор (Поліський державний університет, Пінськ, Білорусь);

Єдинак Г. А. – доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор (Львівський державний університет фізичної культури, Львів, Україна);

Кутек Т. Б. – доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор (Житомирський державний університет імені Івана Франка, Житомир, Україна);

Ніколасва А. – доктор філософії (Університет Фракії, медичний факультет, Фракія, Болгарія);

Павлова Ю. О. – доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор (Львівський державний університет фізичної культури, Львів, Україна);

Перрі Д. – доктор філософії, професор (Університет Лідса, Велика Британія);

Ровний А. С. – доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор (Харківська державна академія фізичної культури, Харків, Україна);

Томенко О. А. – доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор (Сумський державний педагогічний університет імені А. С. Макаренка, Суми, Україна);

Фернандес-Труан Я. К. доктор філософії (Університет Пабло де Олавіде, Севілья, Іспанія);

Індика С. Я. – кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент (Волинський національний університет імені Лесі Українки, Луцьк, Україна, відповідальний секретар).

Педагогічні науки

Белікова Н. О. – доктор педагогічних наук, професор (Волинський національний університет імені Лесі Українки, Луцьк, Україна, заступник головного редактора);

Блекінг Д. – доктор історичних наук, професор (Університет Фрайбурга, Фрайбург, Німеччина);

Вільчковський Е. С. – доктор педагогічних наук, професор, член-кореспондент АПН України (Волинський національний університет імені Лесі Українки, Луцьк, Україна);

Галаманжук Л. Л. – доктор педагогічних наук, професор (Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, Кам'янець-Подільський, Україна);

Джеральд Д. – доктор філософії, професор (Мерілендський університет, Коледж-Парк, США);

Завидівська Н. Н. – доктор педагогічних наук, доцент (Львівський державний університет фізичної культури, Львів, Україна);

Зускова К. – доктор педагогіки, доцент (Університет Павла Йозефа Шафарика, Кошице, Словаччина);

Кондаков В. Л. – доктор педагогічних наук, професор (Белгородський державний університет, Белгород, Росія).

Малліару М. – доктор філософії (Грецький відкритий університет, Патри, Греція);

Малолєпши Е. – доктор габілітований, професор (Академія імені Яна Длугоша в Ченстохові, Польща);

Мулик К. В. – доктор педагогічних наук, професор (Харківська державна академія фізичної культури, Харків, Україна);

Пріма Р. М. – доктор педагогічних наук, професор (Волинський національний університет імені Лесі Українки, Луцьк, Україна);

Смолюк І. О. – доктор педагогічних наук, професор (Волинський національний університет імені Лесі Українки, Луцьк, Україна);

Фіріка Ж. – доктор філософії (Університет Тімішоара, Румунія);

Фратріц Ф. – доктор філософії, професор (Об'єднаний університет Ніколи Тесла, факультет спорту, Белград, Сербія);

Юнгер Я. – доктор педагогіки, професор (Університет Павла Йозефа Шафарика, Кошице, Словаччина).

Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві / Волин. нац. ун-т ім. Лесі Українки. –
Ф 50 Луцьк, 2021. – № 1(53). – 88 с.

У виданні вміщено окремі положення розвитку фізичної культури, фізичного виховання різних груп населення, підготовки фахівців для галузі. Охарактеризовано методи, засоби тренування, особливості підготовки спортсменів, адаптації організму людей різного віку в процесі фізичного виховання, адекватність яких підкріплюється педагогічними, психологічними та медично-біологічними експериментами.

Журнал є науковим фаховим виданням України, яке включено до Переліку наукових фахових видань України категорії «Б» (Наказ МОН України № 1643 від 28.12.2019 р.). У науковому журналі можуть публікуватися результати дисертаційних робіт на здобуття наукових ступенів доктора і кандидата наук (доктора філософії) за галузями «Педагогічні науки» (спеціальності: 011 Науки про освіту, 014 Середня освіта (фізична культура) (13.00.02; 13.00.04) і «Фізичне виховання та спорт» (спеціальність: 017 Фізична культура і спорт (24.00.01; 24.00.02; 24.00.03).

Видання відображається в наукометричних та реферативних базах: Index Copernicus International ERIH PLUS; Polska Bibliografia Naukowa; Україніка наукова; Ulrich's Periodicals Directory; репозитаріях та пошукових системах: DOAJ, OpenAIRE, BASE, WorldCat, Google Scholar, International Committee of Medical Journal Editors, Research Bible, Information Matrix for the Analysis of Journals, Наукова періодика України.

УДК 796 (Д 82)

Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення

УДК 797.2:159.947.3

ФОРМУВАННЯ МОТИВАЦІЙНО-ВОЛЬОВИХ ЗДІБНОСТЕЙ У СТУДЕНТІВ, ЯКІ ЗАЙМАЮТЬСЯ ПЛАВАННЯМ, У ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

Валентина Ляшенко¹, Валентина Зубко², Олена Гацко¹,
Наталія Гнутова¹, Олена Лахтадир¹

¹Київський університет імені Бориса Грінченка, Київ, Україна, Fenix210v@gmail.com

²Національний технічний університет України «Київського політехнічного інституту ім. Ігоря Сікорського», Київ, Україна

<https://doi.org/10.29038/2220-7481-2021-01-49-56>

Анотації

Актуальність дослідження. Значення мотиваційно-вольових здібностей і їх вплив на формування особистості студентів є актуальними на сьогодні, оскільки під впливом мотивації формується світогляд особистості, поведінкові реакції, внутрішній емоційний світ. Під час занять із плавання в процесі фізичного виховання студентів ЗВО є можливість застосувати елементи психологічної підготовки, які будуть спрямовані на формування основних компонентів мотиваційно-вольових здібностей, що безпосередньо впливають на як відвідування занять, так і підвищення спортивних результатів. **Мета дослідження** – оцінка ефективності засобів формування мотиваційно-вольових здібностей у студентів, які займаються плаванням. **Матеріал і методи дослідження.** У ході дослідження нами застосовано такі методи: аналіз науково-методичної літератури, тестування, педагогічний експеримент. Обробку статистичних даних проводили за допомогою методів математичної статистики. **Учасники дослідження.** У дослідженні брали участь студенти 1 курсу «Київського політехнічного інституту ім. Ігоря Сікорського» (26 осіб), які дали згоду на участь в експерименті. **Результати дослідження.** На початку експерименту в експериментальній та контрольній групах досліджувані були майже однакового рівня розвитку мотиваційно-вольових здібностей, тобто результати обох груп не мали достовірних відмінностей. Після проведення експерименту та використання розробленої методики спостерігали приріст показників компонентів мотиваційно-вольових здібностей, але в експериментальній групі студентів, які займаються плаванням, показники виявилися вищими ($p < 0,05$; $p < 0,01$). **Висновки.** За результатами нашого дослідження всі показники компонентів мотиваційно-вольових здібностей зазнали достовірного підвищення в студентів експериментальної групи, а найбільші зміни спостерігали у вольовому компоненті, який на високому рівні становив 36 % в експериментальній групі, а в контрольній – 12 %; студентів із низьким рівнем в експериментальній групі залишилося 28 %, у той час, як у контрольній – 64 %. Отримані результати свідчать про те, що заняття плаванням позитивно впливає не лише на фізичний розвиток людини, але й на формування її особистості, розвиваючи такі риси, як цілеспрямованість, наполегливість, рішучість, сміливість.

