

5. Гринь О. Система психологічного забезпечення підготовки спортсменів як проблема сучасної психології спорту / О. Гринь, В. Воронова // Спортивний вісник Придніпров'я, 2015. – № 3. – С. 29–34.

Божик М. В., <https://orcid.org/0000-0001-6037-6032>

Бережанський О.О. orcid.org/0000-0002-4764-2006

Трифонюк В. М.

БАДМІНТОН ЯК ЗАСІБ МОТИВАЦІЇ МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ДО ЗАНЯТЬ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

Кременецька обласна гуманітарно-педагогічна академія імені Тараса Шевченка, м. Кременець

Анотація. У статті розкрито вплив бадмінтону на мотивацію студентів-педагогів до занять фізичною культурою та спортом. Зазначено, що заняття бадмінтоном поліпшують діяльність серцево-судинної, дихальної систем; сприяють формуванню правильної постави, загартуванню; підвищують рівень розвитку рухових якостей; підвищують та розвивають інтелектуальні здібності.

Annotation. The article reveals the influence of badminton on the motivation of student teachers to engage in physical education and sports. It has been proven that playing badminton improves the activity of the cardiovascular and respiratory systems; contribute to the formation of correct posture, hardening; increase the level of development of motor qualities; increase and develop intellectual abilities.

Актуальність дослідження. Важливість підготовки висококваліфікованого педагога безпосередньо пов'язана з одним із пріоритетних завдань освіти – виховання в особистості відповідального ставлення до власного здоров'я. Педагогічна діяльність пред'являє особливі вимоги до стану професійного здоров'я вчителя, його фізичної, психічної та розумової підготовленості.

Впровадження вимог системи виховання щодо здорового способу життя залежить не лише від бажання й здібностей молоді, а й від створення мотивації для занять фізичною культурою.

Фізичне виховання у ЗВО є невід'ємною частиною освіти та одним із важливих засобів різнобічного та гармонійного розвитку студентської молоді, підвищення її фізичної підготовленості та

збереження здоров'я. Від якості організації і проведення занять з фізичного виховання зі студентами залежить рівень їх здоров'я, а також відношення до фізичної культури після закінчення закладів вищої освіти.

Аналіз досліджень та публікацій [1, 2, 3, 5, 6] показав, що покращення фізичного стану студентів, їх здоров'я, можливе лише при систематичних та цілеспрямованих заняттях фізичними вправами, а зокрема заняття з фізичного виховання або секційні заняття по видам спорту.

Сьогоднішня організація фізичного виховання в закладах вищої освіти педагогічного профілю є не досить ефективною для підвищення рівня здоров'я і інтересу значної кількості студентів до занять фізичними вправами. На думку Т. Ю. Круцевич, студентська молодь байдуже відноситься до змісту обов'язкових фізкультурних занять. Це свідчить про потреби розробки нових шляхів удосконалення організації фізичного виховання у закладах вищої освіти.

Мета дослідження – обґрунтувати ефективність застосування бадмінтону на заняттях з фізичного виховання для студентів-педагогів.

У процесі дослідження вирішувались такі **завдання**: проаналізувати науково-методичну літературу з означеної проблематики.

Методи дослідження: теоретичний аналіз і узагальнення літературних джерел.

Результати дослідження та їх обговорення. Слід відзначити, що багато людей знайомиться з бадмінтоном, як з веселою розвагою в умовах відпочинку на природі, мета якої постаратися якомога довше утримати волан в повітрі. Бадмінтон – це досить популярний по всьому світу ігровий вид спорту, причому олімпійський вид спорту. У бадмінтон грають не тільки спортсмени, які професійно займаються цим видом спорту, а й аматори. Любителі цієї гри можуть займатися цим видом спорту як у спортивних залах, спортивних майданчиках, наприклад студенти під час практичних занять з фізичного виховання, так і під час прогулянок та відпочинку на природі. В багатьох закладах вищої освіти бадмінтон зараховують до елементів загальної фізичної підготовки, а отже цю гру варто пропонувати студентам на заняттях з фізичного виховання та для самостійних занять цим видом спорту у вільний час [5].

На думку авторів [6] бадмінтон необхідно впроваджувати в навчальний процес та широко застосовувати в академічних та самостійних заняттях студентів, а зокрема нефізкультурних закладів вищої освіти [4, С. 76]

Бадмінтон рекомендують для людей, які мають бажання позбутися зайвих кілограмів або просто втратити калорії. Бадмінтон, як вид спорту дуже азартна, цікава та динамічна гра, в якій треба багато рухатися. В процесі гри в бадмінтон втрачається відчуття втомленості, особливо, це проявляється, коли гравці починають достатньо добре потрапляти по волану, тобто тримати його в грі, коли з'являються затяжні розіграші, спортивний азарт і т.д. Неймовірна видовищність та ефективний вплив на організм визначили впровадження цього виду спорту в систему фізичного виховання у закладах вищої освіти. Широка можливість варіативності навантаження дають змогу використовувати бадмінтон як реабілітаційний засіб в різних групах фізичної підготовки [7].

Розвиток бадмінтону як виду спорту, допомагає вирішити різноманітні завдання фізичного виховання у закладах вищої освіти, а саме: зміцнити здоров'я студентської молоді, досягти належної фізичної підготовленості, збільшити рухову активність, сформувати навички здорового способу життя. Заняття бадмінтоном дозволяють всебічно впливати на організм людини: розвивають силу, швидкість, спритність, витривалість, координацію рухів, покращують рухливість у суглобах, сприяють розвитку рухових навичок, виховують волю та моральні якості. Простота та доступність дають можливість займатися бадмінтоном студентам будь-якої статі та різного рівня фізичної підготовки.

