

УДК 796.011.3:37:378.4

## ФОРМУВАННЯ МОТИВАЦІЙНО-ЦІЛЬОВОГО БЛОКУ МЕТОДИЧНОЇ СИСТЕМИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ-АГРАРІЇВ

Грибан Г.П., к. пед. н., доцент

*Житомирський національний агроекологічний університет*

У статті розкриваються аспекти формування мотиваційно-ціннісного ставлення студентів до фізичного виховання, засобів фізичної культури та спорту і здорового способу життя. Основу мотиваційно-цільового блоку методичної системи фізичного виховання студентів складає формування позитивного ставлення до фізичного виховання, сформована потреба в цінностях фізичної культури, потреба в здоровому способі життя та набуття фізкультурно-оздоровчої компетентності для подальшої життєдіяльності.

*Ключові слова: фізичне виховання, методична система, студент, мотиваційно-цільовий блок.*

Грибан Г.П. ФОРМИРОВАНИЕ МОТИВАЦИОННО-ЦЕЛЕВОГО БЛОКА МЕТОДИЧЕСКОЙ СИСТЕМЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ-АГРАРИЕВ / Житомирский национальный агроэкологический университет, Украина.

В статье раскрываются аспекты формирования мотивационно-ценностного отношения студентов к физическому воспитанию, средствам физической культуры и спорта и здорового способа жизни. Основу мотивационно-целевого блока методической системы физического воспитания студентов составляет формирование позитивного отношения к физическому воспитанию, сформирована потребность к ценностям физической культуры, потребность в здоровом способе жизни и приобретение физкультурно-оздоровительной компетентности для дальнейшей жизнедеятельности.

*Ключевые слова: физическое воспитание, методическая система, студент, мотивационно-целевой блок.*

Gryban G.P. FORMATION OF MOTIVATIONAL AND PURPOSEFUL UNIT IN THE METHODOICAL SYSTEM OF PHYSICAL EDUCATION OF AGRICULTURAL STUDENTS / Zhytomyr National University of Agriculture and Ecology, Ukraine.

In this article, the aspects of formation of motivational value attitude by students towards physical education, mass physical culture and sports and healthy lifestyle are explicated. Forming a positive attitude towards physical education, a formed need for values of physical culture, need for a healthy lifestyle and acquiring sports and recreational competence for future life form the basis of the motivational and purposeful unit in the methodical system of physical education of students.

*Key words: Physical education, Methodical system, Students, Motivational and Purposeful Unit.*

Пріоритетним завданням системи фізичного виховання студентів-аграріїв у світлі рекомендацій Національної доктрини розвитку освіти в Україні та в низці державних документів означено формування відповідального ставлення молоді до власного здоров'я як до найвищої індивідуальної та суспільної цінності. Вирішення поставлених завдань вимагає модернізації методичної системи фізичного виховання студентів, яка має забезпечити досягнення основної мети фізичного виховання – задоволення потреб студентів аграрних університетів і суспільства в цілому у формуванні всебічно духовно і фізично розвиненої особистості, сприяння підвищенню рівня її життєдіяльності та сформованості високої фізкультурно-оздоровчої компетентності.

Науково обґрунтувавши теоретичні основи формування методичної системи фізичного виховання студентів аграрних університетів, виявивши рівні її функціонування, у структуру авторської моделі були введені мотиваційно-цільовий, організаційно-змістовий, процесуально-діяльнісний і діагностичний блоки [1, с. 183–187; 2, с. 36]. Мотиваційно-цільовий блок моделі методичної системи фізичного виховання студентів-аграріїв є системоутворюючим, який визначає функції всіх інших компонентів системи і включає в себе мету та ієрархію завдань, функції, структуру фізичної підготовки, систему вмінь, основним із яких є сприяння підготовці гармонійно розвинених висококваліфікованих фахівців для аграрного сектора, за рахунок формування в студентів мотивації свідомого ставлення до навчального процесу з фізичного виховання та його засобів.

