

## ФОРМУВАННЯ ЦІННОСТЕЙ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ДО ПРОФЕСІЙНО-ПРИКЛАДНОГО САМОВДОСКОНАЛЕННЯ

### THE FORMATION OF PHYSICAL EDUCATION VALUES AND MOTIVATION TO PROFESSIONAL SELF-IMPROVEMENT

Цибульська В. В.<sup>1</sup>, Безверхня Г. В.<sup>2</sup>, Файдевич В. В.<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Мелітопольський державний педагогічний університет імені Богдана Хмельницького,  
м. Мелітополь, Запорізька область, Україна

<sup>2</sup>Луцький національний технічний університет, м. Луцьк, Україна

DOI <https://doi.org/10.32782/2522-1795.2022.11.25>

#### Анотації

Мета: теоретично обґрунтувати та проаналізувати проблеми формування цінностей фізичної культури до професійно-прикладного самовдосконалення. Матеріали і методи дослідження: Проведений теоретичний аналіз і систематизація літературних джерел за темою дослідження дав змогу уточнити понятійний апарат, сформулювати мету та завдання дослідження, з'ясувати проблемне поле формування цінностей фізичної культури і мотивації до професійно-прикладного самовдосконалення. Застосування методу аналогії досліджуваних закономірностей та системного аналізу дозволили визначити загальні тенденції формування мотивації до професійно-прикладного самовдосконалення. Результати: охарактеризовано класифікацію ціннісного потенціалу фізичної культури, здійснено аналіз аксіосфери фізичної культури, визначено понятійний апарат фізкультурної освіти у професійно-особистісному становленні майбутнього вчителя, здійснено аналіз ціннісних ставлень до свого фізичного стану, проаналізовано процес залучення студентів до цінностей фізичної культури через теорію і практику, культурний потенціал особистості, світогляд, духовність, активну життєву позицію. Формування цінностей фізичної культури до професійно-прикладного самовдосконалення під час навчання у закладі вищої освіти виступає як соціокультурний процес, який включає в себе: формування установки на присвоєння культурних цінностей; орієнтацію в культурних (пізнавальних) цінностях; формування мети культурної (освітньої) діяльності; оволодіння духовними цінностями суспільства; формування цілісної (ціннісної) картини світу; орієнтацію в загальнолюдських цінностях. Розглянуто фізичну культуру особистості, яка характеризується рівнем самосвідомості, освіченості; організацією особистого часу, естетичного смаку, властивостями рухів та побудовою тіла; певним видом рухової діяльності, що складається на основі ціннісних орієнтацій, знань, переконань. Висновки: здійснено класифікацію ціннісного потенціалу та аксіосфери фізичної культури, проаналізовано основні поняття фізкультурної освіти професійно-особистісного становлення майбутнього вчителя.

**Ключові слова:** цінності, фізична культура, самовдосконалення, професійно-прикладна фізична підготовка, студенти.

Purpose: to theoretically substantiate and analyze the problems of forming the values of physical culture for professional and applied self-improvement. Materials and methods of research: The theoretical analysis and systematization of literature sources on the research topic allowed to clarify the conceptual apparatus, formulate the purpose and objectives of the study, to clarify the problem area of values of physical culture and motivation for professional self-improvement. The application of the method of analogy of the studied patterns and system analysis allowed to determine the general trends in the formation of motivation for professional and applied self-improvement. Results: the classification of the value potential of physical culture is characterized, the axiosphere of physical culture is analyzed, the conceptual apparatus of physical education in the professional and personal development of the future teacher is determined, the value attitude to one's physical condition is analyzed, the process of students' involvement in physical culture is analyzed. cultural potential of the individual, worldview, spirituality, active life position. The formation of the values of physical culture to professional and applied self-improvement while studying in a high-

er education institution acts as a socio-cultural process, which includes: the formation of the attitude to the assignment of cultural values; orientation in cultural (cognitive) values; formation of the purpose of cultural (educational) activity; mastering the spiritual values of society; formation of a holistic (value) picture of the world; orientation in universal values. The physical culture of the individual, which is characterized by the level of self-awareness, education; organization of personal time, aesthetic taste, properties of movements and body construction; a certain type of motor activity, based on value orientations, knowledge, beliefs. Conclusions: the classification of value potential and axiosphere of physical culture, analyzed the basic concepts of physical education professional and personal development of future teachers.

