

УДК 378.172

ВИКОРИСТАННЯ ІНФОРМАЦІЙНИХ ТЕХНОЛОГІЙ У ФОРМУВАННІ МОТИВАЦІЇ ЗДОБУВАЧІВ ДО ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ І СПОРТОМ

Віктор Пасько, Ольга Каковкіна

Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту

Анотація:

Актуальність теми дослідження. У статті досліджується актуальність впровадження новітніх інформаційних технологій у сфері фізичного виховання та їх вплив на мотивацію здобувачів до занять фізичною культурою і спортом. Аналіз літературних та інтернет-джерел доводить, що інформаційні технології мають суттєвий вплив на спосіб життєдіяльності, рівень рухової активності та мотивацію здобувачів до занять фізичною культурою і спортом. Проте, також науковці зазначають, що стан впровадження новітніх інформаційних технологій значно повільніший за вимоги часу, а їх корисний потенціал використовується лише частково. **Мета** - науково обґрунтувати актуальність використання інформаційних технологій у формуванні мотивації здобувачів до занять фізичною культурою і спортом. **Методи дослідження.** Нами використовувалися такі методи як аналіз і узагальнення літератури, анкетування та опитування, педагогічне спостереження, методи математичної статистики. **Результати.** Запропоновано, для підвищення мотивації здобувачів до занять фізичною культурою і спортом, використовувати новітню інформаційну технологію, мобільний додаток "Мотив", що поєднує квест-програми, челенджі та можливість обирати між змагальною та індивідуальною методикою занять. **Висновки.** Аналіз літератури з даної теми показує, що впровадження інформаційних технологій у фізичне виховання здійснюється у різних формах та вікових групах. Анкетування сформованості мотивації здобувачів першого курсу до занять з фізичної культури та спорту показало, що більшість здобувачів займається у тренажерних залах чи секціях самостійно (більше 50%), проте відвідують їх не для спортивних результатів. Мотивація до відвідування занять у ЗВО знаходиться на низькому рівні, навіть

Use of Information Technologies in Formation of Motivation of Gainers to Exercise in Physical Culture and Sports

Relevance of research. The article examines the relevance of the introduction of the latest information technologies in the field of physical education and their impact on the motivation of applicants for physical culture and sports. Analysis of literary and Internet sources proves that information technology has a significant impact on lifestyle, level of physical activity and motivation of applicants for physical self-improvement. However, scientists also note that the state of implementation of the latest information technologies is much slower than the requirements of the time, and their useful potential is only partially used. **The purpose** - to prove the scientific substantiation of the relevance of the use of information technology in motivating students to physical culture and sports. **Methods of research.** The research included methods such as analysis of literature sources, survey, methods of mathematical statistics. **Results.** It is proposed to use the latest information technology, mobile application "Motive", which combines quest programs, challenges and the opportunity to choose between competitive and individual training methods, to increase the motivation of applicants for physical culture and sports. **Conclusion.** Analysis of the literature on this topic shows that the introduction of information technology in physical education is carried out in different forms and age groups. Questionnaire of the formation of motivation of first-year students to physical education and sports showed that most applicants work out in gyms

Использование информационных технологий в формировании мотивации соискателей к занятиям физической культурой и спортом