До змісту мотиваційно-цільового блоку входять: активне позитивне емоційне ставлення до фізичної культури, сформована потреба в ній, система знань, інтересів, мотивів і переконань, направлених на оволодіння цінностями фізичної культури; усвідомлення студентом цінності рухової активності, систематичних занять фізичними вправами; потреба в здоровому способі життя і залучення до цього інших; спрямованість на створення умов для подальшого особистісного фізичного розвитку, підтримання високої працездатності та сприяння задоволенню цих потреб іншими в майбутній своїй професійній діяльності; усвідомлення практичної значущості інновацій в оздоровчій фізичній культурі та створення умов для їх реалізації; спрямованість на опанування цікавих фізкультурно-оздоровчих технологій та намагання впровадити їх під час професійної діяльності [1, с. 246].

Ряд фахівців (В.Б. Базильчук, Г.П. Грибан, В.І. Завацький, Г.Є. Іванова, С.М. Канішевський, Р.З. Поташинок, Р.Т. Раєвський, В.В. Романенко, С.А. Савчук та ін.) стверджує, що в більшій частині студентів не сформована потреба піклуватися про власне здоров'я. Такі студенти покладаються на свою молодість, діяльність лікувальних закладів, авторитет і професіоналізм лікарів, а такими ефективними й економічно вигідними засобами оздоровлення, як фізична культура і спорт, нехтують.

Важливою умовою реалізації виховного потенціалу фізичного виховання є правильна постановка мети [3]. З постановки мети безпосередньо починається діяльність студента, звідси остання і називається цілеспрямованою і доцільною. У практиці фізичного виховання студентів ще немало фактів спотвореного визначення викладачами педагогічної мети [4]. Мета педагогічної діяльності фіксується іноді в таких формулюваннях, як «зміцнити здоров'я», «підвищити спортивно-технічну підготовленість», «виконати вимоги програми», «скласти тести з фізичної підготовки» тощо. Подібні факти свідчать про суттєву деформацію педагогічної діяльності, у якій особистість студента, по суті, залишається за полем зору, а соціальна корисність мети виявляється значно обмеженою.

У дослідженнях І.П. Підласого і Ю.К. Бабанського [5] розкрито, що найбільш значущим чинником у системі освіти виявилася мотивація навчання (коефіцієнт впливу 0,92), на другому місці – потреба в навчанні (коефіцієнт 0,91), на третьому – вміння навчатися (коефіцієнт 0,9). Мотив – це досить складне утворення, яке поєднує різні види спонукань: потреби, прагнення, цілі, інтереси, установки, ідеали. Тому цей компонент містить певну кількість показників, що характеризують і розширюють уявлення студента про фізичне виховання.

Під мотивацією можна розуміти «процес спонукання людини або групи людей до конкретних форм діяльності чи поведінки для досягнення накреслених цілей» [6, с. 219]. Поняття «мотивація» у фізкультурно-оздоровчій діяльності можна розглянути як усвідомлену причину активності людини, спрямовану на досягнення різних цілей шляхом залучення до систематичних занять фізичним вихованням та спортом. А.К. Маркова зазначає, що «мотив можна вважати внутрішнім, якщо людина одержує задоволення безпосередньо від самої поведінки, від самої діяльності» [7, с. 166]. При цьому зрозуміло, що в основі фізкультурно-оздоровчої активності лежить діяльнісний підхід, під внутрішньою мотивацією можна розглядати розвиток фізкультурно-оздоровчої діяльності з позиції її внутрішньої регуляції. Центром цього процесу є ціннісно-мотиваційна сфера, де цінності є джерелом активності особистості, а внутрішні мотиви – це утворення, що виникають унаслідок взаємодії особистісних цінностей і параметрів навчальної ситуації.