Ключові слова: студенти, мотиваційно-вольові здібності, психологічна підготовка, плавання.

Валентина Ляшенко, Валентина Зубко, Елена Гацко, Наталья Гнутова, Елена Лахтадир. Формирование мотивационно-волевого способностей студентов, занимающихся плаванием, в процессе физического воспитания. Актуальность исследования. Значение мотивационно-волевых способностей и их влияние на формирование личности студентов является актуальным на сегодня, так как под влиянием мотивации формируется мировоззрение личности, поведенческие реакции, внутренний эмоциональный мир. Во время занятий по плаванию в процессе физического воспитания студентов ЗВО, есть возможность применить элементы психологической подготовки, которые будут направлены на формирование основных компонентов мотивационно-волевых способностей, что непосредственно влияют как на посещение занятий, так и на повышение спортивных результатов. **Цель исследования** – оценка эффективности средств формирования мотивационно-волевых способностей у студентов, занимающихся плаванием. **Материал и методы исследования.** В

ходе дослідження ми використовували такі методи: аналіз науково-методическої літератури, тестування, педагогічний експеримент. Обробку статистических даних проводили при допомозі методів математическої статистики. **Учасники дослідження.** В дослідженні приймали участь студенти I курсу «Київського політехніческого інституту ім. Ігоря Сикорського» (26 человек), котрі дали згоду на участь в експерименті. **Результати дослідження.** В началі експерименту в експериментальній і контрольній групах досліджуємі мали почти однаковий рівень розвитку мотиваційно-вольових здібностей, то єсть результати обоєх груп не мали достовірних різниць. Після проведення експерименту і використання розробленої методики набувалося прирост показателів компонентів мотиваційно-вольових здібностей, но в експериментальній групі студентів, займаючихся плаванням, показателі оказались вище ($p < 0,05$; $p < 0,01$). **Висновки.** По результатам нашого дослідження, все показателі компонентів мотиваційно-вольових здібностей получили достовірне підвищення у студентів експериментальної групи, а найбільші змієнення набувалися в вольовому компоненті, котрий на високому рівні составил 36 % в експериментальній групі, в контрольній – 12 %, а респондентів с низьким рівнем в експериментальній групі осталось 28 %, в то время, как в контрольній – 64 %. Полученные результаты свидетельствуют о том, что занятия плаванием положительно влияют не только на физическое развитие человека, но и на формирование его личности, развивая такие качества, как целеустремленность, настойчивость, решительность, смелость.

Ключевые слова: студенти, мотиваційно-вольові здібності, психологіческа підготовка, плавання.

Formation of Motivational and Volitional Abilities of Students Involved in Swimming during Physical Education. Topicality. The importance of motivational and volitional abilities and their influence on the formation of students' personality is relevant today, as under the influence of motivation is formed personality worldview, behavioral reactions, inner emotional world. During swimming trainings in the process of students' physical education, it is possible to apply psychological training technics, which will be aimed at forming the main components of motivational and volitional abilities that directly affect both attendance of the classes and increase sports results. **The purpose** of the study is to evaluate the means effectiveness of motivational and volitional abilities forming in students who are engaged in swimming. **Stuff and research methods.** During the research the following methods have been used: analysis of scientific and methodical literature, testing, and pedagogical experiment. Processing of statistical data was performed using the methods of mathematical statistics. **Research participants.** The study involved 26 first-year students of National Technical University of Ukraine "Igor Sikorsky Kyiv Polytechnic Institute". All of them agreed to participate in the experiment. **The research results.** At the beginning of the experiment in the experimental and control groups, the examined students had almost the same level of motivational and volitional abilities development. So, the results of both groups had no significant differences. After conducting the experiment and using the developed methodology, there was an increase in the components of motivational and volitional abilities, but in the experimental group of students engaged in swimming, the indicators were higher ($p < 0,05$; $p < 0,01$). **Conclusions.** According to the results of the study, all indicators of the components of motivational and volitional abilities were significantly increased in the experimental students' group, and the significant changes were observed in the volitional component, which was 36 % in the experimental group, and in the control one remained at level of 12 %, and students with low level in the experimental group remained 28 %, while in the control group – 64 %. The obtained results indicated a positive swimming training effect not only on individual physical status, but also on the formation of his/her personality by developing such traits as purposefulness, perseverance, determination and courage.

Key words: students, motivational and volitional abilities, psychological training, swimming.

Вступ. У сучасній системі освіти ВНЗ є обов'язковою присутність фізичного виховання як невід'ємної частини підготовки фахівців, проте ряд учених у своїх роботах зосереджують увагу на тому, що потрібно кардинально перебудувати процес фізичного виховання у ВНЗ та впроваджувати інноваційні технології [10]. Автори переконують нас у тому, що такі нововведення значною мірою вплинуть на процес залучення студентів до різних форм рухової активності [7; 13]. Аналізуючи дані вітчизняних науковців, можемо зазначити, що плавання є одним з улюблених видів спорту серед студентської молоді [12]. Згідно з дослідженнями, це унікальний вид фізичних вправ і належить він до найбільш масових типів рухової діяльності, а також є одним із найбільш доступних засобів фізичної культури для людей будь-якого віку та рівня підготовленості. Тому використання плавання як найбільш адекватного виду фізичних вправ, які залучають у роботу всі основні м'язові групи задля оздоровлення, фізичного розвитку й розвитку основних фізичних якостей у студентської молоді, відображено в програмах з фізичного виховання в закладах ЗВО.

Навчальні заняття з фізичного виховання в закладах вищої освіти мають свої специфічні особливості, що значною мірою впливають на психіку студентів, їхні емоційні переживання і стан та вимагають максимальних вольових зусиль. Вони гармонійно та всебічно розвивають особистість студента, забезпечують його не лише знаннями, уміннями, навиками, а й високим рівнем фізичної й

психологічної підготовленості [4]. Питання щодо формування потреб, мотивів і ставлення студентів закладів вищої освіти до занять фізичними вправами розглянуто в працях В. Азаренкова, Г. Безверхньої, К. Николаєва, В. Савчук та ін. [1; 2; 9; 11].

Ураховуючи, що мотивація до фізичної активності – особливий стан особистості, який спрямований на досягнення оптимального рівня фізичної підготовленості й працездатності, а вольова сфера визначає успішність особистісного та професійного розвитку, маємо спрямувати роботу на формування та підвищення мотиваційно-вольових здібностей особистості студентів, котрі займаються плаванням у процесі фізичного виховання.