**Key words:** values, physical culture, self-improvement, professional-applied physical training, students.

**Вступ.** Основні напрямки розвитку сучасної вищої школи потребують пошуку ефективних шляхів формування особистої фізичної культури майбутнього вчителя, яка зумовлює прояв моральних і вольових якостей, є важливим засобом поліпшення фізичного, психічного і соціального здоров'я, у той же час, одним із показників ефективності процесу професійної підготовки, оскільки особиста фізична культура вчителя проектується на учнів і є прикладом для наслідування [9].

Згідно думки вчених професійно-прикладні компетентності майбутнього педагога повинні забезпечувати оволодіння практичними вміннями і навичками, що сприяють збереженню і зміцненню власного здоров'я і здоров'я учнів, забезпечувати загальну і професійно-прикладну фізичну підготовку, визначену психофізичну готовність випускника педагогічного ЗВО до професії учителя, набуття досвіду творчого використання фізкультурно-спортивної діяльності для досягнення життєвих цілей.

**Матеріали і методи дослідження.** Проведений теоретичний аналіз і систематизація літературних джерел за темою дослідження дав змогу уточнити понятійний апарат, сформулювати мету та завдання дослідження, з'ясувати проблемне поле формування цінностей фізичної культури і мотивації до професійно-прикладного самовдосконалення. Застосування методу аналогії досліджуваних закономірностей та системного аналізу дозволили визначити загальні тенденції формування мотивації до професійно-прикладного самовдосконалення.

**Результати дослідження.** Категорію «ціннісні орієнтації» ми розглядатимемо згідно визначень вітчизняних науковців. Так,

С. У. Гончаренко дає таке пояснення: «Ціннісні орієнтації – вибіркова, відносно стійка система спрямованості інтересів і потреб особливості, зорієнтована на повний аспект соціальних цінностей. Ціннісні орієнтації формуються в процесі соціального розвитку індивіда, його участі в трудовому житті. Виховання людини можна розглядати як керування становленням або зміною її ціннісної орієнтації» [8; 17].

М. Д. Ярмаченко дає наступне визначення: «Ціннісна орієнтація – вибіркоче ставлення людини до матеріальних та духовних цінностей, система її установок, переконань, переваг, що виражаються в поведінці».

Ціннісні орієнтації особистості не тільки визначають мотивацію індивідуальної поведінки, але й складають світогляд людини. Ціннісні орієнтації молоді формуються в процесі виховання і навчання. Причому навчання має на меті не стільки повідомити конкретні знання в певній галузі, скільки відтворити культурні та історичні нормативи, які сприяють самореалізації особистості. Через виховання здійснюється трансляція (передача) ціннісних орієнтацій від покоління до покоління як на вербальному так і на невербальному рівнях [11].

Визначення ціннісного ставлення особистості до свого фізичного стану і розвитку, фізичного вдосконалення, фізичного виховання характеризує її погляди, ідеали, принципи, на яких створюється самосвідомість. В узагальненому визначенні, ціннісне ставлення до свого фізичного стану – це прояв уваги, вибіркового прояву зусиль волі, мотивації, потреби людини, спрямованих на оцінювання сутності властивостей матеріальних об'єктів і духовних явищ у свідомості особистості, характеризуючи їх значення для

людини. А між іншим освоєння цінностей фізичної культури озброює молоду людину розумінням складності життя, допомагає виробити духовно-етичні критерії самооцінки особистості. Процес залучення студентів до цінностей фізичної культури через теорію і практику суттєво активізує культурний потенціал особистості студента, розширює його світогляд, підвищує духовність, сприяє формуванню активної життєвої позиції [1]. Це у свою чергу, вимагає формування і розвитку здібностей до загальнокультурного самовираження, що в умовах практики означає виховання потреби в культурній інформації і знаннях та уміннях розпізнавати істинні культурні цінності [9].