Мотивація і вибір способів досягнення мети визначаються певною мірою природними задатками людини, соціальними умовами і, головним чином, вихованням [8, с. 36]. Тому для досягнення мети фізичного виховання необхідно озброїти студента цілим арсеналом мотивів та інтересів до засобів фізичного виховання, розвинути потребу у руховій активності, створити для цього сприятливі умови. При цьому мета фізичного виховання є вихідним компонентом, який обумовлює функціонування педагогічного процесу у ВНЗ у рамках педагогічної системи. Від вірного формулювання мети фізичного виховання залежить результативність навчального процесу. Під результативністю в цьому випадку слід розглядати ступінь досягнення студентом соціально значущих дидактичних цілей, трансформованих у систему критеріїв, які відповідають специфіці навчальних занять з фізичного виховання. Тому можна констатувати, що мета фізичного виховання є одним із елементів мотивації й активізації майбутнього спеціаліста-аграрія до життєздатності та професійної діяльності.

**Мета статті** полягає в розкритті особливостей формування змісту мотиваційно-цільового блоку методичної системи фізичного виховання. Завдання дослідження направлені на виявлення фізкультурно-оздоровчої компетентності студентів та мотивації до їх до фізичного виховання та здорового способу життя.

Експериментальне дослідження навчального процесу з фізичного виховання в аграрних вищих навчальних закладах України показало, що найближчі поодинокі цілі, через їх безпосередній зв'язок з потребами сьогодення, мають тенденцію закривати собою і навіть підмінювати цілі перспективні і фундаментальні – вищі. Коли увага викладачів зосереджується на таких кінцевих результатах фізичного виховання, як кількість студентів, які склали нормативи програми, виконали тести з фізичної підготовки

або спортивні розряди тощо, то пропускається головне – процес досягнення цих результатів, духовний розвиток особистості студента. Тому студенти ставляться до фізичного виховання як до предмета, з якого необхідно отримати залік. Вони основну свою увагу концентрують на бездумному виконанні контрольних нормативів, залікових вправ і тестів з оцінки фізичної підготовленості, розраховуючи на успішне складання заліку у період сесії. Частина добре фізично підготовлених студентів (46,1–73,6 %) спроможна виконати необхідний ліміт, інша (8,9–42,1 %) з великими зусиллями досягає межі, решті (11,8–24,3 %) ця межа недосяжна [9, с. 83].

Багато років існує односторонній «фізіологічний» підхід у вирішенні завдань з фізичного виховання студентів-аграріїв. Як правило, цей підхід зберігся до сьогодні, а в багатьох ВНЗ є пріоритетним і нині. Викладачі кафедр фізичного виховання виокремили свою сферу діяльності як реальність і зосередили всю увагу на вихованні фізичних якостей, формуванні моторних умінь і навичок. Беручи під контроль лише біологічний субстрат студента, його організм, вони настільки відділили біологічне від духовного, що особистість студента залишилася за полем їхнього зору. Все, що стосується думок, почуттів, ціннісних орієнтацій, потреб, інтересів тощо, що складає зміст спрямованості особистості студента, як правило, викладачами фізичного виховання не враховується. В кінцевому підсумку фізкультурно-спортивна активність значної частини студентів перебуває на дуже низькому рівні. Це призводить до того, що студенти не вміють самостійно займатися фізичними вправами, не володіють організаторськими здібностями, не можуть надати методичні поради іншим. Отримані дані протягом 1990–2010 років показали низьку фізкультурно-оздоровчу компетентність, оскільки серед студентів аграрних ВНЗ самостійно вміли займатися фізичними вправами і окремими видами спорту: в 1990 році – 41,0 %, у 2000 році – 21,4 %, у 2007 році – 32,8 %, у 2010 році – 38,7 %, а у решти ці знання і вміння були недостатніми або взагалі відсутні. Низький рівень розвитку організаторських здібностей підтверджується тим, що лише 15,9 % студентів в 1990 році вміли організувати спортивно-масові і фізкультурно-оздоровчі заходи, у 2000 році ця кількість знизилася до 4,8 %, у 2007 році зросла до 13,7 %, у 2010 році – 14,2 %, решта не володіла такими знаннями і вміннями і ніколи не займалася цією діяльністю (табл. 1).

