

Теорія і методика фізичного і спорту. – 2006. – №4. – С. 20–27.

7. Москаленко Н.В. Теоретико-методичні засади інноваційних технологій в системі фізичного виховання молодших школярів: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня доктора наук з фіз. виховання і спорту: спец. 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення» / Н.В. Москаленко. – Київ, 2009. – 44 с.

Reference

1. Apanasenko H.L., Volhina L.N., Bushuiev, Yu.V. Bushuiev (2000), "Ekspres-skryninh rivnia somatychnoho zdorovia ditei ta pidlitktiv", [metod. rekom.], K.: KMAPO, 12.
2. Baevskiy P.M., Berseneva (1997), R.M. "Otsenka adaptatsyonnykh vozmozhnostei orhanyzma u rysk razvytyia zabolevanyi", M.: Medytsyna, 236.
3. Herasymenko Svitlana (2016), "Riven somatychnoho zdorovia shkoliariv" Fizychna kultura, sport ta zdorovia natsii: zbirnyk naukovykh prats. – Vyp. 2. – Zhytomyr: Vyd-vo FOP Yevenok O. O., 243–247.
4. Herasymenko S.Iu. (2016), "Vyznachennia rivnia fizychnoho rozvytku i somatychnoho zdorovia shkoliariv", Visnyk Kamianets-Podilskoho natsionalnogo universytetu imeni Ivana Ohienka. Fizyчне vykhovannia, sport i zdorovia liudyny, [redkol.: M.S. Solopchuk (vidp. red.) ta in.], Kamianets-Podilskiy: Kamianets-Podilskiy natsionalnyi universytet imeni Ivana Ohienka, Vyp. 9, 98–108.
5. Krutsevych T.Iu., M.I. Vorobiov, H.V. Bezverkhnia (2011), "Kontrol u fizychnomu vykhovanni ditei, pidlitktiv i molodi", navch. posib K.: Olimp. literatura, 224.
6. Krutsevych T. Yu. (2006), "Osnovni napriamky vdoskonalennia prohram fizychnoho vykhovannia shkoliariv", Teoria i metodyka fizychnoho i sportu. №4. 20–27.
7. Moskalenko N.V. (2009), "Teoretyko-metodychni zasady innovatsiinykh tekhnolohii v systemi fizychnoho vykhovannia molodshykh shkoliariv", avtoref. dys. na zdobuttia nauk. stupenia doktora nauk z fiz. vykhovannia i sportu: spets. 24.00.02 "Fizychna kultura, fizyчне vykhovannia riznykh hrup naselennia", Kyiv, 44.

УДК 37.015.3:005.32:796.011.3

Годлевський П.М.
канд. наук з фіз. вих. та спорту, доцент;
Юськів С.М.
старший викладач кафедри фізичного виховання;
Гузар В.М.
кандидат педагогічних наук, доцент,
Херсонська державна морська академія, м. Херсон

ФОРМУВАННЯ МОТИВАЦІЇ КУРСАНТІВ ДО ЗАНЯТЬ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

Досліджено особливості видів мотивації до занять з фізичного виховання курсантів ХДМА (Херсонська державна морська академія). Проведене анкетне опитування вказало на негативний вплив чотирьох основних факторів: брак часу; невідповідність (на думку курсантів), фізичних навантажень фізичним можливостям; невдоволеність організацією навчального процесу; методикою викладання. Виділено чотири основні види мотивації до занять фізичним вихованням. Ними являються: результат впливу фізичних вправ на підвищення загальної працездатності; активна форма відпочинку; досягнення впевненості в своїх можливостях; професійно-прикладне значення фізичного виховання в майбутній фаховій діяльності. Запропоновані методичні рекомендації формування мотивації курсантів до систематичних занять фізичною культурою та спортом. Де одним із основних є: планування навчальних занять з урахуванням різних рівнів фізичної підготовленості курсантів та дотримання принципу особистих рекордів; використання змагального командного методу з урахуванням усвідомлення приналежності до колективу; оволодіння теоретичними знаннями, що здійснюється у спеціальній теоретичній частині заняття пов'язаних із здоровим способом життя та майбутньою професійною діяльністю.