Мета дослідження – оцінка ефективності засобів формування мотиваційно-вольових здібностей у студентів, які займаються плаванням.

Матеріал і методи дослідження. Дослідження проводили на базі Київського політехнічного інституту ім. Ігоря Сікорського. Під час проведення дослідження задіяно 26 студентів 1 курсу кафедри фізичного виховання. Вік респондентів – 17–18 років. Студентів проінформовано про всі особливості дослідження. Вони дали згоду на участь в експерименті. На початку дослідження було проведено психодіагностичне тестування, за результатами якого достовірних відмінностей не виявлено у розвитку мотиваційно-вольових якостей учасників. Загальну кількість обстежуваних поділили на дві групи (13 студентів – експериментальна група та 13 – контрольна).

У ході роботи застосовано такі методи, як аналіз науково-методичної літератури, психодіагностичне тестування, педагогічний експеримент, який включав констатувальний і формувальний. Обробку статистичних даних проводили за допомогою методів математичної статистики. Використовували й психодіагностичні методики: тест мотивації досягнення ТМД А. Мехрабіана; опитувальник «Вольові якості особистості» М. В. Чумакова; методику «Копінг-поведінка в стресових ситуаціях», адаптований варіант Т. А. Крюкової; опитувальник «Стиль саморегуляції поведінки» (ЗСПМ) В. І. Моросанова.

Для оцінки статистичної достовірності відмінностей між двома незалежними вибірками використовували непараметричний критерій U-Манна Уїтні, оскільки вибірка не перевірялася на нормальний розподіл, невелика група досліджуваних та цей критерій найчастіше використовується в психодіагностичних дослідженнях, що дало змогу отримати статистично достовірні показники за ознакою мотиваційно-вольових здібностей.

Результати дослідження. Нами проведено діагностику рівня сформованості мотиваційно-вольових здібностей (МВЗ) студентів, які оцінювали за такими показниками (табл. 1).

Таблиця 1

Компоненти мотиваційно-вольових здібностей

Компонент МВЗ	Оцінювана якість	Методика
Мотиваційний	Мотивація досягнення виражається в потребі долати перешкоди й досягати високих показників у праці, самовдосконалюватися, змагатися з іншими та випереджати їх, реалізовувати свої таланти й тим самим підвищувати самоповагу	Тест мотивації досягнення ТМД А. Мехрабіана
Вольовий	Відповідальність, дисциплінованість, цілеспрямованість, принциповість, обов'язковість, наполегливість, рішучість, воля, ініціативність, витриманість	Опитувальник «Вольові якості особистості» М. В. Чумакова
Емоційно-поведінковий	Емоційна напруженість оцінювалася за частотою виникнення видимих емоційних реакцій на змагальну ситуацію	Методика «Копінг-поведінка в стресових ситуаціях» адаптований варіант Т. А. Крюкової
Саморегуляція	Планування (Пл), моделювання (М), програмування (Пр), оцінки результатів (Ор), а також регуляторно-особистісних властивостей: гнучкості (Г) і самостійності (С).	Опитувальник «Стиль саморегуляції поведінки» В. І. Моросанова

Розглянемо результати діагностики рівня сформованості компонентів мотиваційно-вольових здібностей у студентів, які займаються плаванням, на етапі констатувального експерименту. В експериментальній групі 12 % студентів мають високий рівень розвитку мотиваційного компонента,

середній – 37 %, а низький – 51 % досліджуваних. Отже, більшість студентів, які займаються плаванням, в обох групах показали досить низький рівень сформованості мотиваційного компонента мотиваційно-вольових здібностей.

Під час дослідження вольового компонента в експериментальній групі лише 12 % досліджуваних продемонстрували високі показники за всіма шкалами опитувальника: відповідальність, дисциплінованість, цілеспрямованість, принциповість, обов'язковість, наполегливість, рішучість, воля, ініціативність, витриманість. Середній рівень – у 37 % групи, ці студенти продемонстрували високі показники не за всіма шкалами, а лише принциповість, обов'язковість, наполегливість, рішучість, воля. У 51 % досліджуваних виявлено низький рівень вираженості вольових якостей особистості. Ці студенти отримали високі показники лише за двома шкалами – дисциплінованість й обов'язковість. У контрольній групі теж виявлено 12 % досліджуваних із високим рівнем вираженості вольових якостей особистості, середній – у 48 %, а низький – у 40 % респондентів, які займаються плаванням.

Аналіз результатів дослідження емоційно-поведінкового компонента мотиваційно-вольових здібностей у досліджуваних експериментальної групи засвідчив, що лише 26 % випробовуваних мають високий рівень. Ці плавці володіють комплексом навичок для ефективного управління щоденними проблемними ситуаціями, вони мають здатність здійснювати пошук і реалізовувати ефективні стратегії подолання проблемних ситуацій, які трапляються в спортивній діяльності; такі студенти, які займаються плаванням, спроможні поліпшити відносини або ситуацію шляхом зміни когнітивної оцінки ситуації, що склалася, щоб утриматися від імпульсивних або поспішних дій.

Середній рівень мають 48 % досліджуваних, їм притаманний емоційно-орієнтований стиль поведінки, цей стиль складається з думок і дій, які сприяють зниженню фізичного або психологічного впливу стресу, тобто, дають спортсменів, почувати себе краще, але не усувають можливий негативний вплив від небезпечної ситуації. Для них характерний прояв ознак «емоційної розрядки», таких як крики, плач і т. ін. Особливу увагу треба приділити тому, що 26 % досліджуваних експериментальної групи, мають низький рівень емоційно-поведінкового компонента мотиваційно-вольових здібностей. Їхній стиль поведінки спрямований на уникнення: ця поведінкова стратегія спрямована на зменшення впливу стресу на особистість. Негативним аспектом застосування цієї стратегії особистістю є прагнення «втекти», сховатися від проблем, активно фантазує й т. ін. Це можна зробити двома способами:

- 1) соціальне відволікання – пошук і використання соціальної підтримки, подолання стресу та проблем за допомогою інших людей;
- 2) відволікання – активне вилучення зі свідомості проблеми, очікування більш сприятливих умов для вирішення ситуації.

Аналіз результатів дослідження емоційно-поведінкового компонента в контрольній групі студентів засвідчив, що 24 % досліджуваних мають високий рівень, 64 % – середній, 12 % – низький рівень.

У представників експериментальної групи 12 % характеризуються високим рівнем компонента саморегуляції МВЗ, середнім – 52 %, а низьким – 36 %. У контрольній групі 24 % досліджуваних мають високий рівень, 64 % – середній, 12 % – низький.