Таблиця 1 – Оцінка фізкультурно-оздоровчої компетентності студентів старших курсів щодо самостійного фізичного вдосконалення (у %)

Показники	Рік дослідження			
	1990	2000	2007	2010
Достатні вміння і навички	41,0	21,4	32,8	38,7
Посередні вміння і навички	46,9	32,7	38,6	42,6
Достатні організаторські навички	15,9	4,8	13,7	14,2
Посередні організаторські навички	51,5	18,6	43,2	47,3

Однією із важливих вимог до формулювання мети є її повнота та чітке орієнтування студента на потребу у певних знаннях, уміннях, навиках, у певному рівні фізичної підготовленості та працездатності тощо. У навчальному процесі з фізичного виховання мета має ставитися на період навчання та перспективу до майбутньої професійної діяльності. Не менш важливою вимогою до формулювання мети фізичного виховання виступає діагностичність, тобто можливість оцінити її досягнення в певні моменти навчального процесу, життєдіяльності, в різні вікові періоди об'єктивними педагогічними критеріями.

Вивчення структури мотивів, потреб та інтересів студентів до занять з фізичного виховання є вихідними позитивними показниками, які суттєво впливають на рухову активність особистості студента. У процесі занять фізичними вправами одна і та ж потреба може мати різні способи задоволення [10]. У понятті інтересу відображається насамперед найбільш доцільний для студента спосіб задоволення своїх потреб. Поняття інтересу немовби розвиває поняття потреби у напрямку здійснення задоволення певної потреби. Інтерес до занять фізичними вправами, на відміну від потреби, фіксує спрямованість діяльності особистості студента до пошуку і пізнання певного кола явищ, які існують у сфері фізичної культури та спорту.

Фізкультурно-оздоровча та спортивна спрямованість особистості все ж не може бути визначена лише на основі врахування її потреб та інтересів. Дуже важливо знати і враховувати ціннісні орієнтації особистості студента. Одні і ті ж потреби та інтереси, що набули статусу мотивів діяльності, можуть реалізовуватись особистістю заради досягнення різних цінностей. Визначивши основні мотиви, які спонукають студентів до занять фізичними вправами та спортом, можна експериментально оцінити їх рейтингову значущість у загальній ієрархії. Домінуючими мотивами є: покращання стану здоров'я, розвиток фізичних якостей, удосконалення будови тіла та позбавлення недоліків статури. Дослідження також показують, що існує різниця між значущістю мотивів у чоловіків і жінок. Так, якщо в чоловіків досягнення спортивних результатів посідає четверте рангове місце, то в жінок – десяте; бажання бути привабливим і подобатися іншим займає в чоловіків дев'яте місце, а в жінок – шосте; бажання схуднути – десяте і п'яте, відповідно (табл. 2).

Таблиця 2 – Мотиви, що спонукають студентів до занять фізичними вправами та спортом (рангове місце, n = 648)

Мотиви	Стать	Рік навчання				Загальне місце
		I	II	III	IV	
Покращання стану здоров'я	чол.	2	2	2	1	1
	жін.	1	1	1	1	1
Розвиток фізичних якостей	чол.	1	1	1	2	2
	жін.	3	3	3	3	3
Удосконалення будови тіла та позбавлення недоліків	чол.	3	4	6	5	3
	жін.	2	2	2	2	2
Досягнення нових спортивних результатів	чол.	5	3	7	8	4
	жін.	8	7	8	10	10
Бажання набути нові знання, уміння та навички	чол.	4	6	4	6	5
	жін.	9	8	9	9	9
Одержання задоволення від занять	чол.	6	5	3	3	6
	жін.	10	10	5	7	8
Самоствердження	чол.	7	8	5	7	7
	жін.	5	9	7	8	7
Відпочинок від розумової праці	чол.	8	9	8	4	8
	жін.	4	4	4	6	4
Бажання бути привабливим і подобатися іншим	чол.	9	7	9	9	9
	жін.	6	6	10	5	6
Бажання схуднути	чол.	10	10	10	10	10
	жін.	7	5	6	4	5