Ключові слова: мотивація, фізичне виховання, курсанти, фактори, фахівці морської галузі.

Годлевский П.М., Юськів С.М., Гузар В.М., Формирование мотивации курсантов ХГМА к занятиям с физического воспитания. Исследованы особенности видов мотивации к занятиям по физическому воспитанию курсантов ХГМА (Херсонская государственная морская академия). Проведенный анкетный опрос указал на негативное влияние четырех основных факторов: недостаток времени; несоответствие (по мнению курсантов), физических нагрузок физическим возможностям; неудовлетворенность организацией учебного процесса; методике преподавания. Выделено четыре основных вида мотивации к занятиям физическим воспитанием. Ими являются: результат воздействия физических упражнений на повышение общей трудоспособности; активная форма отдыха; достижения уверенности в своих возможностях; профессионально-прикладное значение физического воспитания в будущей деятельности. Предложенные методические рекомендации формирования мотивации курсантов к систематическим занятиям физической культурой и спортом. Где одним из главных являются: планирование учебных занятий с учетом различных уровней физической подготовленности курсантов и соблюдение принципа личных рекордов; использование соревновательного командного метода на основе осознания принадлежности к коллективу; овладение теоретическими знаниями, осуществляется в специальной теоретической части занятия связанных со

здоровым образом жизни и будущей профессиональной деятельностью.

Ключевые слова: мотивация, физическое воспитание, курсанты, факторы, специалисты морской отрасли.

Godlevskiy Petro, Yus'kiv Serhiy, Huzar Viktor. *The motivation formation of the KSMA cadets to physical education classes. Modern working conditions at sea place higher demands on the physical and mental qualities of the individual. It is only a specialist who has the knowledge, skills, skills, professionally important qualities of a person and good health who can realize themselves in future professional activities in rather specific, sometimes extreme conditions. Formation of motives and incentives that increase the motivation of students to study physical culture of cadets is an effective means of educating a healthy, harmoniously developed personality and preparing a future specialist for professional activity. The peculiarities of the types of motivation for physical education of the cadets of KSMA (Kherson State Maritime Academy) were studied. A questionnaire survey indicated the negative impact of four main factors: lack of time; inconsistency (according to the cadets) of physical activity to physical abilities; dissatisfaction with the organization of the educational process; method of teaching. Four main types of motivation in physical education are identified. They are: the result of the impact of physical exercises on improving overall performance; active form of rest; achievement of confidence in their capabilities; professional-applied value of physical education in the future professional activity. Methodical recommendations for motivation of cadets for systematic studies in physical culture and sports are offered. Where one of the main ones are: planning of training sessions taking into account different levels of physical preparedness of cadets and observance of the principle of personal records; use of competitive command method taking into account the awareness of belonging to the team; mastering the theoretical knowledge, carried out in a special theoretical part of the lessons associated with a healthy lifestyle and future professional activities. In the formation of motivation of cadets for physical improvement, the specialist in physical education is the main place. The wealth of his personality, professional culture and pedagogical skill must provide such techniques and methods of pedagogical influence, which enrich the emotional experience of a young person, develop an imagination, interest, form their value attitude to exercise physical exercises.*

Keywords: motivation, physical education, cadets, factors, specialists in the maritime industry.

Актуальність. За останні роки в Україні склалася тривожна ситуація – погіршилося здоров'я й фізична підготовленість дітей, учнівської та студентської молоді. Знецінення соціального престижу фізичної культури, спорту, здорового способу життя є результатом кризового стану національної системи фізичного виховання. Однією із основних причин кризи є обсяг навчального навантаження студентів ВНЗ, який зріс настільки, що загрожує через малорухомість та обмеження м'язових зусиль – захворюваннями різних систем організму. Протидією наслідкам обмеження рухового режиму молоді являється фізична культура, яка є важливим чинником збереження і зміцнення здоров'я, всебічного розвитку, покращення працездатності та підвищення опору організму різним захворюванням за період навчання у навчальних закладах та в подальшій професійній діяльності. Необхідність та перспективи фізичної культури можна визначити за допомогою законодавчих документів, які приймаються державою, щодо фізичного виховання населення. Основою вважають цільову комплексну програму «Фізичне виховання – здоров'я нації», яка підписана Президентом України. На відміну від попередніх програм, головною метою реформ системи фізичного виховання є покращення здоров'я людини з урахуванням її потреб, мотивів діяльності, інтересів [4, 6, 7].