Актуальность темы исследования. В статье исследуется актуальность внедрения инновационных информационных технологий в сфере физического воспитания и их влияние на мотивацию студентов к занятиям физической культурой и спортом. Анализ литературных и интернет-источников показал, что информационные технологии имеют весомое влияние на способ жизнедеятельности, уровень двигательной активности и мотивацию студентов к занятиям физической культурой и спортом. Однако, также исследователи отмечают, что состояние внедрения инновационных информационных технологий намного медленнее, относительно требований времени, а их полезный потенциал используется только частично. **Цель** - научно обосновать актуальность использования информационных технологий в формировании мотивации студентов к занятиям физической культурой и спортом. **Методы исследования.** Нами использовались такие методы как анализ и обобщение литературы, педагогическое наблюдение, анкетирование и опрос, методы математической статистики. **Результаты.** Предложено, для повышения мотивации студентов к занятиям физической культурой и спортом, использовать новую информационную технологию, мобильное приложение "Мотив", что совмещает квест-программы, челленджи и возможность выбирать свой результат занятий индивидуальной методикой занятий. **Выводы.** Анализ литературы по данной теме показывает, что внедрение информационных технологий в физическое воспитание осуществляется в различных формах и возрастных группах. Анкетирование сформованности мотивации студентов первого курса к занятиям физической культурой и спортом показало, что большинство студентов занимаются в тренажерных залах или секциях самостоятельно (больше 50%), но посещают их не для спортивных результатов. Мотивация к посещению занятий в ЗВО

серед тих, хто займається спортом самостійно. Провідною метою відвідування занять є підвищення рівня фізичних якостей та покращення зовнішнього вигляду.

Ключові слова:

фізичне виховання, здобувачі, мотивація, інформаційні технології.

or sections on their own (more than 50%), but do not attend them for sports results. Motivation to attend university is low, even among those who do sports on their own.

physical education, students, motivation, information technologies.

находиться на низькому рівні, навіть серед тих, хто займається спортом самостійно. Головною метою відвідування занять по фізичному вихованню є покращення фізичних якостей зовнішнього вигляду.

физическое воспитание, студенты, мотивация, информационные технологии.

Постановка проблеми. Результати численних досліджень свідчать, що для успішного залучення здобувачів вищої освіти до занять фізичною культурою і спортом, важливим завданням є вивчення їхньої мотивації, включення до програми занять різних видів фізкультурно-оздоровчої активності, які б відповідали інтересам студентів, та використання інноваційних технологій, що сприятимуть формуванню мотивації до фізичного самовдосконалення та поліпшенню фізичної підготовленості здобувачів вищої освіти. Існує наявна проблема, пов'язана із відсутністю бажання відвідувати заняття із фізичного виховання та із відсутністю мотивації, що підтверджують низькі показники відвідуваності та значна кількість відповідей здобувачів, щодо невмотивованості до занять фізичною культурою і спортом. Великий вплив гаджетів має значний потенціал на мотиваційну сферу та може використовуватися задля підвищення рівня рухової активності.

У законі України «Про освіту», фізична культура представлена як навчальна дисципліна і найважливіший компонент цілісного розвитку особистості в загальноосвітніх навчальних закладах. Оскільки, фізична культура є частиною загальної, вона входить у гуманітарний компонент освіти, значущість якого виявляється в гармонізації духовних і фізичних сил, у формуванні таких загальнолюдських цінностей, як здоров'я, фізичне й психічне благополуччя, фізична досконалість. Важливого значення також фізична культура набуває відповідно до вимог ринку праці, чий стрімкий розвиток зобов'язує реформування і модернізацію освіти та виховання конкурентоспроможних фахівців на ринку праці.

Однак також науковці відмічають стрімке зниження мотивації до занять фізичною культурою та, як наслідок - погіршення стану здоров'я здобувачів. Тож серед актуальних завдань, одним із найважливіших є формування відповідної мотивації до рухової активності зокрема та фізичної культури і спорту - в цілому [4, 8]. Серед головних умов розвитку спортивно-фізкультурних інтересів науковці виділяють посилення соціально значущої мотивації, вдосконалення якості навчального процесу, поліпшення умов занять з фізичного виховання, розвиток їх теоретичних знань. На жаль, сучасний стан системи освіти ще не дозволяє у повній мірі формувати мотивацію до занять фізичною культурою і спортом, тому впровадження й використання інноваційних технологій є необхідною умовою для досягнення цих результатів.