За підсумком отриманих даних у контрольній та експериментальній групах досліджуваних студентів, які займаються плаванням, ми бачимо, що сформованість компонентів у системі мотиваційно-вольових здібностей відрізняється. Такі компоненти, як емоційно-поведінковий і саморегуляційний, розвинені в спортсменів обох груп на середньому рівні, що, на нашу думку, дає їм змогу повноцінно тренуватися та виступати на змаганнях. А такі компоненти, як мотиваційний і вольовий, в обох групах представлені в діапазоні більш низьких значень, що, вважаємо, може заважати спортсменам показувати стабільні результати на змаганнях, знижує рівень їхньої особистої відповідальності як у тренувальному, так і в змагальному процесі.

Отже, програма підвищення мотиваційно-вольових здібностей студентів спрямована на основні компоненти МВЗ: мотиваційний, вольовий, емоційно-поведінковий та саморегуляційний, оскільки розвиток цих компонентів відображається на тренувальній і змагальній діяльності, підвищуючи її надійність та прогнозованість. Під час формування МВЗ ми застосували прийоми саморегуляції передстартових і змагальних станів, навички ідеомоторного тренування (ІТ), ментальні тренінги, моделювання можливих змагальних ситуацій та ін. Заняття за методикою в експериментальній групі тривали три місяці, а контрольна група тренувалася за звичайною програмою, без використання додаткової психологічної підготовки, спрямованої на розвиток МВЗ.

Розглянемо результати оцінки компонентів МВЗ в експериментальній і контрольній групах після формуючого експерименту (табл. 2, 3).

Таблиця 2

Компоненти мотиваційно-вольових здібностей в експериментальній та контрольній групах досліджуваних

Компонент мотиваційно-вольових здібностей	Рівень					
	високий, %		середній, %		низький, %	
	ЕГ	КГ	ЕГ	КГ	ЕГ	КГ
Мотиваційний	28	12	48	24	24	64
Вольовий	36	12	36	24	28	64
Емоційно-поведінковий	24	12	64	48	12	40
Саморегуляція	24	12	64	64	12	24

Таблиця 3

Оцінка достовірності відмінностей емпіричних даних між ЕГ та КГ

Компонент МВЗ	Шкала	Група випробуваних	ΣR -сума рангів	U-емпіричне	p-рівень значущості
Мотивація	Прагнення до успіху	ЕГ	81	26,8	0,0056
		КГ	62		
	Наполегливість	ЕГ	68	15,5	0,0586
		КГ	55		
	Витримка	ЕГ	37	28,9	0,0074
		КГ	28		
Воля	Рішучість	ЕГ	97	17,6	0,0262
		КГ	88		
	Цілеспрямованість	ЕГ	66	24,9	0,0127
		КГ	46		
	Уважність	ЕГ	81	15,8	0,0450
		КГ	65		
Емоційно-поведінковий	Реакція на змагальну ситуацію	ЕГ	43	26,4	0,0458
		КГ	35		
Саморегуляція	Оцінка результатів	ЕГ	87	25,9	0,0507
		КГ	61		
	Самостійність	ЕГ	74	18,6	0,0162
		КГ	49		
	Модельовання	ЕГ	54	26,9	0,0027
		КГ	32		

Аналіз динаміки показників засвідчив, що рівень мотиваційно-вольових здібностей у студентів на етапі контрольного експерименту має поліпшення показників в експериментальній групі, а в контрольній – змін практично не виявлено. За результатами формувального експерименту нами отримано достовірні відмінності між експериментальною та контрольною групами у вираженості компонентів МВЗ за шкалами: «Прагнення до успіху», «Витримка», «Рішучість», «Цілеспрямованість», «Уважність», «Реакція на змагальну ситуацію», «Самостійність».

Дискусія. Поняття мотивації є одним з основних понять, що характеризують рушійні сили поведінки та діяльності людини. На думку М. Віленського [3], стрижневим у структурі фізичного виховання студента є мотиваційний компонент. Мотиви які виникають на основі потреб, визначають спрямованість особистості, стимулюють і мобілізують її на прояв активності. Система мотивів, що виникає на основі потреб визначає спрямованість особистості в галузі фізичного виховання, стимулює та мобілізує її на прояв рухової активності. Тому методика, яку ми застосовували для розвитку МВЗ, безпосередньо впливала на такі компоненти: мотиваційний, вольовий, емоційно-поведінковий і саморегуляційний. За результатами нашого дослідження, у студентів експериментальної групи підвищилися показники, які належать до мотиваційного компонента, такі як

наполегливість, витримка та прагнення до успіху, від яких залежить систематичність тренувань і прагнення до перемоги в змаганнях.

Оскільки однією зі складових частин проблем у системі фізичного виховання студентської молоді є виявлення зовнішніх і внутрішніх умов, які зумовлюють свідому, вольову поведінку студента та є неодмінною й необхідною умовою їхньої діяльності, велика увага приділялася вольовому компоненту МВЗ, який уключає такі якості, як цілеспрямованість та рішучість [5]. У досліджуваних експериментальній групі найбільші зміни спостерігалися саме у вольовому компоненті, де на кінець експерименту кількість досліджуваних на високому рівні становила 36 %, а в контрольній групі цей показник залишився незмінним – 12 %. Водночас студентів із низьким рівнем в експериментальній групі залишилося 28 %, у той час як у контрольній – 64 %.

О. Грецький у своїх дослідженнях застосовував у тренувальному процесі також авторську методику формування мотивації, що дало йому змогу значно підвищити рівень внутрішньої мотивації в експериментальній групі, порівняно з контрольною. За його даними, зростання рівня внутрішньої мотивації в дівчат контрольної групи становило 20,9 %, а в хлопців – 28,8 %, натомість в експериментальній групі цей показник зріс у дівчат на 56,2 %, а в хлопців – на 53,7 % [6].

Отримані нами дані підтверджують результати науковців [10; 14] щодо значення мотиваційно-вольових здібностей у фізичному вихованні на прикладі плавання та доводять, що після застосування авторської методики, спрямованої на підвищення мотиваційно-вольових зусиль, показники студентів експериментальної групи достовірно підвищилися, порівняно з контрольною. Зважаючи на те, що формування вольових якостей нерозривно пов'язане з усім розвитком особистості та мотивами поведінки, у студентів спостерігаємо розвиток якостей, які входять до емоційно-поведінкового й саморегуляційного компонентів.