Сучасні умови праці на морі висувають більш високі вимоги до фізичних і психічних якостей особистості. Реалізувати себе в майбутній професійній діяльності в досить специфічних, інколи екстремальних умовах, може лише спеціаліст, який володіє знаннями, вміннями, навичками, професійно важливими якостями особистості та добрим здоров'ям [4, 6, 7]. Формування мотивів та стимулів, які сприяють підвищенню мотивації до занять фізичною культурою курсантів, являється дієвим засобом у вихованні здорової, гармонійно розвинутої особистості та підготовки майбутнього фахівця до професійної діяльності.

Аналіз літературних джерел. Мотивація у навчанні посідає особливе місце, оскільки є чинником, «що надає діяльності спрямованості, вибірковості, осмисленості та динамічності» – праці О.М. Леонтєва, П.Я. Гальперіна, Г.К. Маркової, О.М. Матюшкіна, Д.Б. Елькіна, Н.М. Симонової, Я.І. Іменитової та ін. [1]. Студенти з високою мотивацією навчання не лише схильні сумлінніше і наполегливіше працювати, а й досягають кращих успіхів, ніж низько мотивовані однолітки (Д. Мак-Клелланд, А. Маркова, Т. Матіс, А. Орлов, Р. де Чармс) [1, 4].

Дослідження науковців С.Ю. Бабенко, С.В. Занюка, О.М. Зваришук, В.В. Петровського, Т.Ю. Круцевич свідчать, що потреби, мотиви та інтереси в галузі фізичної культури мають свої вікові особливості і пов'язані з психологічним розвитком, соціальним формуванням особистості, темпераментом, соціально-економічними умовами життя конкретної сім'ї. Особливе значення для вирішення означеної проблеми мають науково-методичні роботи Г.Л. Апанасенка, В.Г. Григоренка, В.П. Горашука, Л.В. Судакова, І.С. Кона, які рекомендують в процесі формування мотивації до систематичних занять фізичною культурою використовувати проблемні ситуації, потенціювання фізкультурно-оздоровчої, інтелектуальної діяльності, міжпредметні зв'язки, вербальні та рухові методи психологічної регуляції, методи морально-вольової підготовки. На переконання Г. Грибана, С. Романчука, В. Романчука та ін., використання однакових тестів для оцінки фізичної підготовленості студентів протягом навчання є чинником зниження мотивації та інтересу до навчального процесу з фізичного виховання. Руїнацією мотивації до занять фізичною культурою є бюрократизація всіх ланок підготовки й перепідготовки фізичних кадрів, недооцінка в навчальних закладах соціальної оздоровчої та виховної цінності фізичної культури, залишковий принцип фінансування розвитку фізичної культури та спорту відмічають науковці Г.В. Безверхня, Л.В. Волков, В.Г. Григоренко, В.С. Язловецький, М.Ф. Яковлев.

Мета дослідження – розкрити особливості видів мотивації до занять з фізичного виховання курсантів ХДМА

(Херсонська державна морська академія).

Завдання:

- дослідити причини та форми мотивації до занять з фізичного виховання курсантів;
- розробити та запропонувати методичні рекомендації з видів мотивації до занять з фізичного виховання курсантам ХДМА.

Методи дослідження. Теоретичний аналіз та узагальнення літературних джерел, педагогічне спостереження, анкетування, методи математичної статистики.