У закладі вищої освіти навчання студентів виступає як соціокультурний процес, який включає в себе: формування установки на присвоєння культурних цінностей; орієнтацію в культурних (пізнавальних) цінностях; формування мети культурної (освітньої) діяльності; оволодіння духовними цінностями суспільства; формування цілісної (ціннісної) картини світу; орієнтацію в загальнолюдських цінностях. Ю. М. Ніколаєв наголошує на важливості обґрунтування соціокультурного компоненту фізкультурної освіти без відкидання знань, які стосуються розвитку тілесно-рухового (соматопсихічного) компоненту фізичної культури і встановлення єдиного взаємозв'язку між ними в реальному педагогічному процесі. Особливо важливо сформувати в учнів інтерес і потребу в засвоєнні різноманітних цінностей фізичної культури. У зв'язку з цим він радить будувати взаємовідносини педагогів і учнів з урахуванням переводу із об'єкт-суб'єктної форми в суб'єкт-суб'єктну взаємно мотивовану творчу педагогічну діяльність, яка дозволить гармонійно впливати на дітей [13; 4; 5; 6].

Л. І. Лубишева відмічає, що ціннісний склад фізичної культури «залишається відносно стабільним. Змістові ж аспекти цінностей постійно оновлюються, доповнюються, вдосконалюються в міру того як розвиваються знання і підвищується рівень суспільної культури». Автор розробила класифіка-

цію ціннісного потенціалу фізичної культури, де умовно цінності розподілені на наступні складові – інтелектуальні, рухові, технологічні, інтенційні та мобілізаційні. *Інтелектуальні цінності* представляють собою знання про методи і засоби розвитку фізичного потенціалу людини як основи організації її фізичної активності, спортивної підготовки, загартовування і ЗСЖ. До *цінностей рухового* характеру відносяться кращі зразки моторної діяльності, що отримані в процесі фізичного виховання і спортивної підготовки, особистісні досягнення підготовленості людини в рухах, її реальний потенціал. Під цінностями *технологій* формування фізичної культури розуміються різноманітні комплекси методичних рекомендацій, практичних рекомендацій, методик оздоровчого і спортивного тренування, тощо. *Цінності інтенційного характеру* відображають сформованість суспільної думки, престиж фізичної культури та спорту в конкретному суспільстві, їх популярність серед різних категорій людей, а головне – бажання і готовність людини до постійного розвитку та вдосконалення потенціалу власної фізичної культури. *Мобілізаційні цінності* – здатність до раціональної організації свого бюджету часу, внутрішня дисципліна, зібраність, швидкість оцінки ситуації та прийняття рішення, наполегливість у досягненні поставлених цілей, уміння спокійно пережити невдачу».

Однак, В. І. Ільнич аксіосферу фізичної культури вбачає в наступній типології:

- матеріальні цінності ФК (умови занять, якість спортивної екіпіровки, пільги з боку суспільства);
- фізичні цінності ФК (здоров'я, тілобудова, рухові уміння і навички, фізичні якості, фізична підготовленість);
- соціально-психологічні цінності ФК (відпочинок, розваги, задоволення, працелюбство, манери поведінки в колективі, почуття обов'язку, честь, совість, благородство, засоби виховання і соціалізації, рекорди, перемоги, традиції); психічні (емоційне переживання, риси характеру, властивості і якості особистості, творчі задатки);

- культурні цінності ФК (пізнання, самоствердження, самоповага, почуття власної гідності, естетичні і моральні якості, спілкування, авторитет) [2].

Розглянемо наскільки сучасні студенти залучені до цінностей фізичної культури, адже «ціннісне ставлення особистості до своєї фізичної культури – це прояв самоствавлення, інтересу, зацікавленості, спрямованих на позитивне оцінювання цінностей фізичної культури, сутності набутих якостей, властивостей фізичної культури, які сприяють формуванню самосвідомості і мають позитивне значення для життєздатності особистості. Фізична культура особистості характеризується певним рівнем самосвідомості, освіченості; організацією особистого часу, естетичного смаку, властивостями рухів та побудовою тіла; певним видом рухової діяльності, що складається на основі ціннісних орієнтацій, знань, переконань...» [3; 15; 14].