Висновки. Результати теоретичного аналізу та експериментального дослідження засвідчили, що в процесі фізичного виховання розвиваються не лише фізичні, а й психічні властивості особистості. Ураховуючи навчальні й спортивні навантаження, із якими стикаються студенти в процесі навчання й тренувань, розвиток мотиваційно-вольових здібностей є одним із провідних напрямів у психологічній підготовці студентів, які займаються плаванням. Програма підвищення мотиваційно-вольових здібностей студентів експериментальної групи включала прийоми саморегуляції передстартових і змагальних станів, навички ідеомоторного тренування, ментальні тренінги, моделювання можливих змагальних ситуацій та ін. За результатами досліджень можемо стверджувати, що плавці експериментальної групи після проведення експерименту стали більш уважні, рішучі, самостійні й цілеспрямовані на тренуваннях та змаганнях. Вони почали більш раціонально оцінювати майбутню діяльність, структурувати її за допомогою системи завдань, оцінювати отримані результати відповідно до поставленої мети. Отже, навчальні навантаження й напружений тренувальний графік вимагають від студентів постійної високої концентрації та внутрішньої віддачі, тому розвиток мотиваційно-вольових якостей є необхідною складовою частиною психологічної підготовки студентів, які займаються плаванням у процесі фізичного виховання.

Перспективи подальших досліджень. Наступні дослідження можуть бути спрямовані на вивчення й розвиток ціннісних характеристик у студентів 1–2 курсів, які займаються плаванням.

Джерела й література

1. Азаренков В. М. Шляхи формування мотивації до занять фізичною культурою у студентів факультету мистецтв. *Актуальні проблеми фізичного виховання різних верств населення*: зб. наук. праць. Харків: ХДАФК, 2016. С. 12–17.
2. Безверхня Г. В., Маєвський М. І. Мотивація до занять фізичним вихованням студенток педагогічних спеціальностей. *Спортивний вісник Придніпров'я*. Вип. 1. 2015. С. 5–10.
3. Виленский М. Я., Карповский Г. К. Мотивационно-ценностное отношение студентов к физическому воспитанию и пути его направленного формирования. *Теория и практика физической культуры*. 1984. № 10. С. 39–42.
4. Витун Е. В., Витун В. Г. Определение условий формирования личностных качеств студентов в процессе физического воспитания. *Вестник Оренбургского государственного университета*. 2016. № 8. С. 8–14.
5. Грибан Г. П. Фізичне виховання і воля: [монографія]. Житомир: Вид-во «Рута», 2008. 168 с.
6. Грецький О., Мицкан Б. Особливості формування та підтримки мотивації до занять спортом. *Вісник Прикарпатського університету. Серія: Фізична культура*. Вип. 17. 2015. С. 126–136.
7. Довгань Н. Ю., Копилов О. М. Психолого-педагогічна готовність студентів до фізичного самовдосконалення. *Актуальні проблеми психології*: зб. наук. праць Ін-ту психології ім. Г. С. Костюка НАПН

- України за наук. ред. С. Д. Максименка, Н. О. Євдокимової. Т. VII. *Екологічна психологія*. 38. 2015. С. 143–153.
8. Миценко Є. В. Мотивація до занять фітнесом у студентів вищого педагогічного навчального закладу. *Науковий часопис національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія № 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури/фізична культура і спорт*: зб. наук. праць. Київ, 2017. Вип. 4 (85)17. С. 68–72.
 9. Ніколаєв К. Г. Формування мотивації до занять фізичною культурою студентів ЗВО не фізкультурного профілю. В: *Науковий вісник Миколаївського державного університету ім. В. О. Сухомлинського. Серія: Педагогічні науки*: зб. наук. праць. Миколаїв, 2010. №1(31), С. 135–142.
 10. Петрица П. Показники фізичного здоров'я як чинник особистої фізичної культури студента. *Молода спортивна наука України*: зб. наук. праць з галузі фізичного виховання, спорту і здоров'я людини. Львів, 2016. Вип. 20. Т. 3, 4. С. 122–127.
 11. Савчук В. В. Формирование мотивов к занятиям физической культурой у студентов педагогического вуза: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.08. Комсомольск на Амуре, 2002. 159 с.
 12. Физическая культура и спорт глазами студентов. *Проблемы и перспективы*: материалы IV Республиканской науч.-практ. конф. студентов и молодых ученых. Донецк: ГОУ ВПО «ДонАУиГС», 2019. 533 с.
 13. Физическая культура и спорт в жизни студенческой молодежи: материалы 5-й Междунар. науч.-практ. конф. Омск: Изд-во ОмГТУ, 2019. 414 с.
 14. Яковлев Ю. В. Повышение эффективности физкультурно-спортивной деятельности студентов в вузе на основе мотивационно-потребностного подхода (на примере подготовки работников горных специальностей): дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 – теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры. Санкт-Петербург, 2015. 186 с.
 15. Semeniv V., Babuch A., Bilenjkiy P., Kovban O. Educational model of physical training of students of biotechnological profiles. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*: зб. наук. праць Східноєвроп. нац. ун-ту ім. Лесі Українки. 2018. № 1 (41). С. 52–60. doi.org/10.29038/2220-7481-2018-01-52-60

Reference

1. Azarenkov, V. M. (2016) Shliakhy formuvannia motyvatsii do zaniat fizychnoiu kulturoiu u studentiv fakultetu mystetstv [Ways of forming motivation for Physical Education classes for students of the Faculty of Arts]. *Aktualni problemy fizychnoho vykhovannia riznykh verstv naseleennia*: zб. nauk. pr. Kharkiv: KhDAFK, 12–17.
2. Bezverkhnia, H. V, Maievskiy, M. I. (2015). Motyvatsiia do zaniat fizychnym vykhovanniam studentok pedahohichnykh spetsialnostei [Motivation for Physical Education classes for students of pedagogical specialties]. *Sportyvnyi visnyk Prydniprovia*, no. 1, 5–10.
3. Vylenskiy, M. Ya., Karpovskiy, H. K. (1984). Motyvatsyonno-tsennostnoie otnoshenye studentov k fizycheskomu vospytanyiu i puty eho napravlennoho formirovaniya [Motivational-value attitude of students to physical education and ways of its directed formation]. *Teoriya y praktyka fizycheskoi kultury*, no. 10, 39–42.
4. Vytun, E.V., Vytun, V. H. (2016). Opredelenye uslovyi formirovaniya lichnostnykh kachestv studentov v protsesse fizycheskoho vospytaniya [Determination of conditions for the formation of students personal qualities in the Physical Education process]. *Viestnyk Orenburhskoho hosudarstviennoho unyversyteta*, no. 8, 8–14.
5. Hryban, H. P. (2008). Fizychno vykhovannia i volia [Physical behavior and will]. Monohrafiia. Zhytomyr: Ruta, 168.
6. Hretskiy, O. Mytskan, B. (2015). Osoblyvosti formuvannia ta pidtrymky motyvatsii do zaniat sportom. *Visnyk Prykarpatskoho universytetu*. Serii: Fizychna kultura, no. 17, 126–136.
7. Dovhan, N. Yu., Kopylov O. M. (2015). Psykholoho-pedahohichna hotovnist studentiv do fizychnoho samovdoskonalennia [Psychological and pedagogical readiness of students for physical self-improvement]. *Aktualni problemy psykholohii*: zbirnyk naukovykh prats Instytutu psykholohii imeni H. S. Kostiuka NAPN Ukrainy za nauk. red. S. D. Maksymenka, N. O. Yevdokymovoi. T. VII. Ekolohichna psykholohiia, no. 38, 143–153.
8. Mytsenko, Ye. V. (2017). Motyvatsiia do zaniat fitnessom u studentiv vyshchoho pedahohichnoho navchalnoho zakladu [Motivation for fitness classes for students of higher pedagogical educational institution]. *Naukovyi chasopys natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni M. P. Drahomanova*. Ser. 15. Naukovo-pedahohichni problemy fizychnoi kultury / fizychna kultura i sport: zб. naukovykh prats. Kyiv, no. (85)17, 68–72.
9. Nikolaiev, K. H. (2010). Formuvannia motyvatsii do zaniat fizychnoiu kulturoiu studentiv ZVO ne fizkulturnoho profilu [Formation of motivation for physical education classes of higher education institutions of non-physical education profile students]. *Vinnytsia: Naukovyi visnyk Mykolaivskoho derzh. un-tu im. V. O. Sukhomlynskoho*. Serii: Pedahohichni nauky: zб. nauk. pr. Mykolaiv, 1(31), 135–142.