Виклад основного матеріалу. З кожною новою вступною кампанією до ХДМА спостерігається зниження фізичної підготовленості абітурієнтів. Відомо, що результативність працівників морської та річкової галузі істотно залежить від спеціальної фізичної підготовленості, що набувається шляхом систематичних занять фізичними вправами, адекватними в певній мірі вимогам даної професійної діяльності та її умов до функціональних можливостей організму [4, 6, 7]. Вирішення проблеми формування мотивації в курсантів ХДМА до занять фізичною культурою, в першу чергу, це вирішення питань виховання особистості. Дієві мотиви навчання, виховання, фізичного та спортивного удосконалення, які мобілізують внутрішні сили курсантів для успішного психологічного та фізичного розвитку, стають надбанням особистості, стійкими її властивостями і надалі проявляються у навчальній, професійній, соціально-суспільній діяльності курсантів [2]. Встановлено, що мотиви фізкультурної діяльності неможливо сформувати без залучення суб'єкта діяльності в цей процес. Мотиви проявляються в активності людини, отже, з фізичної активності особистості можна робити висновки про рівень розвитку мотивації [3].

З метою покращення стану з фізичної культури в академії, необхідний новий методичний підхід, спрямований не тільки на розвиток рухових здібностей, вмінь і навичок, але і на надання спеціальних теоретичних знань формуючих у курсантів мотивації до фізкультурної діяльності, виховання у них потреби до фізичного самовдосконалення. Такі фактори мотивації, як усвідомлення приналежності до колективу і пов'язане з цим прагнення домогтися успіху є важливим професійним чинником у підготовці фахівців морської галузі. Заняття з фізичного виховання є колективною дією, яка спрямована на фізичне вдосконалення курсантів, і для багатьох є майже єдиною формою занять фізичними вправами [4, 6, 7]. Невдоволення організацією процесу фізичного виховання у навчальному закладі призводить як до нерегулярного відвідування занять з рухової активності, так і до зниження мотивації до фізкультурних занять у позаурочний час.

Аналіз стану фізичного виховання та фізичної культури в академії свідчить про серйозні недоліки в роботі з формуванням мотивації в курсантів до рухової активності. У цілому 50 % курсантів не відчують стійкого бажання до занять з фізичного виховання. Під час проведення дослідження, в якому були задіяні 118 курсантів І курсу факультетів «Судноводіння» – 68 юнаків, та «Суднової енергетики» – 50 юнаків, встановлені причини негативного ставлення курсантів до занять з фізичного виховання (табл. 1).

Таблиця 1

Причини негативного ставлення курсантів І курсу ХДМА до занять фізичною культурою та спортом

№	Причина	Факультет судноводіння %	Факультет суднової енергетики %
1	Незадоволеність методикою проведення занять, програмного змісту та самою організацією навчального процесу	40,7	42,5
2	Недосконалість системи педагогічного контролю фізичного стану у процесі фізичного виховання	37,5	35,8
3	Неадекватність фізичних навантажень фізичним можливостям курсантів (завищений або занижений рівень)	48,7	51,5
4	Недоліки матеріально-технічного забезпечення	25,0	24,5
5	Недостатня вимогливість до відвідування занять	19,6	20,7
6	Брак часу	77,8	75,4
7	Відсутній інтерес до занять	22,4	21,8
8	Особиста недисциплінованість і відсутність взаєморозуміння з викладачами	17,0	16,8

На двох факультетах ХДМА (судноводіння та суднової енергетики) курсантами І курсу висловлені досить схожі думки щодо причин нестійкого бажання до занять з фізичного виховання. Найвищий показник є брак часу (77,8 % – факультет судноводіння, 75,4 % – факультет суднової енергетики), на другому місці невідповідність, на думку курсантів, фізичних навантажень фізичним можливостям (48,7 % – факультет судноводіння, 51,5 % – факультет суднової енергетики), на третьому місці невдоволеність організацією навчального процесу та методикою викладання (40,7 % – факультет судноводіння, 42,5 % – факультет суднової енергетики), 4 – недосконалість системи педагогічного контролю (37,5 % – факультет судноводіння, 35,8 % – факультет суднової енергетики), 5 – недоліки матеріально-технічного забезпечення (25,0 % – факультет судноводіння, 24,5 % – факультет суднової енергетики), 6 – відсутній інтерес до занять (22,4 % – факультет судноводіння, 21,8 % – факультет суднової енергетики), 7 – недостатня вимогливість до відвідування занять (19,6 % – факультет судноводіння, 20,7 % – факультет суднової енергетики), 8 – особиста недисциплінованість і відсутність взаєморозуміння з викладачами (17,0 % – факультет судноводіння, 16,8 % – факультет суднової енергетики) див. рис. 1.



