

Крошка С. А. Бадмінтон як засіб формування мотивації до занять фізичною культурою та спортом студентської молоді / Крошка С.А. / Сучасні проблеми теорії та практики фізичного виховання, спортивних дисциплін і туризму : зб.наук.праць за матеріалами III Міжнародної наук.-практ. інтернет-конф. 16 грудня 2016 р. / М-во освіти і науки України, Переяслав-Хмельницький Держ. пед. ун-т ім. Григорія Сковороди [та ін.]. – Переяслав-Хмельницький. – ФОП ДОМБРОВСЬКА Я. М., 2016. – С. 46-51.

**БАДМІНТОН ЯК ЗАСІБ ФОРМУВАННЯ МОТИВАЦІЇ ДО ЗАНЯТЬ  
ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ ТА СПОРТОМ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ  
BADMINTON AS A SOURCE OF MOTIVATION FOR PHYSICAL CULTURE  
AND SPORT STUDENTS**

Крошка С. А.

*Лисичанський педагогічний коледж, м.Лисичанськ, Україна*

Kroshka S. A.

*Lisichanskiy Teachers College, Lisichansk, Ukraine*

**Abstract.** The article reveals that the formation of motivation in physical education and sport is an important issue and should be addressed comprehensively at all stages of lifelong learning, including students. One of the global goals of education is to prepare teachers of physical culture, which have a high level of motivation in physical education and sport and are ready to use all the experience in their future careers.

**Keywords:** motivation, badminton, students, recovery.

**Постановка проблеми.** Сучасні соціально-економічні умови життя висувають високі вимоги до рівня фізичного розвитку, працездатності та функціонального стану організму, зокрема студентської молоді. Особливу значущість набувають питання підбору засобів та методів фізичного виховання, які спрямовані на здобуття максимального оздоровчого ефекту під час занять фізичною культурою студентів.

Традиційні засоби фізкультурно-спортивної роботи зі студентами слабо відповідають сучасним вимогам і потребують заміни на більш ефективні, особливо це стосується аудиторних форм занять. Ефективність навчання

визначається не тільки кількістю засвоєних знань, але й ставленням студентів до навчальної діяльності, їх внутрішньою позицією. Тому вивчення мотивації є центральною проблемою дидактики й педагогічної психології [3, 6].

**Аналіз останніх публікацій.** Аналіз теоретичного дослідження показав, що для виконання поставлених завдань необхідно формувати знання з фізичної культури, позитивні мотиви та потребу до цих занять, виховувати бажання систематично займатися фізичною культурою та отримувати задоволення від цього [2, 3, 6, 7].

У працях вітчизняних педагогів і психологів сформульовані методологічні принципи дослідження проблеми мотивації, де вона розглядається як одне із стрижневих утворень особистості (В. Асєєв, В. Вілюнас, В. Ковальов, О. Леонтєв, П. Симонов, П. Якобсон, Дж. Аتكінсон, К. Мадсен, А. Маслоу та ін).

За останні роки обсяг навчального навантаження студентів вищих навчальних закладів настільки зріс, що є причиною виникнення захворювань різних систем організму через малорухливість, обмеження м'язових зусиль (Г.Л. Апанасенко, А.Д. Дубогай, А.Г. Сухарєв, О.С. Куц, Т.Ю. Круцевич та ін.). Протидією цим негативним наслідкам обмеження рухового режиму молоді є фізична культура і спорт, які є важливими чинниками збереження і зміцнення здоров'я, всебічного розвитку, покращення працездатності та зниження втомлюваності, підвищення опору організму різним захворюванням за період навчання у навчальних закладах (С.М.Дмитренко, О.В.Андрєєва, В.В.Весєяова, В.С.Добринський, О.С. Куц та ін.).

Бадмінтон представляє собою специфічну низку історичних й педагогічних знань. Одним із шляхів вирішення проблеми є підвищення уваги до фізичного виховання через заняття бадмінтоном, пошук нових форм та засобів тренування (В. Лівшиц, Д. Рібаков, Ю. Смирнов, М. Штільман, Т.Круцевич, О. Шиян) [3, 4, 5, 7].

**Мета** – розкрити значення бадмінтону як засобу формування мотивації до занять фізичною культурою та спортом студентської молоді.

**Результати досліджень.** Програма фізичного виховання в навчальному закладі передбачає форми організації занять, які можуть певною мірою компенсувати дефіцит рухової активності студентів, що виникає в умовах насиченого освітнього процесу. Покращення фізичного стану студентів, а отже і їхнього здоров'я, можливе лише при систематичних цілеспрямованих заняттях фізичними вправами, які мають тренуючий режим і носять розвивальний характер. Такими формами у навчальному закладі є заняття фізкультури, секційні заняття і самостійні домашні завдання.

