

ПРОСКУРНЯ Є. Є.
*старший викладач кафедри тактико-спеціальної
та спеціальної фізичної підготовки,
Одеський державний університет внутрішніх справ*

КОМ'ЯГА А. В.,
*старший викладач кафедри тактико-спеціальної
та спеціальної фізичної підготовки,
Одеський державний університет внутрішніх справ
(м. Одеса)*

ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ МОТИВАЦІЇ ДО ЗАНЯТЬ СПОРТОМ У ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ

Proskurnya E. E., Komiaha A. V. Peculiarities of the formation of motivation for sports among students

Keywords: motor activity, motivation, physical education, student of higher education.

Актуальність даної теми полягає в тому, що питання мотивації підлітків до занять фізичною культурою і спортом сьогодні є однією з найбільш соціально-педагогічних проблем. Система освіти потребує якісного й інноваційного підходу до потреб людини, формування стійких мотивацій до фізкультурно-спортивної діяльності як важливої складової частини здорового способу життя й позитивної соціальної поведінки. Проблема забезпечення позитивного впливу занять фізичною культурою та спортом сьогодні є, безсумнівно важливою через ускладнення процесу формування здорового способу життя, що, у свою чергу, спричиняє значне погіршення психічного і фізичного здоров'я, особливо молодих людей.

Проблематика стосується того аспекту, що внаслідок нинішнього дефіциту рухової активності, великого розумового і психічного навантаження процес зростання рівня працездатності та навчально-трудова діяльності здобувачів вищої освіти набуває неабиякого значення. Протягом останніх років у закладах вищої освіти спостерігається тенденція до зниження обсягу рухової активності здобувачів освіти, що негативно позначається на показниках їхнього фізичного стану. Саме тому формування мотивів до занять спортом є фундаментом ефективності професійної підготовки для здійснення практичної діяльності [1-2].

Рівень мотивації до занять знижується через багато причин. Наприклад: захворювання, робота, відпрацювання академічних заборгованостей із дисциплін, відсутність інтересу до занять спортом, лінь, незацікавленість у заняттях спортом у студентських групах, а також вплив соціальних та економічних чинників.

Мотиваційна сфера завжди складається з певних спонукань: ідеалів і ціннісних орієнтацій, потреб, мотивів, цілей та інтересів. Такі спонукання

виконують різну роль у загальній картині мотивації, на різних етапах вікового розвитку мають то більше, то менше значення, тому обізнаність щодо них допоможе викладачу диференційовано впливати на мотивацію студентів до фізичного самовдосконалення.

У масовому спорті, фізичній культурі в основі мотивації лежить прагнення до фізичних рухів та рухової активності. У спорті вищих досягнень мотивація пов'язана із психічним напруженням, яке викликається невідповідністю діяльності можливостям спортсменів, і спрямована на їх усунення. Однак порівняно з більшістю інших видів діяльності в спорті людина не прагне уникнути напруги, навіть навпаки, бачить у цьому позитивний бік змагальної боротьби. Ця особливість спорту як діяльності, метою якої є максимальний результат, здатна відігравати негативну роль. У прагненні до перемоги спортсмени часто намагаються ігнорувати природні ресурси організму, що призводить до серйозного ризику для здоров'я і життя.

Тому, серед причин для занять спортом варто виділити наступні:

– досягнення успіху, поліпшення особистих спортивних результатів. Цьому відповідає судження: «Я регулярно тренуюся, щоб підтримувати і підвищувати досягнуті результати, щоб домогтися поставленої переді мною мети»;

– прагнення до успіху команди, заради якої треба тренуватися, мати хороший контакт із партнерами, тренером. Цьому відповідає судження: «Моя спортивна команда повинна бути лідером. Я хочу зробити свій внесок у цю справу. Я не хочу підводити свого тренера і товаришів, це змушує мене більше тренуватися»;

– прагнення проявити себе, що виражається в тому, що заняття спортом і досягнення у цьому успіхів розглядаються і переживаються з погляду особистого престижу, поваги знайомих, глядачів. Цьому відповідає судження: «Я займаюся спортом, оскільки добиваюся успіхів. Мої товариші по школі і спортивній команді, як і глядачі, поважають мене за це. Під час змагань приємно бути в центрі уваги, підвищувати свій престиж».

Отже, варто звернути увагу на такі особливості мотивації: досягнення успіху в спорті, успішності та становлення в команді. Це зумовлено розвитком характеру, який відбувається незалежно від бажання спортсменів, у процесі постійних занять і змагань загартовується фізична, так і моральна витривалість.

Основними мотивами для здобувачів вищої освіти є такі: мотив підвищення престижу в спорті; соціально-моральний мотив та мотив спілкування; бажання слави та мотив соціального самоствердження.

Внаслідок студенти та курсанти усвідомлюють себе як особистість, як учасника змагань, спортсмена в повному розумінні цього слова. Усвідомлення виражається і в тому, що студенти пізнають і освоюють нові види спорту, специфіку спілкування з іншими студентами, вчитися працювати в команді і досягати індивідуальних результатів.

Список використаних джерел:

1. Скрипченко І. Т., Маркечко К. А., Осняч М. С. Мотиваційні пріоритети до занять фізичною культурою правоохоронців у ЗВО в умовах дистанційного навчання. *Сучасні тенденції та перспективи розвитку фізичної підготовки та спорту Збройних Сил України, правоохоронних органів, рятувальних та інших спеціальних служб на шляху євроатлантичної інтеграції України: тези V Міжнародної науково-практичної конференції* (Київ, 25 листопада 2021р.) Національний університет оборони України імені Івана Черняхівського. Київ: НУОУ, 2021. С. 132-135.
2. Татарченко Л. І., Присяжна М. К., Лашко Є. Л. Формування мотивації студентів до занять фізичною культурою та спортом. *Вісник Луганського національного університету імені Тараса Шевченка. Педагогічні науки*. 2021. № 2 (340). Ч. 2. С. 83-91.

КОЛОМІЄЦЬ Ю.,
*старший викладач кафедри тактико-спеціальної
та спеціальної фізичної підготовки,
Одеський державний університет внутрішніх справ*
КАРАПЕТ'ЯНЦ С.,
*викладач кафедри тактико-спеціальної
та спеціальної фізичної підготовки,
Одеський державний університет внутрішніх справ
(м. Одеса)*

ІНДИВІДУАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ В СИСТЕМІ СПОРТИВНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

Kolomiets Yurii, Karapetians Sviatoslav. Individual and Psychological Features in the System of Sports Activities

Keywords: psychological features in the system of sports activities, sports activities, personal qualities, individual features of sports activities.

Актуальність даної теми полягає в тому, що на сьогоднішній день у зв'язку з веденням воєнного стану на території України, виникає потреба у розгляді психологічних особливостей саме у спортивній діяльності. Наприклад під час підготовки спортсменів до змагань чи звичайних тренувань у залі, необхідно враховувати і індивідуально-психологічні аспекти, так як в тих умовах, що виникають сьогодні перед нами є загроза психологічного та емоційного вигорання. Таким чином, при зіставленні індивідуальних показників видатних спортсменів з модельними характеристиками частіше зустрічаємося з ситуацією, коли спортсмен має ряд засобів, які перевищують належні показники, а за окремими складовими майстерності дуже далекий від модельних величин. Тому, цілком очевидно, що існують видимі недоліки в підготовленості багатьох значних та у