Рис. 1. Відсоткове співвідношення негативного ставлення курсантів до занять з фізичної культури та спорту

У процесі дослідження була виявлена низка домінуючих мотивів у курсантів I курсу ХДМА до систематичних занять фізичною культурою та спортом (табл. 2).

Таблиця 2

Мотиви курсантів I курсу ХДМА до систематичних занять фізичною культурою та спортом

№	Різновид мотиву	Факультет судноводіння %	Факультет суднової енергетики %
1	Вдосконалення стану здоров'я	40,7	41,3
2	Досягнення впевненості в своїх можливостях	45,5	43,2
3	Розвиток фізичних (рухових) якостей	31,5	33,0
4	Підвищення загальної працездатності	56,5	49,7
5	Усвідомлення приналежності до колективу	37,8	35,6
6	Активна форма відпочинку	47,0	43,0
7	Випробовування своїх можливостей в екстремальних умовах	22,4	22,6
8	Викорінювання шкідливих звичок	23,7	24,6
9	Здоровий спосіб життя	36,3	38,7
10	Загартовування організму	25,0	27,8
11	Професійно-прикладне значення фізичної культури та спорту	43,7	42,8

Один з найважливіших мотивів, який впливає на систематичні заняття курсантами фізичною культурою та спортом, є підвищення загальної працездатності (56,5 % – факультет судноводіння, 49,7 % – факультет суднової енергетики), 2 – активна форма відпочинку (47,0 % – факультет судноводіння, 43,0 % – факультет суднової енергетики), 3 – досягнення впевненості в своїх можливостях (45,5 % – факультет судноводіння, 43,2 % – факультет суднової енергетики), 4 – професійно-прикладне значення фізичної культури та спорту (43,7 % – факультет судноводіння, 42,8 % – факультет суднової енергетики), 5 – вдосконалення стану здоров'я (40,7 % – факультет судноводіння, 41,3 % – факультет суднової енергетики), 6 – усвідомлення приналежності до колективу (37,8 % – факультет судноводіння, 35,8 % – факультет суднової енергетики), 7 – здоровий спосіб життя (36,3 % – факультет судноводіння, 38,7 % – факультет суднової енергетики), 8 – розвиток фізичних (рухових) якостей (31,5 % – факультет судноводіння, 33,0 % – факультет суднової енергетики), 9 – загартовування організму (25,0 % – факультет судноводіння, 27,8 % – факультет суднової енергетики), 10 – викорінювання шкідливих звичок (23,7 % – факультет судноводіння, 24,6 % – факультет суднової енергетики), 11 – випробовування своїх можливостей в екстремальних умовах (22,4 % – факультет судноводіння, 22,6 % – факультет суднової енергетики) див. рис. 2.



Рис.2. Відсоткове співвідношення мотивів курсантів до занять з фізичної культури та спорту

На основі проведеного дослідження нами сформульовані наступні методичні рекомендації з формування мотивації курсантів до систематичних занять фізичною культурою та спортом:

- планування навчальних занять з урахуванням різних рівнів фізичної підготовленості курсантів та дотримання принципу особистих рекордів;
- використання змагального командного методу з урахуванням усвідомлення приналежності до колективу;
- оволодіння теоретичними знаннями, що здійснюється у спеціальній теоретичній частині заняття пов'язаних із здоровим способом життя та майбутньою професійною діяльністю;
- використання спеціальних тренувальних засобів у процесі самостійних занять, важливою умовою яких є проведення регулярного комплексного контролю, з метою визначення позитивних зрушень, що сталися в організмі й наочної демонстрації.