Заняття бадмінтоном розвивають не лише фізичні якості, а також впливають на розумову активність. Бадмінтон часто називають «шахами з ракеткою», адже гравець повинен мати вчасну реакцію, швидко прорахувати усі можливі ходи суперника, траєкторію подачі. Студенти, котрі ведуть малорухливий спосіб життя й мають значні навчальні навантаження на зорову систему, схильні до астенопії (очний розлад або стомлення очей, що швидко настає під час зорової роботи). Бадмінтон є невід'ємною частиною здорового способу життя кожного студента, котрий бажає попередити появу астенопії та покращити кровообіг органів зору. Доведено, що під час того, як гравці стежать за воланом зміцнюється тонус м'язів очного кришталика. Вплив гри в бадмінтон безпосередньо межує з впливом гімнастики для очей. Наприклад, вправа, де потрібно сфокусувати погляд на близькому предметі, потім перевести його на предмет, що знаходиться далеко, подібна діям гравця, який уважно слідкує очима за воланом. Проте на відміну від гімнастики для очей, заняття бадмінтоном охоплюють значно більший спектр впливу на людський організм, а «сучасна»

молодь усе більше тяжіє до «розумних» видів спорту, в яких гармонійно поєднується фізичне та розумове вдосконалення [6, С. 5]

Підсумовуючи вище викладене, можна зробити **висновки**, що у процесі фізичного виховання студентів-педагогів заняття бадмінтоном значно поліпшать діяльність серцево-судинної, дихальної систем; сприятимуть формуванню правильної постави, загартуванню; підвищать рівень розвитку координації, гнучкості, сили і швидкості. Через виконання вправ бадмінтону зміцниться здоров'я, поліпшиться фізичний розвиток, інтелектуальні здібності, позитивні моральні та вольові якості, психічні процеси, воля, самостійність. Все це в тісному зв'язку створюватиме комплексний вплив на формування особистості та сформує позитивну мотивацію майбутніх учителів до занять фізичною культурою і спортом та інтерес до занять фізичним вихованням.

Список літератури.

1. Азаренкова Л. Мотивація студентів до занять фізичним вихованням засобами скандинавської ходьби. *International Science Journal of Education & Linguistics*. Vol. 1, No. 3, 2022, pp. 80-88. doi: 10.46299/j.isjel.20220103.8.

2. Крошка С.А. Методична розробка та впровадження практичного курсу «Бадмінтон – запорука здоров'ю» для студентської молоді. Спортивні ігри, № 3 (9). Електронний науковий журнал. Харків : Харківська державна академія фізичної культури кафедри спортивних і рухливих ігор, 2018. С. 25-34.

3. Крошка С. А. Бадмінтон як засіб формування мотивації до занять фізичною культурою та спортом студентської молоді. 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, ПереяславХмельницький Держ. пед. ун-т ім. Григорія Сковороди [та ін.]. Переяслав-Хмельницький. ФОП ДОМБРОВСЬКА Я. М., 2016. С. 46-51.

4. Никулин К. В., Романова Н. А., Шуралёва Н. Н. Бадминтон как средство физического воспитания студентов в нефизкультурных вузах/ г.Екатеринбург, УГЭК, 2016.с.76-78.

5. Світлична Т. С. Розвиток фізичних якостей студентів медичних ВНЗ засобами гри у бадмінтон: навчально-методичний посібник. Запоріжжя : ЗДМУ, 2018. 82 с.

6. Сірик А. Є., Індик П. М. Бадмінтон: навч.-метод. посіб. Суми: СумДУ, 2017. 111 с.

7. Черненко С. О., Мудрян В. Л. Шляхи підвищення ефективності навчально-тренувальних занять з бадмінтоном

серед студентів вищої школи : посібник . Краматорськ : ДДМА, 2014. 75 с.

Галан Я.П. <https://orcid.org/0000-0002-7024-5690>

МОЛОДЬ. НАУКА. СПОРТ. ЗДОРОВИЙ РУХ УКРАЇНИ – ЗАПОРУКА МАЙБУТНЬОГО ДІТЕЙ

Чернівецький національний університет ім. Ю. Федьковича

Анотація. У публікації розкриваються питання щодо національно-патріотичного виховання, поширення засад здорового способу життя та рухової активності, популяризації фізичної активності та різних видів спорту, формування загальнонаціональних патріотичних цінностей у сучасних умовах.

Підтримка фізичного й морального здоров'я юних українців сьогодні є нашою спільною метою, адже саме це сприятиме покращенню рівня здоров'я у дітей та формуватиме в їхній свідомості базові поняття щодо правильного способу життя. Крім цього, порушено питання підтримки психологічного стану підростаючого покоління, що в наш час набуло значної актуальності.

Національно-патріотичне виховання сучасної молоді є одним із найбільш актуальних питань на сьогодні, яке активно вирішується завдяки спорту та олімпійській освіті. Саме тому ми зосереджуємо увагу на формуванні у дітей загальнолюдських, гуманістичних духовно-моральних цінностей, патріотичної свідомості молодого покоління, а саме вихованні почуття поваги, відданості рідній землі, відповідальності за честь держави. Враховуючи це, з'явилася потреба у створенні такого інституту громадянського суспільства, який займатиметься вирішенням вищезазначених проблем.

Ключові слова: молодь, наука, спорт, патріотичне виховання, діти, рухова активність, громадська організація.

Abstract. The publication addresses issues related to national-patriotic education, spreading the principles of a healthy lifestyle and physical activity, popularizing physical activity and various types of sports, and forming national patriotic values in modern conditions.

Supporting the physical and moral health of young Ukrainians today is our common goal, because this will contribute to the improvement of children's health and will form in their mind's basic concepts about the right way of life. In addition, the issue of