У широкому розумінні «інновація» – це синонім успішного розвитку певної послуги, товару чи діяльності на базі різноманітних нововведень [18, 19]. Саме завдяки нововведенням здійснюються вдосконалення системи фізичного виховання, що впливають на мотивацію здобувачів до занять фізичною культурою і спортом. Серед новітніх та дієвих методик, науковцями було відмічено, що застосування квестів, флешмобів і батлів у різних формах фізкультурно-оздоровчих занять, сприяє формуванню мотивації та залученню молоді до занять фізичною культурою і спортом. Також науковці згодні з думкою про великий потенціал інформаційних технологій у сфері фізичної культури і спорту [13, 15]. Адже їх використання спрощує складні обчислювальні процеси, підвищує інтерес до процесу фізичного розвитку та завдяки швидкісним обчисленням, надає час для занять фізичною культурою та руховою активністю.

Науковцями у сфері фізичного виховання [3, 7, 5] також обгрунтована інтеграція інформаційних технологій у процес фізичного виховання для формування здорового способу життя, підвищення рівня їхніх теоретичних знань і практичних умінь у сфері здорового способу життя, оптимізації рівня їхньої рухової активності, відмові від шкідливих звичок і покращенні стану здоров'я, що підтверджено результатами експериментальних досліджень.

Проведений аналіз та узагальнення даних вітчизняної та закордонної літератури, а також джерел мережі інтернет показав, що використання інформаційних технологій у сфері ФКіС являється перспективним напрямом. Разом із тим, виявлено, значні протиріччя між потребою вдосконалення сфери фізичного виховання та відсутністю забезпечення ними учбово-тренувального процесу [1].

Обгрунтування інтеграції цих технологій відображено у технології електронної аудіо- і відеопрезентації [3]. Інформаційні ресурси дозволяють розробляти мультимедійні ігри, проводити в позааудиторний час онлайн - обговорення та дискусійні форуми. У цьому разі у здобувачів виникає конкурентний настрій, що підвищує їх мотиваційну сферу. Отже, різкий стрибок у розвитку комп'ютерної техніки і програмного забезпечення відкриває потенціал, і при належному використанні, може сприяти удосконаленню навчального процесу та урізноманітнює проведення занять.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Сучасний етап вивчення проблеми мотивації здобувачів до занять фізичною культурою і спортом та використання інформаційних технологій у цьому процесі привертає увагу вчених і педагогів-практиків. Вивченням інформаційних технологій у галузі фізичної культури та їх використання активно досліджували [3, 6, 11, 15, 17].

С. М. Футорним [16] обгрунтовано концепцію формування здорового способу життя студентської молоді в процесі фізичного виховання з використанням інноваційних технологій.

Випасняк І., Шанковський А. [2] досліджували інноваційні технології, спрямовані на підвищення ефективності процесу фізичного виховання студентів, зокрема обгрунтували доцільність використання мультимедійних технологій у процесі фізичного виховання.

Провідні фахівці фізичного виховання [8, 11] показують важливе значення теоретичних знань, необхідних відомостей про взаємозв'язок занять фізичним вихованням з головними об'єктами піклування про фізичний стан, цінності здорового способу життя.

Науковці В. О. Кашуба, С. М. Футорний [3], досліджуючи використання інформаційних технологій у процесі формування мотивації до здорового способу життя та фізичного виховання студентської молоді, систематизували теоретичні відомості про здоровий спосіб життя, користь ЗСЖ, його переваги й мотиваційні складові частини, комплекси фізичних вправ, спрямовані на зміцнення здоров'я.

Науковці у сфері фізичного виховання [9, 10, 14,] у своїх працях доводять, що використання інноваційних технологій сприяє формуванню мотивації до фізичного самовдосконалення та поліпшенню фізичної підготовленості студентської молоді.

Однак, вчені погоджуються із достатньо низьким рівнем мотивації здобувачів до занять фізичною культурою і спортом а також низькою швидкістю впровадження інноваційних технологій на необхідному рівні забезпечення. Тому гостро стоїть питання необхідності максимально урізноманітнити заняття з фізичного виховання, наприклад, шляхом введення в програму вищих навчальних закладів інформаційних технологій, що дають змогу в процесі фізичної діяльності кожному реалізувати власні рухові потреби та будуть здатні мотивувати молодь до рухової активності. Всі ці результати підтверджують, що проблема мотивації здобувачів вищої школи до занять фізичною культурою і спортом вимагає глибоких досліджень і діагностики результатів [20].