Важливими засобами до мотивування курсантів заняттями з фізичної культури являються:

- демонстрація позитивних впливів від фізичних навантажень;
- інтерес до нової справи;
- цікаві форми проведення секційних занять;
- можливість самоствердитись в оточенні та у змаганні з іншими;
- можливість мати красиве тіло;
- бути здоровим і зовнішньо привабливим;
- для розвитку професійних можливостей;
- наслідування кумира;
- можливість проведення, спільно з друзями, цікавого і корисного дозвілля тощо.

У процесі експериментальної роботи доведено, що формуванню мотивації до систематичних занять фізичними вправами сприяє при дотриманні таких педагогічних умов:

- цілеспрямоване мотивування і стимулювання до активної фізкультурної діяльності;
- формування позитивного ставлення до занять фізичними вправами;
- прищеплення інтересу до активних занять фізичними вправами;
- володіння сучасними знаннями з фізичної культури для самостійних занять фізичними вправами [2].

У формуванні мотивації курсантів до фізичного вдосконалення визначальне місце займає фахівець з фізичного виховання. Багатство його особистості, професійної культури і педагогічної майстерності повинно забезпечувати такі прийоми й способи педагогічного впливу, які збагачують емоційний досвід молодої людини, розвивають увагу, інтерес, формують у них ціннісне ставлення до занять фізичними вправами. Залучаючи курсантів до занять і підтримуючи інтерес до них протягом тривалого часу, фахівець має постійно спостерігати за поведінкою і, залежно від цього, використовувати необхідні мотиваційно-психологічні чинники.

Висновки. За даними дослідження найвищі показники з обмеження рухового режиму молоді посідає брак часу, невідповідність (на думку курсантів), фізичних навантажень фізичним можливостям та невдоволеність організацією навчального процесу та методикою викладання. Найважливішими мотивами курсантів ХДМА які впливають на систематичні заняття фізичною культурою та спортом, є:

- підвищення загальної працездатності;

- активна форма відпочинку;
- досягнення впевненості в своїх можливостях;
- професійно-прикладне значення фізичної культури та спорту.

Формування мотивів та стимулів до занять фізичним вихованням – це психолого-педагогічна система навчально-виховного процесу фіксування та закріплення позитивних мотивів у потребі фізичного розвитку, здорового способу життя особистості, використовуючи прикладні знання, вміння, навички, що забезпечують готовність курсанта до професійної діяльності.

Перспективи подальших досліджень у даному напрямку полягають в розробленні авторських методичних рекомендацій мотивації до самостійної рухової активності курсантів та працівників морського транспорту.

Література:

1. Годлевський П.М. Формування у студентів потреби фізичного удосконалення засобами самозахисту // Вісник Чернігівського державного педагогічного університету імені Т.Г. Шевченка. Випуск 112, том 3. Серія: Педагогічні науки. Фізичне виховання і спорт. – Чернівці: ЧДПУ, 2013. – № 112. С. 135–137.
2. Гузар В.М. Стимулювання фізкультурно-оздоровчої діяльності курсантів // Філософські обрії сьогодення: матеріали VI Міжнар. наук.-практ. конф. Херсон: ХДАУ, 2018. С. 167–169.
3. Ходаковський В.Ф., Кулікова Л.Б., Бень А.П., Білоусов Є.В., Чернявський В.В. Компетентнісний підхід у системі сучасної морської освіти // Херсон: ХДМА, 2014. 376 с.
4. Дух Т.І., Боднар І.Р., Лемешко В.Й. Організація та методика взаємонавчання студентів у фізичному вихованні: навч.-метод. посіб. / – Л.: ЛДУФК, 2012. – 168 с.
5. Соціально-педагогічні та медико-біологічні основи фізичної активності різних груп населення: колективна монографія / Анатолій Цьось, Анатолій Хомич, Анджей Сорока та ін. – Луцьк: Вежа-Друк, 2018. – 309 с.
7. Світлана Степанюк, Інна Городинська, Микола Лук'яненко. Роль мотивацій у формуванні основ здорового способу життя. // Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). – К., 2015. – Вип. 5(1). – С. 236-239.
6. Іванченко Л.П. Формування мотивації у підлітків до систематичних занять фізичною культурою і спортом: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук: спец. 13.00.07 «Теорія та методика виховання». – Луганськ, 2007. – 20 с.
7. Юськів С.М., Юськів К.В. Вплив фізичного виховання на психоемоційний стан студентів // Стратегічне управління розвитком фізичної культури і спорту: зб. матеріалів V регіональної наук.-практ. конф. з міжнародною участю. Харків: ХДАФК. 2017. С. 293–297.