За даними соціологічного опитування, згідно яких регулярно займаються фізичною культурою у позанавчальний час 21,5 % опитаних студентів: 59,9 % займаються, але роблять це нерегулярно; 18,1 % студентів фізичною культурою не займаються. Концептуальні дослідження у формуванні в студентів потреби на ціннісний потенціал фізичної культури проведені українським вченим С. О. Сичовим, який вперше обґрунтував теоретико-методичні засади прилучення студентської молоді до цінностей фізичної культури в процесі фізичного виховання у ЗВО (теоретико-методичні підходи, принципи, методики, форми, методи); визначив ступінь процесу виховання цінностей фізичної культури у студентської молоді як інтегративно особистісного утворення, що охоплює знання про фізичну культуру, її цінності, позитивне ставлення до них, способи поведінки, уміння і навички здорової життєдіяльності та саморегуляції особистості; визначив і охарактеризував педагогічні умови підвищення ефективності занять з фізичного виховання (здійснено особистісно-орієнтоване виховання студентської молоді щодо прилучення їх до цінностей фізичної культури; забезпечення мотивації студентів до

оволодіння цінностями фізичної культури, що ґрунтуються на пізнавальній активності, діалогічності, креативності, практичній значущості навчального процесу з фізичного виховання для кожного суб'єкта діяльності та вільному виборі його позиції; удосконалення змісту навчальних занять з фізичного виховання; залучення студентської молоді до професійно-прикладної фізичної підготовки; підвищення педагогічної майстерності викладачів фізичного виховання); розробив модель прилучення студентської молоді до цінностей фізичної культури та визначив критерії (знання щодо цінностей фізичної культури і ставлення до них; бажання пізнати та оволодіти ними з подальшим застосуванням в повсякденному житті тощо) та рівні (високий, середній, низький) прилучення студентів до цінностей фізичної культури.

**Дискусія.** О. Ю. Марченко зауважує, що система цінностей фізичної культури залишається для більшості студентів на абстрактному особистісному рівні, а динаміка ціннісних орієнтацій значної частини молоді характеризується зсувом в сторону матеріальних інтересів, послабленням серйозних культурних запитів, терпимістю до негативних соціальних явищ, зростанням авторитету фізичної сили, агресивності. Це свідчить про те, що «фізичне виховання» як навчальна дисципліна серед студентів закладів вищої освіти не користується популярністю, особливо це стосується студентів спеціальної медичної групи і тих, хто додатково не займається спортом [8; 7].

Ільченко А. І. вважає, що «Ціннісне ставлення особистості до своєї фізичної культури – це прояв самоствавлення, інтересу, зацікавленості, спрямованих на позитивне оцінювання цінностей фізичної культури, сутності набутих якостей, властивостей фізичної культури, які сприяють формуванню самосвідомості і мають позитивне значення для життєздатності особистості» [3]

**Висновки.** Учителі виступають в ролі безпосередніх організаторів і вихователів, і саме вони в процесі життя і діяльності підводять учнів до розуміння норм, переконань, уявлень

про здоровий спосіб життя. Цілеспрямований і систематичний вплив на свідомість школярів формує в них якості ЗСЖ відповідно до ідеалів і принципів. Професійно-педагогічні цінності вчителя значною мірою стають життєвими цінностями школярів.

Одним із важливих завдань закладів вищої освіти є формування активності майбутнього вчителя до фізкультурної діяльності, яка зумовлює прояв ініціативності, цілеспрямованості, рішучості, є важливим засобом поліпшення фізичного, психічного здоров'я й, у той же час, одним з показників ефективності процесу професійної підготовки, оскільки становлення вчителя до фізкультурної діяльності проектується на учнів, є прикладом для наслідування [12; 10; 16].

### Література

1. Безверхня Г. В., Гончар Г. І. Мотиви і інтереси студентів факультету фізичного виховання до занять спортом. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2012. № 1. С. 23–28.
2. Ильин Е. П. Мотивация и мотивы. Питер, 2002. 508 с.
3. Ільченко А. І. Ціннісне ставлення особистості до різних складових фізичної культури. *Теоретико-методичні проблеми виховання дітей та учнівської молоді*. 2011. С. 431–438.
4. Козак Є. П. Формування ціннісного ставлення до фізичної культури у студентів вищих педагогічних навчальних закладів : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук: 13.00.07. Київ, 2011. 24 с.
5. Крамаренко А. М. Професійно-педагогічні цінності майбутніх учителів початкової школи у контексті болонського процесу. *Теорія і практика підготовки майбутніх учителів до педагогічної дії* : Матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції з міжнародною участю, 20–21 травня. 2011. Житомир. ЖДУ ім. Івана Франка, 2011. 236 с.
6. Круцевич Т., Томенко О. Неспеціальна фізкультурна освіта учнівської молоді: концептуальні підходи до розгляду. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2009. № 3. С. 48–51.