10. Petrytsa, P. (2016). Pokaznyky fizychnoho zdorov'ia yak chynnyk osobystoi fizychnoi kultury studenta [Physical health indicators as a factor of a student's personal physical culture.]. *Moloda sportyvna nauka Ukrainy: zb. nauk. pr. z haluzi fizychnoho vykhovannia, sportu i zdorov'ia liudyny*. Lviv, no. 20, 3, 4, 122–127.
11. Savchuk, V. V. (2002). Formyrovanye motyvov k zaniatiam fizycheskoi kulturoi u studentov pedahohycheskoho vuza [Formation of motives for Physical Education among students of a Pedagogical University]: dys. ... kand. ped. nauk: 13.00.08. Komsomolsk na Amure, 159.
12. Fyzycheskaia kultura i sport hlazamy studentov (2019) [Physical Culture and Sports through the eyes of students]. Problemy i perspektyvy: materyaly IV Respublykanskoi nauch.-prakt. konf. stud. y molodukh uchenykh. Donetsk: HOU VPO «DonAUyHS», 533.
13. Fyzycheskaia kultura i sport v zhyzny studencheskoi molodiozhy (2019). [Physical Culture and Sports in the life of students` youth]. [Elektronnyi resurs]: materyaly 5-i Mezhdunar. nauch.-prakt. konf. Omsk: Yzd-vo OmHTU, 414.
14. Yakovlev, Yu. V. (2015). Povyshenye efektyvnosti fyzkulturno-sportyvnoi deiatelnosti studentov v vuze na osnove motyvatsyonno-potrebnostnoho podkhoda (na pryimere podhotovky robotnykov hornykh spetsyalnostei) [Increasing the effectiveness of Physical Culture and Sports students activity at university based on a motivational-need-based approach (on the example of mining specialties training): dys. ... kand. ped. nauk: 13.00.04 – teoriya y metodyka fizycheskoho vospytanyia, sportyvnoi trenyrovky, ozdorovytelnoi y adaptyvnoi fizycheskoi kultury. Sankt-Peterburh, 186.
15. Semeniv, B., Babuch, A., Bilenyki, P., Kovban, O. (2018). Educational model of physical training of students of bio-technological profies []. *Fizychnye vykhovannia, sport i kultura zdorov'ia u suchasnomu suspilstvi: zb. nauk.prats Skhidnoievropeiskoho natsionalnoho universytetu imeni Lesi Ukrainky*, no. 1 (41), 52–60. doi.org/10.29038/2220-7481-2018-01-52-60.

Стаття надійшла до редакції 05.03.2021 р.

ІНФОРМАЦІЯ ДЛЯ АВТОРІВ

Наукове видання «Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві» містить такі рубрики:

- ✓ Історичні, філософські, правові й кадрові проблеми фізичної культури та спорту.
- ✓ Технології навчання фізичної культури.
- ✓ Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення.
- ✓ Лікувальна фізична культура, спортивна медицина й фізична реабілітація.
- ✓ Олімпійський і професійний спорт.

Щоб мати можливість подавати рукописи в журнал та перевіряти їх поточний статус, потрібно зареєструватися на сайті (<http://sport.eenu.edu.ua>) або надіслати матеріали на e-mail: sport@eenu.edu.ua
Матеріал публікації повинен відповідати тематиці журналу.

Журнал приймає до розгляду наукові статті за умови, якщо робота:

- не була опублікована раніше в іншому журналі;
- не перебуває на розгляді в іншому журналі;
- усі співавтори погоджуються з публікацією статті.

Статті приймаються лише з оригінальним авторським текстом, запозичення в обсязі не більше ніж 10 % повинні бути оформлені із зазначенням посилань на джерела.

Подаючи статтю в журнал, автор тим самим:

- висловлює згоду на розміщення повного її тексту в мережі Інтернет;
- погоджується з рекомендаціями Всесвітньої асоціації медичних редакторів і стандартів COPE

відповідно до принципів етики наукових публікацій (https://publicationethics.org/files/International%20standards_authors_for%20website_11_Nov_2011.pdf).

Автори дають згоду на збір й обробку персональних даних із метою їх уключення в базу даних згідно із Законом України № 2297-VI «Про захист персональних даних» від 01.06.2010. Імена та електронні адреси, які вказуються користувачами сайту цього видання, використовуватимуться винятково для виконання внутрішніх технічних завдань; вони не поширюватимуться та не передаватимуться стороннім особам.

Мови рукопису – українська, російська, англійська, польська.

ЗАГАЛЬНІ ВИМОГИ ДО ОФОРМЛЕННЯ РУКОПИСІВ

Стаття повинна супроводжуватись анотацією, ключовими словами й містити пристатейний список використаних джерел.

Файл рукопису повинен містити:

- ✓ індекс УДК статті (верхній лівий кут)
- ✓ назву статті (до 12 слів прописними літерами);
- ✓ прізвище, ім'я автора (-ів), афіліацію (науковий ступінь, вчене звання, посада, місце роботи або навчання, місто, країна);
- ✓ e-mail контактного автора;
- ✓ анотацію (230–250 слів), структуровану таким чином (із виділенням підзаголовків напівжирним шрифтом): актуальність теми дослідження, мета й методи або методологія дослідження, результати роботи та висновки; ключові слова (5–6 слів або стійких словосполучень, за якими надалі виконуватиметься пошук статті), що відображають специфіку теми, об'єкт і результати дослідження та жодне з яких не дублює слова з назви статті;
- ✓ текст статті;
- ✓ висловлення вдячності (за необхідності);
- ✓ джерела та літературу.

Метадані (анотації) подаються мовою оригіналу статті та англійською (якщо мова статті англійська, то метадані – англійською й українською/російською).