Мета дослідження. Науково обґрунтувати актуальність використання інформаційних технологій у формуванні мотивації здобувачів до фізичного виховання.

Зв'язок з науковими темами та планами. Дослідження виконано відповідно до теми: Формування культури мислення здобувачів вищої освіти у галузі фізичної культури і спорту: організаційні та психолого-педагогічні засади (номер державної реєстрації: 0121U108274) на 2021-2025 рр. плану наукових досліджень Придніпровської державної академії фізичної культури і спорту.

Матеріал і методи дослідження. Результати дослідження засновані на анкетуванні 68 здобувачів (36 дівчат і 32 юнаків) першого року навчання (18-19 років) Дніпровського національного університету ім. Олеса Гончара. Всі учасники дали згоду на участь у експерименті та на обробку персональних даних. Аналіз та узагальнення літературних джерел, разом із мережею Інтернет, надали змогу виявити проблематику низької мотивації здобувачів до занять фізичною культурою і спортом і, як наслідок - низького рівня рухової активності. Завдяки анкетуванню, було виявлено фактори, що впливають на мотивацію здобувачів до занять фізичною культурою і спортом.

Результати дослідження. З метою з'ясування пріоритетних мотивів студентів Дніпровського національного університету ім. Олеса Гончара до занять фізичною культурою і спортом було проведено анкетування. Нами вивчалось питання щодо залученості здобувачів до занять фізичною культурою і спортом, а також фактори, які на це впливають.

Аналіз даних опитування показав, що більшість студентів, юнаки (63%) і дівчата (67%), не займаються фізичною культурою і спортом у вільний час.

Таблиця 1

Фактори, що впливають на формування мотивації здобувачів до фізичної культури та спорту

Фактори	Юнаки		Дівчата	
	n	%	n	%
Удосконалення форми тіла	17	48,5	10	27
Зниження зайвої ваги	8	22,8	16	43,2
Покращення стану здоров'я	1	2,8	2	5,4
Спілкування з однодумцями	1	2,8	3	8,1
Активний відпочинок, розваги	2	5,7	2	5,4
Нічого не мотивує	3	16,8	4	10,8

Показники відвідуваності також доводять, що регулярно відвідують заняття з фізичної культури досить мала кількість здобувачів (55,8% серед.).

У анкетуванні здобувачі також суб'єктивно оцінювали власний стан здоров'я та рівень фізичної підготовленості. Більшість студентів вважають, що мають вище за середній рівні здоров'я та фізичної підготовленості (54% та 60% відповідно). Стан здоров'я та фізичної підготовленості за показником середній вважають 36% та 33% студентів відповідно.

Паралельно проводилися дослідження рівня фізичного здоров'я та фізичної підготовленості здобувачів. Серед юнаків низький рівень представлений у 53,9%, нижче за середній 32,6%, середній рівень 13,5% , високий та вище за середній не виявлено. У дівчат низький виявлено у 53,8%, нижче за середній 28,9%, середній 17,3%, високий та вище за середній не виявлено.

Якщо порівняти суб'єктивні оцінки з об'єктивними показниками, то можна зробити висновок, що студенти не вміють правильно оцінювати власний стан здоров'я та фізичної підготовленості, оскільки отримані в ході дослідження показники свідчать, що більшість юнаків та дівчат мають низькі та нижче за середні рівні фізичного здоров'я та фізичної підготовленості. Високий рівень здоров'я та фізичної підготовленості серед студентів не представлені зовсім.

Також серед здобувачів проводилося опитування щодо видів активного відпочинку, спорт та фізичні вправи зайняли лише 3 місце та набрали 25%, з яких 13,3% юнаки та 11,7% дівчата.