В дослідженнях вчених відмічається, що в реальній педагогічній практиці у більшості вчительських кадрів ще не достатньо сформована особиста фізична культура, що проявляється байдужим, або взагалі негативним ставленням до різних форм занять фізичними вправами і спортом. В певній мірі це пов'язано із нерозумінням значення професійно-прикладної фізичної підготовки для студентів.

В педагогічних ЗВО підготовка вчителів здійснюється на денній і заочній формах навчання, тому виникає питання адекватності професійно-прикладної фізичної підготовки студентів майбутній професійній діяльності і засобів підвищення мотивації до самостійних занять фізичним вихованням.

### References

1. Bezverkhnia, H. V. & Honchar, H. I. (2012). *Motyvy i interesy studentiv fakultetu fizychnoho vykhovannia do zaniat sportom*. [Motives and interests of students of the Faculty of Physical Education to play sports]. *Sportyvnyi visnyk Prydniprov'ya – Sports Bulletin of the Dnieper*, 1, 23–28. [in Ukrainian]
2. Il'in, E. P. (2002). *Motivaciya i motivy* [Motivation and motives]. Piter. [in Russian]
3. Ilchenko, A. I. (2011). The value attitude of the individual to the various components of physical culture. [Values of the individual to the various components of physical culture]. *Teoretyko-metodychni problemy vykhovannia ditei ta uchnivskoi molodi – Theoretical and methodological problems of raising children and students*, Vol. 15, pp. 434. [in Ukrainian]
4. Kozak, Ye. P. (2011). *Formation of value attitude to physical culture in students of higher pedagogical institutions*. [Formation of a value attitude to physical culture in students of higher pedagogical educational institutions]. Extended abstract of candidate's thesis. Kiev : Kiev Institute of Educational Problems of National Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine. [in Ukrainian]
5. Kramarenko, A. M. (20–21 travnia 2011). *Profesiino-pedahohichni tsinnosti maibutnikh uchyteliv pochatkovoї shkoly*

7. Круцевич Т. Ю., Марченко О. Ю. Сформованість цінностей індивідуальної фізичної культури студентів різних відділень вузу. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2008. № 3–4. С. 103–106.
8. Марченко О. Ю. Формування ціннісних категорій особистої фізичної культури у студентської молоді : автореф. дис. на здобуття ступеня канд. наук з фіз. вих. і спорту: 24.00.02. Дніпропетровськ, 2010. 20 с.
9. Плачинда Т. С. Педагогічні умови стимулювання активності студентів вищих педагогічних навчальних закладів до фізкультурної діяльності : автореф. дис. на здобуття наук. ступ. канд. пед. наук: 13.00.04. Кіровоград, 2008. 30 с.
10. Товт В., Михайлович С. Мотиваційний компонент фізичного виховання студентської молоді. *Молода спортивна наука України*. 2002. Вип. 6. Т. 1. С. 406–409.
11. Федоренко Є. О. Формування мотивації до спеціально-організованої рухової активності старшокласників : автореф. дис. на здобуття наукового ступеня канд. наук з фізичного виховання і спорту. 24.00.02. Дніпропетровськ. 2012. 20 с.
12. Цибульська В. В. Формування мотивації до професійно-прикладної фізичної підготовки студентів педагогічних спеціальностей на різних формах навчання : монографія. Умань : ВПЦ «Візаві», 2016. 252 с.
13. Boichy J. C., Sarrazin, P. G., Grouzet, F. M., Pelletier, L. G. Students' motivational profile sin physical education and achievement outcomes: A self-determination the ory perspective. *Journal of Educational Psychology*. 2008. Vol. 100. P. 688–701.
14. Fyshev Yu. O., Lutsenko L., Shcherbak R. M. Assessment of Motivational Factors for Physical Training of Students. *Slobozhansky Scientific and Sports Bulletin*. 2012. № 3. P. 164–169.
15. Halyna Bezverkhnia, Tetiana Fedirchuk, Viktoria Tsybul'ska, Mykola Maievskiy, Tetiana Osadchenko, Serhii Ilchenko, Anna Hakman. Formation of motivation for professional and applied physical training in future elementary teachers. *Journal of Physical Education* u konteksti bolonskoho protsesu. [Professional and pedagogical values of future primary school teachers in the context of the Bologna process]. *Teoriia i praktyka pidhotovky maibutnikh uchyteliv do pedahohichnoi dii* – Theory and practice of preparing future teachers for pedagogical action : Materialy Vseukrainskoi naukovo-praktychnoi konferentsii z mizhnarodnoiu uchastiu. Zhytomyr. ZhDU im. Ivana Franka. 236 s. [in Ukrainian]
6. Krutsevych, T. & Tomenko, O. (2009). Non-specific physical education of student youth: conceptual approaches to consideration. [Non-special physical education of student youth: conceptual approaches to consideration]. *Teoriia i metodyka fizychnoho vykhovannia i sportu – Theory and methods of physical education and sports*, 3, pp. 48–51. [in Ukrainian]
7. Krutsevych, T. & Marchenko, O. (2008). Formation of values of individual physical culture of students of different departments of the university. [Formation of values of individual physical culture of students of different departments of the university]. *Sportyvnyi visnyk Prydniprov'ia – Sports Bulletin of the Dnieper*, 3–4, pp. 103–106. [in Ukrainian]
8. Marchenko, O. Yu. (2010). *Formation of value categories of personal physical culture in student youth. [Formation of value categories of personal physical culture in student youth]*. Extended abstract of candidate's thesis. Dnipro : Dnipropetrovsk State Institute of Physical Culture and Sports. [in Ukrainian]
9. Plachynda, T. S. (2008). *Pedagogical conditions of stimulation of activity of students of higher pedagogical educational institutions to physical culture activity. [Pedagogical conditions of stimulating the activity of students of higher pedagogical educational institutions to physical culture activities]*. Extended abstract of candidate's thesis. Kirovohrad. [in Ukrainian]
10. Tovt, V. & Mykhailovych, S. (2002). Motivational component of physical education of student youth. [Motivational component of physical education of student youth]. *Moloda sportyvna nauka Ukrainy – Young sports science of Ukraine*, 6, 1, pp. 406–409. [in Ukrainian]