Актуальність формування мотивації навчання у студентському віці зумовлена оновленням змісту навчання, постановкою завдань формування у студентів прийомів самостійного придбання знань і пізнавальних інтересів, формування активної життєвої позиції.

Практика свідчить, що чим більше у студентів знань про фізичну культуру, чим більше розвивається у них розумовий компонент рухової діяльності – тим вище результати в освоєнні умінь і навиків, вихованні рухових здібностей, зростанню інтересу до занять фізичною культурою і спортом, формуванні потреби в них [3].

Серед великої кількості видів спорту, які культивуються у системі фізичного виховання України, бадмінтон займає одне з провідних місць [6]. У новій навчальній програмі з фізичної культури уведено варіативний модуль «Бадмінтон». Варіативний модуль «Бадмінтон» є складовою навчальної програми з фізичної культури для 5-9 класів загальноосвітніх навчальних закладів.

В Лисичанському педагогічному коледжі ми також ввели у навчальні програми модуль «Бадмінтон». Зміст модуля відповідає головним завданням програми та спрямований на формування знань щодо ефективного використання навичок гри у бадмінтон, удосконалення функціональних можливостей організму, набуття знань з предмету, виховання інтересу до занять бадмінтоном, формування мотивації до занять фізичною культурою і

спортом. Модуль складається з розділів: зміст навчального матеріалу, орієнтовних навчальних нормативів, переліку необхідного обладнання.

Теоретичні відомості надаються студентам як на початку заняття у формі короткого пояснення, так і під час періодів відпочинку як інформхвилинки, та під час виконання вправ у практичному контексті.

Спеціальна фізична підготовка є невід'ємною частиною заняття з бадмінтону. Вправи для розвитку необхідних бадмінтону фізичних якостей переважно включають у підготовчу та на початку основної частини заняття. При підборі вправ особливу увагу слід приділяти розвитку рухливості кисті та плечового суглобу, сили м'язів рук і плечового поясу, виконанню випадів і стрибкових вправ, бігу та пересуванням різними способами, із прискоренням та зміною напрямку і швидкості бігу, розвитку швидкісної сили, частоти рухів, координаційних здібностей, спритності та витривалості.

Для зацікавленості студентів у досягненні кращих результатів, а також для підняття емоційності заняття, доцільно використовувати набір вправ у ігровій або змагальній формі. На заняттях бадмінтоном обов'язково повинні дотримуватися правила безпеки, із включенням у них різних вправ і рухливих ігор.

Встановлено, що використання засобів бадмінтону сприяє ефективнішому розвитку фізичних якостей, а ігрова діяльність створює умови для формування вміння налагоджувати дружні стосунки з однолітками і сприяє підвищенню рівня позитивних взаємовідносин [6, с. 110].

Бадмінтон характеризується великою емоційністю, високою руховою активністю, які вимагають виявлення різноманітних фізичних якостей і рухових дій, тому бадмінтон вважається фахівцями [3, 6] одним із найбільш дієвих засобів, який сприятливо впливає на організм.

Заняття у коледжі побудовані за двома схемами: 1) вивчення основ бадмінтону на заняттях; 2) позааудиторна робота з бадмінтону. При правильному підході це дозволяє протягом декількох років підготувати в гарних спортсменів масових розрядів.

Систематичні заняття з використанням позааудиторних форм роботи з пріоритетним використанням елементів бадмінтону допоможуть студентам встановити зв'язки з природою, пізнати себе й допомогти самому собі в скрутну хвилину, навчатися керувати своїми емоціями, поведінкою, рухами, мобілізувати резерви власного організму, досягти гармонії між тілом і духом.

Включення вихованця у різні види позааудиторної діяльності слугує засобом і сферою самоствердження особистості, розвитку її індивідуальності, породження й утвердження у неї почуття самоцінності, значимості, формування поважного ставлення до неї однолітків.

Для того, щоб будь-яка форма роботи дала бажаний ефект, треба, щоб вона була внутрішньо прийнята викладачем фізичної культури, педколективом навчального закладу та її керівництвом, врешті-решт, студентами та їхніми батьками.

Спосіб організації кожного із видів діяльності вимагає від педагога творчого підходу. Слід при цьому враховувати, що одні і ті самі форми можуть стосуватися різних напрямків діяльності студентів. Тому більш доцільним вважають педагоги проведення комплексних форм фізичного з виховання, які узагальнюють сукупність виховних впливів, форм і методів.

Основною умовою успішного розв'язання даної проблеми, на нашу думку, повинні стати позааудиторні форми занять фізичними вправами, але для цього необхідно формувати новий світогляд у молоді, змінювати їхні погляди на важливість наявності фізичної культури для здоров'я і подальшого життя кожної особистості.