При проведенні опитування щодо факторів мотивації до занять фізичною культурою і спортом, одним із провідних мотивів, у юнаків стало удосконалення форми тіла з показником 48,5%, дівчата також мають значний показник у цьому факторі - 27%, але у них серед факторів мотивації найбільший показник має зниження зайвої ваги - 43,2%, де у юнаків лише 22,8%. На жаль, достатньо велика кількість студентів зазначили, що їх нічого не мотивує до занять із фізичної культури та спорту 10,8% дівчата та 16,8% хлопці, що у середньому становить 13,8% від кількості опитуваних.

Визначаючи причини, що заважають займатися фізичною культурою і спортом, було встановлено, що найвагомішою причиною для хлопців та дівчат стала відсутність бажання займатися 57,3%, де 37,3% дівчата і 20% юнаки, на другому місці серед несприятливих факторів для занять - стан здоров'я 22,7% , 16,7% - дівчата, 6% - юнаки, 20% як негативний фактор набрав брак часу для занять, 6% - дівчата і 14% - юнаки. Дослідження екранного часу смартфона на добу (кількість годин , коли він знаходиться у використанні здобувачем) у хлопців у середньому складає 6 год 12 хв, а у дівчат у середньому 6 год 58 хв.

Висновки та перспективи подальших наукових досліджень. Отримані дані доводять, що стан рухової активності та мотивація здобувачів до занять фізичною культурою, знаходяться на низькому рівні. Було виявлено провідні фактори, що мають суттєвий вплив на мотивацію здобувачів, а саме “Удосконалення форми тіла” у юнаків (48,5%) та “Покращення зовнішнього вигляду” у дівчат (22,8%). Також, під час дослідження, було виявлено, що значний вплив на мотивацію здобувачів мають інформаційні технології, зокрема смартфон та мобільні додатки у ньому. Оскільки більшість вільного часу здобувачі витрачають саме за гаджетом, який завжди під рукою, а зацікавленість регулюється необхідною кількістю додатків, їх активне користування смартфоном впродовж дня, може бути спрямованим на мотивацію до занять фізичною культурою. Тож логічно, що навряд чи можна різко зменшити час використання смартфона, без дискомфорту для здобувачів, але в той же час, можна проводити тренування у цікавий спосіб і за допомогою гаджету. При цьому, час використаний на соцмережі, пошук інформації та розважальні додатки не має сталих пропорцій, а його співвідношення може стрімко змінюватися в бік одного з ресурсів. Це також свідчить про залежність від звички використання смартфона взагалі, а не конкретним додатком, що дає змогу використовувати його не тільки у розважальних а й у навчальних цілях. А також з метою формування мотивації до занять фізичною культурою і спортом та підвищення рівня рухової активності. У ході дослідження, також проведено анкетування щодо актуальності використання новітніх інформаційних технологій, мобільних додатків, з використанням смартфонів, з метою мотивації до занять фізичною культурою і спортом. За результатами анкетування, 52,8% юнаків та 50% дівчат відповіли, що інформаційні технології, у разі їх інтеграції у навчальний процес, “підвищили б мотивацію” до занять фізичною культурою і спортом, 21% юнаків та 25% дівчат відповіли, що “скоріше б підвищили”, 12,3% юнаків та 13,9% обрали варіант “скоріше не підвищили б”, варіант “не підвищили б” обрало 13,9% юнаків та 11,1% дівчат. Отримані результати свідчать, що здобувачі дійсно проявляють інтерес

