

Таким чином, формування потреби у фізичному вихованні завдяки кредитно-модульній системі можливе лише за таких педагогічних умов:

- доступність спортивних споруд;
- професійна спрямованість фізичного виховання;
- формування соціальних та особистісних мотивів до здорового способу життя;
- самовираження через свідомість та пізнавальну діяльність в суспільстві;
- диференційний підхід до кожного студента з пропозицією різних моделей здорового способу життя;
- використання особистого досвіду здорового способу життя у наукових дослідженнях, курсових та кваліфікаційних роботах.

Отже, в основі формування здорового способу життя лежать особистісно-мотиваційні установки на впровадження в життя своїх соціальних, фізичних та інтелектуальних можливостей і здібностей.

#### Література:

1. Адріанов В.С. Проблеми здорового способу життя студентів та шляхи їх вирішення // Актуальні проблеми формування здорового способу життя: Матеріали науково-практичної конференції. – Кривий Ріг, 2006. – С. 14-21.
2. Адріанов В.Є. Духовний потенціал фізичної культури // Теорія та методика фізичного виховання. – 2006. – № 5. – С. 48-50.
3. Галіздра А.А., Надозірний Я.Н. Соціально-педагогічні проблеми ЗСЖ, як фактор національного відродження // Теорія та методика фізичного виховання. – 2005. – № 1. – С. 46-48.
4. Положення про організацію фізичного виховання і масового спорту у вищих навчальних закладах: Наказ Міністерства науки і освіти від 11.01.2006, № 4 // Теорія та методика фізичного виховання. – 2006. – № 5. – С. 4-13.

## **ФОРМУВАННЯ У СТУДЕНТІВ МОТИВАЦІЙНИХ ПОТРЕБ ДО ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ**

Бабій І. М., Бабій В. Г.

Запорізький інститут МАУП ім. П. Сагайдачного  
Запорізький національний університет

На підставі анкетування визначені наступні мотиви до занять фізичною культурою студентами Запорізького національного університету: у 25% виявилось «поліпшення свого здоров'я»; бажання зняти психологічну напругу, що з'явилося у процесі навчальних занять, виявилось важливим для 11%; 24% респондентів вважають ці заняття засобом відпочинку та розваги; для 10% респондентів основним мотивом до занять є

бажання здати залік з фізичного виховання; для 9% - ведучим виявився мотив досягнення фізичної досконалості. Експериментально встановлена практична можливість впровадження комплексної методики у структуру навчальних занять.

З метою вдосконалення навчального процесу з фізичного виховання були розроблені напрямки проведення занять за семестрами. З вересня по листопад заняття проводилися на відкритих спортивних майданчиках та стадіоні (легка атлетика). З листопада по квітень заняття проводилися у тренажерній залі, де студенти мали можливість самостійно обирати вправи щодо гармонійного розвитку організму.

Анкетування студентів показало, що основними мотивами, які стимулюють зацікавленість у заняттях фізичною культурою й спортом, є бажання поліпшити й зміцнити здоров'я. Так само заняття фізичною культурою розглядаються як один з ефективних засобів психологічної релаксації, відпочинку й спортивного вдосконалення, створення привабливого зовнішнього вигляду, розширення обсягу рухових дій.

## **ОСОБЕННОСТИ МЕТОДИКИ ЗАНЯТИЙ ПО ПЛАВАНИЮ СО СТУДЕНТАМИ I КУРСА**

Барахтенко Т.А.

Новосибирский государственный технический университет

Плавание является одним из основных компонентов программ по физическому воспитанию во всех образовательных учреждениях страны, как эффективное средство сохранения и укрепления здоровья студентов. К сожалению, как показывает практика, данный вид физкультурной деятельности в рамках дошкольных и общеобразовательных учреждений реализуется не всегда, вследствие чего около 40 % студентов-первокурсников нашего университета относятся к группе «не умеющие плавать».

Программа по физическому воспитанию (ФВ) на I курсе НГГУ включает обязательные занятия по плаванию, лыжным гонкам (юноши), аэробике (девушки). Кроме практических занятий студенты прослушивают курс лекций по ФВ. Важно, что реализация практических занятий проводится на собственных спортивных базах университета.

Плавание является одним из ведущих направлений работы кафедры ФВ. Организация работы со студентами группы «не умеющие плавать» осуществляется посредством проведения практических занятий на отдельной дорожке. Практика работы с данным контингентом учащихся показывает, что внутри вышеназванной группы