*and Sport*. 2019. Vol. 19 (Supplement issue 2), Art 45, P. 299–304 (DOI: 10.7752/jpes.2019.s2045).

16. Ingledew D., Markland D. The role of motives in exercise participation. *Psychology and Health*. 2008. P. 807–828.

17. Moskalenko N. V., Sychova T. V. Motivational Priorities of Students in Physical Education and Sports. *Sports Bulletin of the Dnieper Region*. 2012. № 2. P. 10–14.

11. Fedorenko, Ye. O. (2012). *Formation of motivation for specially organized motor activity of high school students. [Formation of motivation for specially organized motor activity of high school students]*. Extended abstract of candidate's thesis. Dnipropetrovsk : Dnipropetrovsk State Institute of Physical Culture and Sports. [in Ukrainian]

12. Tsybul'ska, V. V. (2016). *Formuvannia motyvatsii do profesiino-prykladnoi fizychnoi pidhotovky studentiv pedahohichnykh spetsialnostei na riznykh formakh navchannia [Formation of motivation for professional and applied physical training of students of pedagogical specialties in various forms of education]*. Uman : VPTs «Vizavi». [in Ukrainian]

13. Boichy, J. C., Sarrazin, P. G., Grouzet, F. M. & Pelletier, L. G. (2008). Students' motivational profile sin physical education and achievement outcomes: A self-determination the oryperspective. *Journal of Educational Psychology*, 100, pp. 688–701.

14. Fyshev, Yu. O., Lutsenko, L. & Shcherbak, R. M. (2012). Assessment of Motivational Factors for Physical Training of Students. *Slobozhansky Scientific and Sports Bulletin*, 3, pp. 164–169.

15. Bezverkhnia, H., Fedirchuk, T., Tsybul'ska, V., Maievskyi, M., Osadchenko, T., Ilchenko, S. & Hakman, A. (2019). Formation of motivation for professional and applied physical training in future elementary teachers. *Journal of Physical Education and Sport*, 19, pp. 299–304. doi: 10.7752/jpes.2019.s2045

16. Ingledew, D. K. & Markland, D. (2008). The role of motives in exercise participation. *Psychology and Health*, 23 (7): 807–828.

17. Moskalenko, N. V. & Sychova, T. V. (2012). Motivational Priorities of Students in Physical Education and Sports. *Sports Bulletin of the Dnieper Region*, 2, pp. 10–14.