до використання інформаційних технологій у фізичному вихованні та були б зацікавлені у разі використання мобільних додатків спрямованих на формування мотивації до занять фізичною культурою та спортом. Анкетування сформованості мотивації здобувачів першого курсу до занять з фізичної культури та спорту показало, що більшість студентів (50% у середньому) займається у тренажерних залах чи секціях самостійно, проте відвідують їх не для спортивних результатів. Мотивація до відвідування занять у ЗВО знаходиться на низькому рівні, навіть серед тих, хто займається спортом самостійно. Провідною метою відвідування занять є удосконалення форми тіла (37,8% у середньому) та покращення зовнішнього вигляду (33% у середньому). Значну кількість часу здобувачі, за своїм бажанням, проводять у смартфоні, (6 год 12 хв хлопці та 6 год 58 хв дівчата). Більшість здобувачів (більше 70% у середньому) зацікавлені та відповіли, що їх мотивація суттєво зросла б, у разі використання новітніх інформаційних технологій (мобільних додатків у смартфоні) для підвищення рівня мотивації до занять фізичною культурою і спортом. У перспективі подальших досліджень планується підвищення мотивації до занять із фізичної культури та спорту здобувачів ВНЗ засобами новітніх інформаційних технологій (мобільного додатку) для підтримки їх рухової активності на належному рівні.

Список літературних джерел

1. Богуславська В. Напрями застосування новітніх інформаційних технологій в галузі фізичної культури та спорту / В. Богуславська, Ю. Пітин М. Бріскін // Спортивний вісник Придніпров'я. - 2017. - № 2. - С. 16-20. - Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/svp_2017_2_4.
2. Випасняк Ігор, Шанковський Андрій. Інноваційні технології, спрямовані на підвищення ефективності процесу фізичного виховання студентів. Молодіжний науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки. Фізичне виховання і спорт: журнал / уклад. А.В. Цьось, А.І. Альошина. Луцьк, 2017. Вип. 18. С. 125–129.
3. Кашуба В., Футорний С. Із досвіду використання інформаційних технологій у процесі занять фізичним вихованням різних груп населення. Молодіжний науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки. №21 Луцьк. 2016. С. 81-90.
4. Ковтун Алла, Татарченко Лариса, Гендерні особливості мотивації студентів до занять фізичною культурою і спортом. «Спортивний вісник Придніпров'я» – науково-практичний журнал Придніпровської державної академії фізичної культури і спорту 2018 №2. С. 44.
5. Кожедуб Т.Г. Інноваційна технологія теоретичної підготовки у фізичному вихованні учнів середньої школи: автореф. дис. канд. наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.02. Дніпро, 2014. 20 с.
6. Корж Н.Л. Формування ціннісного ставлення у студентів до фізичної культури в процесі самостійних занять // Дис. ... к. наук з фіз. вих. та спорту. Дніпропетровськ. 2016. 269 с.
7. Кошелева Олена, Татарченко Лариса, Рузанов Віктор Особливості теоретичної підготовки студентів різних груп спеціальностей у системі фізичного виховання. «Спортивний вісник Придніпров'я» – науково-практичний журнал Придніпровської державної академії фізичної культури і спорту 2019 №4. С. 129.
8. Круцевич Тетяна, Малахова Жанна Проблеми реформувань у системі фізичного виховання закладів вищої освіти. «Спортивний вісник Придніпров'я» – науково-практичний журнал Придніпровської державної академії фізичної культури і

References

1. Boguslavska V. Areas of application of the latest information technologies in the field of physical culture and sports / V. Boguslavska, J.Pityn, M. Briskin// Sportyvnyi visnyk Prydniprovyia: scientific and practical journal. -Dnipro - 2017. - № 2. - P. 16-20 http://nbuv.gov.ua/UJRN/svp_2017_2_4.
2. Vypasniak I., Shankovskiy A., Innovative technologies aimed at improving the efficiency of the process of physical education of students. Lesya Ukrainka East European National University Physical education and sport. Lutsk 2017 №18. P.125-129.
3. Kashuba V. Futornyi S. From the experience of using information technology in the process of physical education for different groups. Lesya Ukrainka East European National University Physical education and sport. Lutsk 2016. №21. P.81-90.
4. Kovtun A. Tatarchenko L. Gender features of students' motivation to engage in physical culture and sports P.44 Sportyvnyi visnyk Prydniprovyia. 2018 №2
5. Kozhedub T.G. Innovative technology of theoretical training in physical education of high school students: authoref. dis. Cand. Sciences in Phys. education and sports: 24.00.02. Dnipro, 2014. 20 p.
6. Korzh N.L. Formation of students' value attitude to physical culture in the process of independent classes // dis. for the degree of Candidate of Science in Phys. education and sports. Dnipropetrovsk. 2016. 269 p.
7. Kosheleva O., Tatarchenko L., Ruzanov V. Features of theoretical training of students of different groups of specialties in the system of physical education P. 129 Sportyvnyi visnyk Prydniprovyia: scientific and practical journal. -Dnipro 2019 №4.
8. Krutsevych T., Malahova Zhanna. Problems of reforms in the system of physical education of higher education institutions pg. 268 Sportyvnyi visnyk Prydniprovyia: scientific and practical journal. -Dnipro 2020 №1.