У кожного студента фізкультурно-оздоровча діяльність формує домінуючі потреби, інтереси, цінності, орієнтації. Наявність таких домінант не тільки спонукає студентів до активних занять фізичними вправами і спортом, але й формує їх спрямованість, внутрішньо духовно збагачує та активізує їхню рухову активність. На розвиток мотивації та активізацію рухової активності студентів суттєво впливає *фізкультурно-оздоровча спрямованість* навчального процесу, яка становить систему органічно поєднаних та притаманних особистості потреб, інтересів, цінностей, що визначають головні напрями та мотиви поведінки студентів у процесі навчальних занять з фізичного виховання.

Досить важливим чинником для підвищення рухової активності студентів є ступінь та якість *опанування теоретичних знань та культурних цінностей у галузі фізичної культури та спорту*. Наявність певної суми теоретичних знань з анатомії і фізіології, гігієни і біохімії, психології і педагогіки, теорії і методики фізичного виховання, валеології є одним з головних показників, що характеризує ступінь соціалізації студента, його зрілість як особистості. Без знань свого організму, його функціональних можливостей, фізичного розвитку і підготовленості студент не може бути зрілою особистістю. Від ціннісних орієнтацій студента залежить його цілеспрямованість, життєва активність або, навпаки, пасивність. Розвинута система ціннісних орієнтацій у студентів спонукає їх до оздоровчих дій, дотримання здорового способу життя і підвищує їх соціальну активність.

Проведений аналіз дозволив встановити, що серед великої кількості ціннісних орієнтацій для студентів статус найвищої бажаності надається цінності власного здоров'я, яке займає домінуючу позицію. Отримані дані дають вагомий підстави стверджувати, що «домінантним ядром» у структурі життєвих цінностей студентів є: власне здоров'я, здоров'я своїх батьків, кохання, сім'я і діти, матеріальний достаток, навчання (кар'єра), тобто ті, що посіли рангові місця 1-ше–5-те. У той же час інші компоненти ціннісної системи, такі як визнання з боку інших (слава), охорона довкілля та мистецтво – займають другорядні місця, тобто останні: 15–17-те. Серед тих цінностей, що посіли низькі рангові місця, виявилися дисциплінованість, чесність, порядність (чоловіки – 10, жінки – 8), незалежність (10-те і 12-те відповідно), віра у Бога і духовність (13, 12-те), душевний спокій (15 і 11-те). Цікаво зазначити, що така провідна для студентської молоді діяльність, як фізична культура і спорт, отримала лише 9-те місце в чоловіків і 14-те місце в жінок (табл. 3).

Система ціннісних орієнтацій студентської молоді не є сталою, незмінною. Особистість живе і формується в умовах певного соціального середовища, умовах життя, системи освіти і виховання; змінюється від курсу до курсу система цінностей, з'являються нові цінності, відбувається переосмислення та переоцінка старих. Вносять свої корективи в ієрархію життєвих цінностей особистості студента стан його здоров'я, рівень фізичного розвитку і фізичної підготовленості, тобто належність студента до певного навчального відділення.

Впродовж багатьох десятиліть студентська молодь була завжди зразком найбільш здорових соціальних прошарків населення, але в останні роки індекс здоров'я (0,68–0,75) знизився, порівняно з іншими

віковими та професійними групами населення України. Значну роль у цьому відіграють соціально-економічні фактори, екологічні проблеми, відсутність у студентства пріоритету здоров'я та мотивації щодо здорового способу життя як основного чинника формування, збереження, зміцнення та відновлення здоров'я.

