

3. Запровадити практику корекційних занять для студентів, які відчувають труднощі у навчанні. Дати можливість скласти екзамен та заліки повторно, без відрахування з навчання, після досконалого оволодіння предметом.

4. Розробити модель удосконалення підготовки спеціалістів, в якій основний акцент якої повинні складати прикладні професійні знання та вміння. Для таких цілей модифікувати учебні програми та збагатити інформаційно-освітнє середовище закладу освіти.

СПОСОБИ ФОРМУВАННЯ ПОЗИТИВНОЇ МОТИВАЦІЇ ДО ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНИМИ ВПРАВАМИ У ДІВЧАТ-СТУДЕНТОК

Чорноштан М.С., студент ННПП НАВС

Сучасний стан функціонування вищої освіти свідчить про те, що пріоритетною проблемою загальнодержавного значення, яка вимагає нагального вирішення, є проблема зміцнення здоров'я студентської молоді як найвищої соціальної цінності. Особливого значення набувають цілеспрямовані дії щодо збереження стану репродуктивного здоров'я студенток, яке є невід'ємною складовою частиною здоров'я нації в цілому і має провідне значення для забезпечення сталого розвитку суспільства.

Фізична культура є важливим засобом підвищення соціальної і трудової активності молоді, задоволення їх моральних, естетичних та творчих запитів. Фізична культура виступає як необхідна частина забезпечення здорового способу життя дівчат-студенток.

Особливості сучасних умов життя, стрімкий розвиток технічного прогресу, модернізація навчальних і трудових процесів, різке зростання обсягів інформації, проблеми з екологією навколишнього середовища, перевага шкідливим звичкам на протипагу здоровому способу життя - все це негативно впливає на організм молодих дівчат. Найбільш вразливою частиною є дівчата-студентки, особливо на початковому етапі навчання. Невисока рухова активність, збільшення навчального навантаження, відносна свобода студентського життя - це низка труднощів з якою стикаються дівчата. В залежності від віку та місця навчання, майже 76 % молодих дівчат віддають перевагу пасивним формам проведення дозвілля. Серед дівчат віком 18-24 роки 50 % осіб мають незадовільну фізичну підготовку. Тому постає питання всебічної активізації занять фізичними вправами та спортом як генеруючого чинника здорового способу життя студентської молоді. Студентки повинні мати мотивацію на збереження і підтримку здоров'я. Поняття мотивації у людини, за загальним визнанням, включає в себе всі види спонукань: мотиви, потреби, інтереси, прагнення, цілі, потяги, ідеали і т. д.

Мотив - це складне психічне утворення, що починає формуватися під впливом виникаючої у людини потреби.

Мотивація до фізичної активності - особливий стан особистості, спрямоване на досягнення оптимального рівня фізичної підготовленості та працездатності.

«Позитивна мотивація до занять фізичними вправами» - це сукупність внутрішніх та зовнішніх спонукань, що спрямовують і регулюють усвідомлені дії до досягнення оптимальної психофізичної

Мотиви занять фізичною культурою і спортом умовно поділяють на загальні і конкретні. Загальні - це бажання займатися фізичною культурою взагалі. До конкретних відносять бажання займатися будь - якими видами спорту або конкретними фізичними вправами. Мотиваційна сфера складається з ідеалів і ціннісних орієнтацій, потреб, мотивів, цілей, інтересів та ін. Вищезазначені спонукання виконують різну роль у загальній картині мотивації. Низька мотивація діяльності студенток пов'язана з низкою факторів - це умови проживання молоді, навколишнє середовище, сімейне виховання. Існують зовнішні та внутрішні фактори, які впливають на мотивацію до систематичного виконання фізичних вправ у студенток. Зовнішні фактори: поради батьків, поради викладача далі йдуть відвідування змагань, поради друзів, телепередачі і преса. Внутрішніми факторами можна вважати знання, переконання, бажання і пошук причин, що заважають реалізувати мету.

До об'єктивних зовнішніх причин можна віднести відсутність груп за інтересами і спроможність оплачувати заняття, до внутрішніх причин, які відбивають нестійкість мотивів та інтересів і низьку мотивацію, належить брак часу. До процесу підвищення мотивації у студенток до занять фізичною культурою треба підходити всебічно. Почати слід з сімейного виховання, яке відіграє значну роль у формуванні фізкультурно - спортивних інтересів молодих дівчат. Залучаючи дитину до спорту з раннього дитинства, батьки заздалегідь піклуються про її здорове майбутнє.

Вплив телебачення на формування мотивів до занять фізичною культурою. Телебачення володіє широкою глядацькою аудиторією і тому може стати діючою силою залучення студенток до систематичних занять фізичною культурою і спортом.

Роль преси. У більшості дівчат мотиви занять фізичною культурою більшою мірою пов'язані з самовдосконаленням організму й оздоровленням. Дівчата шукають інформацію в пресі, яка сприяла б досягненню мети (а саме: самовдосконалення для поліпшення здоров'я, фігури), і такої інформації у пресі повинно бути більше, вона повинна бути доступною, зрозумілою й підготовленою кваліфікованими фахівцями.

Отже, формування позитивної мотивації до занять фізичними вправами у дівчат-студенток - це складний, тривалий процес, до якого потрібен комплексний підхід, а головне - бажання самих дівчат бути здоровими, красивими, сильними духом і тілом.

СТИЛЬОВІ ОСОБЛИВОСТІ СПІЛКУВАННЯ СТУДЕНТІВ ТА ЇХ ЗДАТНІСТЬ ДО САМОРЕГУЛЯЦІЇ

Чабан Ю.В., студент ННІПП НАВС

Науковий керівник: д.псих., професор, професор кафедри психології та педагогіки ННІПП НАВС Хохліна О.П.

На теоретичному етапі дослідження було визначено сутність поняття спілкування та його стилів, психологічних властивостей особистості та здатності до саморегуляції. На емпіричному етапі дослідження використовувалися: методика «Спрямованість особистості в спілкуванні (СОС)»; діагностика схильності до конфліктної поведінки за К.Томасом в