спорту 2020 рік №1. С. 268.

9. Марченко О. Ю., Ільченко С. С. Гендерні особливості формування ціннісних орієнтацій фізичної культури молоді. Матеріали XII Міжнародної науково - методичної конференції Київ.: НАУ, 2017. С. 72-74.

10. Маєвський М.І. Ціннісні орієнтації у сфері фізичної культури і спорту студентів педагогічних спеціальностей: автореф. дис. канд. наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.02. Дніпро, 2016. 20 с.

11. Москаленко Н.В. Теоретичні знання як основа формування свідомого ставлення учнів до предмету "Фізична культура" Науковий часопис Національного педагогічного університету ім. М.П. Драгоманова. К. 2015. Серія 15: Вип. 7 (33) Т.1. С. 550-554.

12. Москаленко Н.В., Сидорчук Т.В. Информационные технологии в физическом воспитании студентов // Инновационные технологии в физическом воспитании, спорте и физической реабилитации, Орехово-Зуево: МГОГИБ 2015. С. 59-65.

13. Москаленко Наталья, Торбанюк Геннадій, Інноваційні підходи залучення до рухової діяльності школярів та студентів. «Спортивний вісник Придніпров'я» – науково-практичний журнал Придніпровської державної академії фізичної культури і спорту 2019 №2. С. 115.

14. Смолякова И.Д., Загурский А.М., Старушкевич Т.И., Использование компьютерных средств для формирования здорового образа жизни студентов И.Д. - ББК 75.4 О 72, 2017. С. 241–245.

15. Єлісєєва Дар'я, Використання сучасних інформаційних технологій у фізичній культурі і спорті. «Спортивний вісник Придніпров'я» – науково-практичний журнал Придніпровської державної академії фізичної культури і спорту 2018 №1. С. 119

16. Футорный С. М. Информатизация процесса физического воспитания в формировании здорового образа жизни студентов. Физическое воспитание студентов : сб. науч. работ / под. ред. С. С. Ермакова. – Харьков : ХДАДМ (ХХПИ), 2011. – № 6. – С. 111–115.

17. Шанковський А., Випасняк І. До питання використання інформаційних технологій у процесі фізичного виховання студентської молоді = On the Use of Information Technologies in the Process of Physical Education of Student Youth Journal of Education, Health and Sport formerly Journal of Health Sciences. Kazimierz Wielki University in Bydgoszcz. – Bydgoszcz, Poland. 2017. – Vol. 7, N 6. – S. 902–917. – Режим доступу: <http://ojs.ukw.edu.pl/index.php/johs/index>. Видання Польщі, яке введено до міжнародної наукометричної бази Index Copernicus.

19. Elena Vlasyuk, Yuliya Borisova, Prerequisites for the use of innovative technologies in physical education Спортивний вісник Придніпров'я: науково-практичний журнал. – Дніпро: Інновація, № 3, 2017. С.20

20. Katharina Diehl, Katharina Fuchs, Katharina Rathmann, Jennifer Hilger-Kolb Students' Motivation for Sport Activity and Participation in University Sports: A Mixed-Methods Study May 2018 BioMed Research International 2018 (3). DOI: 10.1155/2018/9524861.