Таблиця 3 – Ієрархія життєвих цінностей студентів-аграріїв (рангове місце, n = 648)

Життєві цінності	Стать	Рік навчання				Загальне місце
		I	II	III	IV	
Здоров'я	чол.	1	1	1	1	1
	жін.	1	1	1	1	1
Здоров'я батьків	чол.	3	3	3	2	3
	жін.	2	2	2	3	2
Кохання, сім'я, діти	чол.	2	2	4	3	2
	жін.	3	3	3	2	3
Матеріальний достаток	чол.	4	4	2	4	4
	жін.	5	4	5	4	4
Навчання (кар'єра)	чол.	5	5	7	6	5
	жін.	4	5	4	5	5
Упевненість у собі	чол.	11	11	5	5	7
	жін.	8	6	6	9	6
Працездатність	чол.	6	7	10	11	6
	жін.	11	11	10	7	9
Інтелектуальний розвиток, ерудиція	чол.	9	8	6	8	8
	жін.	6	7	7	6	7
Дисциплінованість, чесність, порядність	чол.	12	9	14	12	10
	жін.	7	10	8	8	8
Фізична культура і спорт	чол.	8	6	11	13	9
	жін.	10	14	14	15	14
Незалежність	чол.	16	12	8	9	12
	жін.	9	9	12	11	10
Товариші	чол.	13	10	13	10	11
	жін.	14	12	11	13	13
Віра в Бога і духовність	чол.	7	14	15	16	13
	жін.	12	13	13	12	12
Душевний спокій	чол.	14–15	13	12	7	15
	жін.	13	8	9	10	11
Визнання з боку інших (слава)	чол.	10	16	9	14	14
	жін.	15	15	15	14	15
Охорона довкілля	чол.	14–15	15	16	17	16
	жін.	17	16	16	17	16
Мистецтво	чол.	17	17	17	15	17
	жін.	16	17	17	16	17

Досить важливим чинником формування мотиваційно-ціннісного ставлення студентської молоді до здорового способу життя є залучення до активних занять спортом. У сфері спорту діють екстремальні режими виявлення фізичного і психічного потенціалу особистості. Спорт є органічною складовою цілісної соціально-педагогічної і виховної системи ВНЗ, одним із дієвих засобів виховання студентської молоді.

Проведені дослідження дозволяють стверджувати, що основна частина студентів залучається до спорту не заради досягнення високих спортивних результатів, участі і перемог на змаганнях, а для задоволення своїх особистих потреб. Дослідження показали, що пріоритетними засобами фізичної культури та спорту, якими бажають займатися студенти, є: заняття на тренажерах, туризм, шейпінг, купання і плавання у водоймах, лижні прогулянки, катання на ковзанах, східні единоборства, теніс, ритмічна гімнастика та інші види рухової активності (1, с. 449–452). Більшість студентів не бажає займатися легкою атлетикою, лижними перегонами, важкою атлетикою та іншими видами, де від них вимагається досягнення високих спортивних результатів.

Слід зазначити, що студенти, які з достатньо високою активністю займаються фізичною культурою та спортом, виробляють у собі певний стереотип добового режиму, в них підвищується впевненість, спостерігається розвиток цілеспрямованості, високий життєвий тонус. Вони більш комунікабельні, мають нахил до товаришування, прагнуть до соціального визнання, не бояться труднощів. Це

підкреслює, що систематичні заняття фізичними вправами і спортом сприяють розвитку саме таких якостей, які потрібні для навчання у ВНЗ та у майбутній виробничій діяльності.

Розглядаючи особистість студента, йдучи шляхом його формування і виховання засобами фізичної культури та спорту, можна стверджувати, що цей процес поєднує стійкі об'єктивні та суб'єктивні соціальні якості, що виникають і розвиваються у процесі навчальної діяльності, а також під впливом соціального середовища. Тому для виховання фізично розвиненої та активної особистості студента необхідно формувати і розвивати такі складові: потреби, інтереси, мотиви особистої поведінки, знання, волю та духовну чуттєвість, культурні цінності суспільства, світогляд, віру, переконання, ідеали та інші регулятори поведінки та діяльності особистості. Слід визнати, що світоглядні, морально-правові, етико-психологічні та педагогічні аспекти даної проблеми тільки почали усвідомлюватись у практиці фізичного виховання та спорту, а розробка відповідних педагогічних технологій лише проектується.