Використання комп'ютерного перекладу не допускається.

Неприпустимим є застосування нерозшифрованих абревіатур і вперше введених термінів. Усі абревіатури повинні бути розшифровані при першому вживанні. Якщо абревіатур багато, то можна зробити список із розшифровкою кожної з них перед текстом статті.

Текст статті повинен відповідати формату IMRAD (Introduction, Methods, Results, Discussion), тобто потрібно виділити такі розділи, як вступ; мета дослідження; матеріал і методи дослідження; результати дослідження; висновки.

Вступ (постановка наукової проблеми та її зв'язок із важливими науковими чи практичними завданнями, аналіз досліджень, у яких започатковано розв'язання цієї проблеми й на які спирається автор; виокремлення не розв'язаних раніше частин загальної проблеми, які розкриває означена стаття).

Мета дослідження (метою повинно бути розв'язання проблеми або отримання знань щодо неї. Мета дослідження орієнтує на його кінцевий результат, завдання формулюють питання, на які потрібно отримати відповідь для реалізації мети дослідження. Для формулювання мети бажано використовувати слова **встановити, виявити, розробити, довести** та ін.)

Матеріал і методи дослідження. Цей розділ повинен бути коротким, але достатнім, щоб дати змогу іншим науковцям повторити дослідження, та містити три підрозділи (можна додати інші підрозділи, якщо є така потреба):

(1) Учасники

Указати кількість учасників, вік, спортивну кваліфікацію досліджуваних. Відзначити, що від усіх учасників отримано інформовану згоду на участь у цьому експерименті.

(2) Організація дослідження

Ця частина повинна бути короткою, точною й логічною (коротка інформація про кожен крок виконання досліджень, тривалість і послідовність проведення експерименту). Указати використовувані прилади, обладнання, тести.

(3) Статистичний аналіз

У підзаголовку «Статистичний аналіз» автори повинні пояснити, які статистичні методи використано під час аналізу представлених даних у розділі «Результати дослідження», та обґрунтувати їх застосування. Статистичні методи повинні бути описані детально, щоб забезпечити перевірку представлених результатів. Статистичні значення мають бути показані разом із даними в тексті, а також у таблицях і малюнках. У кінці статистичного аналізу автори повинні вказувати на рівень значущості та використані статистичні програми.

Звертаємо увагу авторів, що просте перерахування використаних методів дослідження редакцією не приймається.

Протокол збору даних, процедури, досліджувані параметри, методи вимірювань й апаратура повинні бути описані досить докладно, щоб дати змогу іншим ученим відтворити результати. Мають бути представлені посилання на використовувані методи. Маловідомі та істотно модифіковані методи повинні бути описані докладно, назви використаних пристроїв – супроводжуватись інформацією про виробника (назва, місто й країна), зазначеного в дужках.

Надання інформації про учасників експериментів (пацієнтів) вимагає наявності їхньої офіційної згоди. Дослідження пацієнтів і добровольців вимагають усвідомленої згоди, документованої в тексті рукопису. За участі дітей в експериментах потрібно мати отриману письмову згоду їхніх батьків, про що зазначаємо в цьому розділі. У звітах щодо експериментів на людях потрібно зазначити, чи проводилася процедура відповідно до етичних стандартів відповідального комітету з прав (експериментів або інституційного регіонального) чи Гельсінської декларації 2008 р.

Редакція залишає за собою право затребувати будь-які вихідні дані від авторів на будь-якій стадії в процесі розгляду або публікації, у тому числі після публікації. Відмова надання запитованої інформації може призвести до затримки публікації або скасування прийому праці.

Результати дослідження. Виклад основного матеріалу дослідження з повним обґрунтуванням отриманих наукових результатів (результати досліджень з обов'язковою статистичною обробкою даних потрібно подавати у вигляді таблиць, графіків, діаграм. Дані, які відображаються в таблицях, мають бути суттєвими, повними, достовірними. Заголовок таблиці, назва графіка або діаграми повинні відповідати їхньому змісту. Переказувати словами дані таблиць і графіків неприпустимо. Результати дослідження мають бути обов'язково проаналізовані. Варто провести паралелі з даними, отриманими іншими вітчизняними й закордонними вченими.

Дискусія. Цей розділ повинен містити інтерпретацію результатів дослідження, а також результати, розглянуті в контексті підсумків в інших дослідженнях науковців, котрі займаються вивченням цієї проблеми. Потрібно включити в дискусію питання, що впливають із висновків, а також зазначити, яким чином дослідження інших авторів підтверджують правомірність дослідження. Слід виділити новизну отриманих результатів.

Висновки та перспективи подальших досліджень. У цій частині подається коротке формулювання результатів дослідження, осмислення та узагальнення теми, а також перспективи для майбутніх досліджень. (Висновки повинні бути лаконічними, конкретними, обґрунтованими, відповідати меті дослідження та впливати з основного змісту роботи).

Після тексту статті повинен міститися пристатейний список використаних джерел.

Усі джерела зі списку літератури повинні бути процитовані в тексті статті, в іншому випадку відповідний елемент потрібно вилучити. Якщо стаття, на яку є посилання, має цифровий ідентифікатор doi (<http://www.doi.org/index.html>), його обов'язково потрібно вказувати.

Список літератури повинен містити достатню кількість сучасних (за останні п'ять років) джерел за проблемою дослідження.

До списку потрібно включати наукові статті українських і зарубіжних авторів.

Допускається посилання на власні роботи авторів статті (самоцититування), але не більше ніж 25 % від загальної кількості джерел.

Якщо текст статті українською/російською мовою, то **список літератури повинен складатися з двох частин: «Джерела та література» і «References».**

Перелік посилань «Джерела та література» – це бібліографічний опис джерел, використаних під час підготовки статті, виконаний мовою оригіналу та оформлений відповідно до ДСТУ 8302:2015: Бібліографічне посилання. Загальні положення та правила складання (<http://lib.pu.if.ua/files/dstu-8302-2015.pdf>).

При цьому, якщо в переліку використано джерела іноземною мовою, їх не потрібно перекладати українською/російською.

«References» – це дубльований перелік посилань «Джерела та література», оформлений за стандартом APA (<http://www.apastyle.org/>), англійською мовою та/або із застосуванням транслітерації.

Назви кирилических джерел транслітеруються, далі у квадратних дужках розміщується переклад.

Он-лайн-конвертер: <http://translit.kh.ua/#passport> (Паспортний КМУ 2010).

Для створення бібліографічних записів послань для переліку «References» скористайтесь ресурсом:

Міжнародні правила цитування та посилання в наукових роботах: методичні рекомендації/ автори-укладачі: О. Боженко, Ю. Корян, М. Федорець; редкол.: В. С. Пашкова, О. В. Воскобойнікова-Гузєва, Я. Є. Сошинська, О. М. Бруй; Науково-технічна бібліотека ім. Г. І. Денисенка Національного технічного університету України «Київський політехнічний інститут імені Ігоря Сікорського»; Українська бібліотечна асоціація. Київ: УБА, 2016. Електрон. вид. 1 електрон. опт. диск (CD-ROM). 117 с. ISBN 978-966-97569-2-3.