21. Sáez, I.; Solabarrieta, J.; Rubio, I. Motivation for Physical Activity in University Students and Its Relation with Gender, Amount of Activities, and Sport Satisfaction. Sustainability 2021, 13, 3183. <https://doi.org/10.3390/su13063183>.

9. Marchenko O. J., Ilchenko S.S. Gender features of formation of value orientations of youth physical culture. Proceedings of the XII International Scientific and Methodological Conference Kyiv: NAU, 2017. P. 72-74.

10. Maevskiy M.I. Value orientations in the field of physical culture and sports of students of pedagogical specialties: author's ref. dis. Cand. Sciences in Phys. education and sports: 24.00.02. Dnipro, 2016. 20 p.

11. Moskalenko N.V. Theoretical knowledge as a basis for the formation of students' conscious attitude to the subject "Physical Culture" Scientific Journal of the National Pedagogical University. M.R. Dragomanova. K. 2015. Series 15: Issue 7 (33) Vol.1. P.550-554 .

12. Moskalenko N.V., Sydorchyk T.V. Information technologies in physical education of students // Innovative technologies in physical education, sports and physical rehabilitation, Orekhovo-Zuyevo: MGOIGB 2015. P. 59-65.

13. Moskalenko N.V., Torbaniuk G., Innovative approaches to involving schoolchildren and students in physical activity P.115 Sportyvnyi visnyk Prydniprovyia: scientific and practical journal. -Dnipro 2019 №2. P. 115.

14. Smolyakova I.D., Zagurskyi A.M., Starushkevych T. I., Using computer tools to form a healthy lifestyle for students I.D. - BБК 75.4 О 72, 2017. P. 241–245.

15. Yeliseeva D. The use of modern information technology in physical culture and sports Sportyvnyi visnyk Prydniprovyia. 2018 №1. P.119.

16. Futorny S. M. Informatization of the process of physical education in the formation of a healthy way life of students. Physical education of students :collection of scientific works/ red.Yermakov S.S.- Kharkov, 2011.№6 P.111-115.

17. Shankovskiy A., Vypasniak I. On the Use of Information Technologies in the Process of Physical Education of Student Youth Journal of Education, Health and Sport formerly Journal of Health Sciences. Kazimierz Wielki University in Bydgoszcz. – Bydgoszcz, Poland. 2017. – Vol. 7, N 6. – P. 902–917. <http://ojs.ukw.edu.pl/index.php/johs/index>. Index Copernicus.

19. Elena Vlasyuk, Yuliya Borisova, Prerequisites for the use of innovative technologies in physical education Спортивний вісник Придніпров'я: науково-практичний журнал. – Дніпро: Інновація, № 3, 2017. С.20

20. Katharina Diehl, Katharina Fuchs, Katharina Rathmann, Jennifer Hilger-Kolb Students' Motivation for Sport Activity and Participation in University Sports: A Mixed-Methods Study May 2018 BioMed Research International 2018(3) DOI:10.1155/2018/9524861.

21. Sáez, I.; Solabarrieta, J.; Rubio, I. Motivation for Physical Activity in University Students and Its Relation with Gender, Amount of Activities, and Sport Satisfaction. Sustainability 2021, 13, 3183. <https://doi.org/10.3390/su13063183>.

DOI: [https://doi.org/10.31652/2071-5285-2021-12\(31\)-29-36](https://doi.org/10.31652/2071-5285-2021-12(31)-29-36)

Відомості про авторів:

Пасько В. В.; orcid.org/0000-0003-3250-6471; v.i.p.asko.corp@gmail.com; Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту, вул. Набережна Перемоги, 10, Дніпро, 49094, Україна.

Каковкіна О. А.; orcid.org/0000-0002-8772-4065; v.i.p.asko.corp@gmail.com; Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту, вул. Набережна Перемоги, 10, Дніпро, 49094, Україна.