Формування мотиваційно-цільового блоку методичної системи фізичного виховання потребує розробки програми психолого-педагогічних впливів на студентів, яка може функціонувати лише за умови цілісного підходу до фізичного виховання, що визначає: а) єдність духовного і фізичного виховання; б) єдність цілей і спрямованості навчальних і позанавчальних занять з фізичного виховання. У зв'язку з цим, на навчальних заняттях необхідно робити акцент на освітньо-виховну спрямованість фізичного виховання, тобто максимальну психолого-педагогічну направленість усіх використаних методів, на виховання і формування моральної, організаторсько-управлінської, фізкультурно-оздоровчої активності студентів. Для здійснення цієї мети слід застосовувати практику залучення студентів до спільного управління навчально-виховним процесом. При цьому необхідно виходити з того, що студенти спроможні самі вибирати вид фізкультурно-оздоровчих занять для розвитку й удосконалення як фізичних, так і психічних якостей, які відповідають їхнім нахилам, інтересам та вимогам майбутньої професійної діяльності.

Перспективи подальших досліджень спрямовані на впровадження навчальної програми з фізичного виховання, яка розроблена згідно з новою методичною системою фізичного виховання студентів-аграріїв.

## ЛІТЕРАТУРА

1. Грибан Г.П. Фізичне виховання студентів аграрних вищих навчальних закладів [монографія] / Г.П. Грибан. – Житомир: Вид-во Рута, 2012. – 514 с.
2. Грибан Г.П. Модернізація методичної системи фізичного виховання студентів аграрних університетів / Г.П. Грибан // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2012. – № 9. – С. 34–38.
3. Чубаров М.М. Условия совершенствования физического воспитания в вузах / М.М. Чубаров, Г.П. Грибан, И.Ф. Чернобаб // Информационно-методический вестник по физическому воспитанию студентов сельскохоз. вузов. – 1990. № 1. – С. 1–7.
4. Виленский М.Я. Цель и целеполагание в педагогической деятельности преподавателя физического воспитания высшей школы / М.Я. Виленский, А.П. Внуков // Теор. и практ. физич. культ. – 1986. – № 8. – С. 14–16.
5. Бабанский Ю.К. Оптимизация педагогического процесса (в вопросах и ответах) / Ю.К. Бабанский, М.М. Поташнюк. – К. : Радянська школа, 1984. – 220 с.
6. Методика навчання і наукових досліджень у вищій школі: навч. посіб. / [С.У. Гончаренко, П.М. Олійник, В.К. Федорченко та ін.]. – К. : Вища шк., 2003. – 324 с.
7. Маркова А.К. Формирование мотивации учения / А.К. Маркова. – Просвещение, 1990. – 192 с.
8. Теорія і методика фізичного виховання: Підручник для студ. вузів фіз. вихов. і спорту: В 2 т. / [за ред. Т.Ю. Круцевич]. – Т. 1. Загальні основи теорії і методики фізичного виховання. – К.: Олімпійська література, 2008. – 392 с.
9. Грибан Г.П. Теоретико-методологічні, соціальні та психолого-педагогічні аспекти духовного розвитку особистості студента в галузі фізичного виховання і спорту / Г.П. Грибан // Наук.-метод. розробки для студ., викл. кафедр фіз. вих. та тренерів. – Житомир: ДАЕУ. – 2008. – 124 с.
10. Грибан Г.П. Життєдіяльність та рухова активність студентів [монографія] / Г.П. Грибан. – Житомир: Вид-во Рута, 2009 – 594 с.