References

1. Hodlevskiy P.M. Formuvannya u studentiv potreby fizychnoho udoskonalennia zasobamy samozakhystu // Visnyk Chernihivskoho derzhavnogo pedahohichnogo universytetu imeni T.H. Shevchenka. Vypusk 112, tom 3. Seria: Pedahohichni nauky. Fizychno vykhovannya i sport. – Chernihiv: ChDPU, 2013. – № 112. S. 135–137.
2. Huzar V.M. Stymuliuvannya fizkulturno-ozdorovchoi diialnosti kursantiv // Filosofski obrii sohodennia: materialy VI Mizhnar. nauk.-prakt. konf. Kherson: KhDAU, 2018. S. 167–169.
3. Khodakovskiy V.F., Kullikova L.B., Ben A.P., Bilousov Ye.V., Cherniavskiy V.V. Kompetentnisnyi pidkhid u systemi suchasnoi morskoi osvity // Kherson: KhDMA, 2014. 376 s.
4. Dukh T.I., Bodnar I.R., Lemeszko V.I. Orhanizatsiia ta metodyka vzaiemonavchannia studentiv u fizychnomu vykhovanni: navch.-metod. posib. / – L.: LDUFK, 2012. – 168 s
5. Sotsialno-pedahohichni ta medyko-biolohichni osnovy fizychnoi aktivnosti riznykh hrup naselennia : kolektyvna monohrafiia / Anatolii Tsos, Anatolii Khomych, Andzhei Soroka ta in. – Lutsk : Vezha-Druk, 2018. – 309 s.
7. Svitlana Stepaniuk, Inna Horodynska, Mykola Lukianchenko. Rol motyvatsii u formuvanni osnov zdorovoho sposobu zhyttia. // Naukovyi chasopys NPU imeni M. P. Drahomanova. Seria 15: Naukovo-pedahohichni problemy fizychnoi kultury (fizychna kultura i sport). – K., 2015. – Vyp. 5(1). – S. 236-239.
6. Ivanchenko L.P. Formuvannya motyvatsii u pidlitkiv do systematychnykh zaniat fizychnoiu kulturoiu i sportom: avtoref. dys. na zdobuttia nauk. stupenia kand. ped. nauk: spets. 13.00.07 «Teoriia ta metodyka vykhovannia». – Luhansk, 2007. – 20 s.
7. Yuskiv S.M., Yuskiv K.V. Vplyv fizychnoho vykhovannia na psykhoemotsiinyi stan studentiv // Stratehichne upravlinnia rozvytkom fizychnoi kultury i sportu: zb. materialiv V rehionalnoi nauk.-prakt. konf. z mizhnarodnoiu uchastiu. Kharkiv: KhDAFK. 2017. S. 293–297.

УДК 796:37.016:616.7

Горбата Р.М.

аспірант кафедри фізичної терапії, ерготерапії

ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника», м. Івано-Франківськ

ОЦІНКА КЛІНІЧНОГО ТА ФУНКЦІОНАЛЬНОГО СТАНУ ПАЦІЄНТІВ ІЗ ХРОНІЧНИМ ОБСТРУКТИВНИМ ЗАХВОРЮВАННЯМ ЛЕГЕНЬ

У статті подано результати клінічного та функціонального дослідження пацієнтів із хронічним обструктивним захворюванням легень. Подано результати оцінки вираженості задишки за шкалою Борга, визначення тяжкості задишки за шкалою Флетчера, функціонального стану пацієнтів на основі проведення 6-ти хвилинного тесту-ходи. Показано, що