ТЕХНІЧНІ ВИМОГИ

1. Обсяг основного тексту статті – 8–15 сторінок.

2. Текстові матеріали повинні бути підготовлені в редакторі MS Word (*.doc).

3. Параметри сторінки:

формат – А4, поля – зліва – 3 см, справа – 1 см, зверху й знизу – 2 см, без колонтитулів та нумерації сторінок.

4. Шрифт основного тексту – Times New Roman, розмір символа (кегель) – 14, звичайний, рядки без переносів.

5. Параметри абзацу:

– вирівнювання – за шириною;

– міжрядковий інтервал – 1,5;

– відступ першого рядка – 1 см;

– інтервал між абзацами – 0 мм.

6. Таблиці й малюнки.

Кількість табличного матеріалу та ілюстрацій повинна бути доречною. Цифровий матеріал подається в таблиці, що має порядковий номер, вирівнювання по правому краю (наприклад: *Таблиця 1*) і назву (друкується над таблицею посередині жирним шрифтом, наприклад: **Розподіл студентів за рівнем фізичної активності**). Текст таблиці подається шрифтом Times New Roman, кегель 12, інтервал 1. Формат таблиць – лише книжковий.

Рисунок повинен бути єдиним графічним об'єктом (тобто згрупованим). Для рисунків, виконаних у програмі Excel, потрібно додатково до статті відправити файл Excel (97-2003).

Ілюстрації також слід нумерувати; вони повинні мати назви, які вказуються поза згрупованим графічним об'єктом (наприклад: **Рис. 1. Динаміка фізичної працездатності**). Ілюстративний матеріал обов'язково повинен бути контрастним чорно-білим, спосіб заливки в діаграмах – штриховий).

Формули (зі стандартною нумерацією) виконуються в редакторі Microsoft Equation. Підписи рисунків та формул мають бути доступні для редагування. Усі графічні об'єкти не повинні бути сканованими.

Вимоги до статей, останні випуски журналу, архів номерів, різна інформація – на сайті видання: <http://sport.eenu.edu.ua>.

Якщо стаття не відповідає вищезазначеним вимогам або її науковий рівень недостатній, то редакційна рада не приймає працю для публікації.

Стосовно інших питань за консультацією просимо звертатися до відповідального секретаря Індики Світлани Ярославівни (сл. тел. 0332-24-21-78; моб. тел. (066)-48-30-600).

Для своєчасної інформації просимо Вас надсилати авторську довідку (див. нижче).

АВТОРСЬКА ДОВІДКА

Назва статті _____

Прізвище, ім'я, по батькові, науковий ступінь та вчене звання, посада автора (-ів) *(українською та англійською мовами)* _____

ORCID *(цифровий ідентифікатор автора, що відрізняє Вас від будь-якого іншого дослідника, підтримує зв'язок між Вами й Вашою професійною діяльністю. Отримати свій унікальний ідентифікатор ORCID можна зареєструвавшись <http://about.orcid.org>, <https://orcid.org/register>)* _____

Місце роботи, навчання, поштова адреса, індекс, службовий телефон *(установи чи організації)* *(українською та англійською мовами)* _____

Поштова адреса Нової пошти, № відділення, на яке редколегія надсилає друкований примірник збірника _____

Телефон _____ . **E-mail** _____

ЗМІСТ

Історичні, філософські, правові й кадрові проблеми фізичної культури та спорту

Іван Глухов, Мар'ян Пітин

Концепція системи навчання плавання студентів закладів вищої освіти 3

Тетяна Дорофєєва

Ризики та процедури впровадження в громадах системи управління якістю
фізкультурно-спортивних послуг..... 12

Технології навчання з фізичного виховання

Ірина Войтович, Василь Войтович, Вікторія Петрович

Особливості організації секційних занять з фізичної культури в школі 19

**Тетяна Павлун, Вікторія Кондратенко, Людмила Гомон, Ігор Зайцев,
Володимир Любимов, Геннадій Чекольба**

Оптимізація занять з фізичного виховання дистанційно
в спеціальних медичних групах закладів вищої освіти 26

**Oksana Khomik, Nataliia Bielikova, Svitlana Indyka, Oksana Kovalchuk,
Olena Tomaschuk, Viktor Halan-Vlashchuk**

Accessibility of Microsoft Teams and Moodle Services for the Implementation
of E-Learning for Students with Disabilities in Institutions of Higher Education in Ukraine 33

Mouloud Kenioua, Nawal Krine

E-learning for Physical Education Students During Coronavirus Pandemic 43

Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення

Валентина Ляшенко, Валентина Зубко, Олена Гацко, Наталія Гнупова, Олена Лахтадир

Формування мотиваційно-вольових здібностей у студентів,
які займаються плаванням у процесі фізичного виховання 49

Houar Abdelatif, Kacem Abdelhadi, Zerf Mohamed, Bengoua Ali

Effect of the Confinement Imposed By Covid-19 on Algerians Physical Activity
Through Lens of Gender 57

Лікувальна фізична культура, спортивна медицина й фізична реабілітація

Марина Пасенко, Оксана Глиняна

Методичні основи побудови програми фізичної терапії для осіб після остеосинтезу
вертлюгової западини 65

Тетяна Цюпак, Юрій Цюпак, Олександр Швай, Юрій Цюпак, Руслан Гайволя

Вплив фізичної терапії на морфо-функціональний стан та рухову активність хлопчиків
7 – 8 років з легкою формою розумової відсталості 72

Рецензії, хроніки та персоналії

Recenzja monografii pt. Kultura fizyczna i turystyka w województwie wołyńskim
w latach 1921–1939 80

Інформація для авторів..... 83

Наукове видання

ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ, СПОРТ І КУЛЬТУРА ЗДОРОВ'Я У СУЧАСНОМУ СУСПІЛЬСТВІ

№ 1 (53)

2021

Редактор і коректор: *Г. О. Дробот*
Верстка *І. С. Савицької*

Свідоцтво про державну реєстрацію КВ № 19773-9573ПР від 15.03.2013 р.
Сайт журналу: <http://sport.vnu.edu.ua>

Засновник і видавець – Волинський національний університет імені Лесі Українки.

Формат 60×84¹/₈. Папір офсетний. Гарн. Таймс. Друк цифровий.

Обсяг 10,23 ум. друк. арк., 9,72 обл.-вид. арк. Зам. 31.

Виготовлювач – Вежа-Друк

(м. Луцьк, вул. Шопена, 12, тел. 29-90-65).

Свідоцтво Держ. комітету телебачення та радіомовлення України
ДК № 4607 від 30.08.2013 р.