Встановлено, що використання засобів бадмінтону сприяє ефективнішому розвитку фізичних якостей, а ігрова діяльність створює умови для формування вміння налагоджувати дружні стосунки з однолітками і сприяє підвищенню рівня позитивних взаємовідносин.

Під час гри у бадмінтон задіяні усі групи м'язів. У підлітків добре розвивається координація, швидко-силові якості. Бадмінтон навчає логічно мислити, продумуючи різні комбінації у грі; характеризується великою

емоційністю, високою руховою активністю, які вимагають від студентів виявлення різноманітних фізичних якостей і рухових дій.

Система ступеневого розвитку дозволяє прогресувати у відповідності зі своїми віковими здібностями, упевненістю і орієнтиром на змагання.

На початковому етапі занять більше уваги необхідно приділяти оздоровчій спрямованості. Бадмінтон дозволяє перетворити заняття спортом в корисну гру, від якої отримують задоволення. При цьому спортивний результат не має великого значення.

Щоб успішно сформувати мотивацію до занять Фк і спортом, необхідно створити організаційні умови. Такі умови були створені: забезпечено матеріально-технічним оснащенням спортивні бази для проведення занять з пріоритетним використанням елементів бадмінтону; організовано секцію бадмінтону.

Створено організаційні умови: залучення студентів у активну позаурочну роботу з вдосконалення їхньої фізичної підготовки; створення моделі системи позаурочної роботи та розробка спеціального практичного курсу «Бадмінтон та його значення у житті людини» для формування мотивації до занять фізичною культурою і спортом; забезпечення спеціальною методичною літературою та необхідними програмами щодо формування мотивації до занять фізичною культурою і спортом студентів в позаурочній діяльності.

Формування мотивації до занять фізичною культурою і спортом у позаурочній діяльності з пріоритетним використанням елементів бадмінтону передбачало реальну оцінку, аналіз й урахування ситуацій взаємодії, які склалися у кодній групі, потребувало активізації внутрішніх сил студента, залучення його до цього процесу в ролі активного свідомого суб'єкта-творця. Необхідно також об'єднання виховних впливів педагогів і батьків, упровадження у практику роботи вищих навчальних закладів нових ефективних форм роботи (зокрема, практичного курсу «Бадмінтон та його значення у житті людини» для формування мотивації до занять фізичною культурою і спортом у студентів в позааудиторній діяльності).

**Висновки.** Мотивація до фізичного самовдосконалення не з'являється сама по собі, її потрібно формувати в ситуаціях навчального процесу, фіксувати і закріплювати позитивні мотиви та нейтралізувати вплив негативних. На основі аналізу літературних джерел можна зробити висновок, що формування мотивації до занять фізичною культурою і спортом є важливою проблемою і має вирішуватися комплексно на всіх етапах безперервної освіти, зокрема студентів. Тому слід констатувати, що однією з глобальних цілей освіти є підготовка вчителів фізичної культури, які мають високий рівень мотивації до занять фізичною культурою і спортом та готові застосовувати свій досвід у майбутній професійній діяльності.

#### **Список використаних джерел:**

1. Варіативний модуль Бадмінтон для навчальної програми з фізичної культури для загальноосвітніх навчальних закладів, 5-9 класи / В. Гусев, Н. Михальчук. – Режим доступу : <http://fizkulturamo.at.ua/load/programmy>.
2. Ведмеденко Б. Інтерес до занять спортом як елемент активізації тренувального процесу спортсмена-початківця / Б. Ведмеденко, В. Марчук // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2002. – № 2-3. – с. 107–109.
3. Круцевич Т. Ю. Мотиваційний підхід до організації процесу фізичного виховання у школі / Т. Ю Круцевич // Наукові записки. Педагогіка: Зб.наун.праць. – Тернопіль, 2004. – С. 35–39.
4. Лившиц В. Бадмінтон / В. Лившиц, А. Галицкий. – М. : Физкультура и спорт, 1984. – 350 с.
5. Смирнов Ю. Н. Бадмінтон : [учебник для ин-тов физ. культуры] / Ю. Н. Смирнов. – М. : Физкультура и спорт, 1990. – 225 с.
6. Хавруняк І. В. Мотивація до занять фізичною культурою школярів 14-17 років на етапі професійного вибору // Зб. наук. пр. / Редкол.: В. В. Прядко (голова) та ін. – Чернівці, 2010. – С. 110–116.
7. Шиян О. В. Исследование эффективности влияния занятий бадминтоном на уровень соматического здоровья детей 8–9 лет // Педагогіка,

психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту : Зб.  
наук. пр. – Харків : ХДАДМ, 2003. – № 10. – С. 76–83.