

Враховуючи зазначене можемо зробити висновок, що результатом фізичної культури є фізична підготовленість і ступінь вдосконалення рухових навичок і умінь, високий рівень розвитку життєвих сил, спортивного розвитку, морального, естетичного, інтелектуального розвитку. Тобто фізична підготовленість відображається на психологічній готовності особистості до виконання завдань, видів діяльності, що вимагають як фізичного, так і психологічного навантаження.

Бібліографічні посилання:

1. Основи законодавства України про охорону здоров'я: Закон України від 19.11.1992 № 2801-ХІІ
2. Про фізичну культуру : Законом України від 24.12.1993 № 3808-ХІІ
3. Медико-педагогічний моніторинг, Презляга Г., Шпільчак А., «Заняття фізкультурою та здоров'я». К. вид. дім «Шкільний світ», 2006.- 111 с.
4. Книга учителя физической культуры. Под общ. ред. В.С. Каюрова. М., «Физкультура и спорт», 1973. –333 с.

Павлієнко Катерина Олександрівна
курсантка 3 курсу, навчальної групи ДР-843
Дніпропетровського державного
університету внутрішніх справ
Науковий керівник
Анісімов Дмитро Олексійович
Викладач
Дніпропетровський державний
Університет внутрішніх справ

**АКТУАЛЬНІ ПИТАННЯ ПІДВИЩЕННЯ МОТИВАЦІЇ ДО ЗАНЯТЬ З
СПЕЦІАЛЬНОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ СЕРЕД ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ
ОСВІТИ**

Актуальність обраної теми зумовлена стрімкими змінами в структурі та підходах до навчального процесу в закладах вищої освіти. Освіта та підходи до освітнього процесу в закладах вищої освіти в Україні зазнають різючих змін, як на законодавчому рівні, так і на рівні практичному. Перейняття досвіду інших країн, імплементація певних нормативних положень в національне законодавство, впровадження інноваційних підходів до навчального процесу — все це, безумовно, докорінно змінює систему вітчизняної освіти, формує принципово нові підходи, відповідно до сучасних вимог та реалій. Однак, питання підвищення мотивації до занять має свою актуальність в будь-який проміжок часу, оскільки прямо впливає на рівень засвоєння навчального матеріалу. Недостатньо мотивовані до занять зі спеціальної фізичної підготовки

студенти не зможуть в повній мірі виконати план робочої навчальної програми, перейняти необхідні навички з такої необхідної дисципліни.

Заняття зі спеціальної фізичної підготовки притаманні далеко не кожному закладу вищої освіти в Україні. Спеціальна фізична підготовка як навчальна дисципліна є характерною тільки для закладів вищої освіти зі специфічними умовами навчання. Згідно з положеннями статті 1 розділу першого Закону України «Про вищу освіту» вищим навчальним закладом зі специфічними умовами навчання є вищий навчальний заклад державної форми власності, який здійснює на певних рівнях вищої освіти підготовку курсантів (слухачів, студентів) для подальшої служби на посадах офіцерського (сержантського, старшинського) або начальницького (інспекторського) складу з метою задоволення потреб Збройних Сил України, інших військових формувань, центральних органів виконавчої влади із спеціальним статусом, Служби безпеки України, Служби зовнішньої розвідки України, головного органу у системі центральних органів виконавчої влади у формуванні та реалізації державної політики у сфері захисту прав і свобод людини та громадянина, власності, інтересів суспільства і держави від злочинних посягань, боротьби зі злочинністю[1].

Як важлива частини навчального процесу в закладах вищої освіти зі специфічними умовами навчання, викладання спеціальної фізичної підготовки ставить за мету забезпечення високого рівня всебічної фізичної підготовленості осіб, здатність ефективно виконувати оперативно-службові завдання, непохитно переносити нервово-психічні, психологічні та фізичні навантаження без зниження професійної працездатності, високий рівень оволодіння прийомами фізичного впливу та навичками самозахисту.

Сучасною психологією та педагогікою розвиток мотиваційної сфери розглядається як головний моменту процесі формування особистості. Це є дуже важливим при підготовці майбутніх професіоналів, оскільки у залежності від рівня розвитку мотиваційної сфери здійснюється і розвиток пізнавальних потреб та усїєї діяльності в цілому [2, с.512].

Мотивація є психічною адаптацією особистості. Вона залежить від ряду психологічних чинників. Чим більш значуща для студента будь-яка діяльність, тим краще його результативність[3, с.165].

Підвищення мотивації до занять зі спеціальної фізичної підготовки серед здобувачів вищої освіти багато в чому залежить від форм і змісту навчальних занять, використання популярних видів рухової активності. Викладач вищезазначеної дисципліни повинен проводити не тільки практичні заняття та тренування, але і лекційні, метою яких є доведення інформації користь вправ зі спеціальної фізичної підготовки, їх ефективність та необхідність у подальшому проходженні служби та повсякденному житті.

Одним із найбільш успішних напрямків розвитку мотиваційної складової під час навчального процесу є поступовий відхід від стандартних видів занять та вправ. Впровадження в початковий процес спеціальної фізичної підготовки в закладах вищої освіти елементів такої системи, як кросфіт є набагато

ефективнішим за звичайні тренування, оскільки в включають в себе максимальну функціональність та варіативність вправ, а її високоінтенсивність сприяє покращенню існуючих навичок. . Кросфіт є системною підготовкою, та являє собою неспеціалізоване високоінтенсивне тренування, що включає одночасне виконання вправ інтервальним тренуванням, аеробної витривалості, важкої атлетики, гирьового спорту, пліометрики, пауерліфтингу, гімнастики, тощо[4, с. 50-54].

Підсумовуючи усе вищезгадане, можна дійти до висновку про те, що підвищення мотивації до занять з спеціальної фізичної підготовки серед здобувачів вищої освіти може відбуватися лише за умови активного діалогу з викладачем, який би зміг наголосити на важливості та необхідності таких занять . За умови гарного зворотного зв'язку та взаємодії студентів та курсантів із викладачем, підвищенню мотивації буде також слугувати активне впровадження в навчальний процес елементів системи кросфіт, оскільки така форма занять має значну перевагу над традиційними, наприклад, з інтервальним (круговим) тренуванням. Ці переваги досягаються за рахунок різнонаправленості тренування за системою кросфіт, постійною зміною робочих станцій, положень та вправ, які виконуються за певний (лімітований) проміжок часу.

Бібліографічні посилання:

1. Закон України «Про вищу освіту». Редакція від 25.09.2020. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1556-18#Text>;
2. Ільїн Є. П.. Мотивація та мотиви. Переклад з російської мови, передмова та примітки Т. В. Тадеєвої. Тернопіль, 2013. 512 с.;
3. Соколюк О.В.. Мотивація студентів вищих навчальних закладів до занять фізичною культурою в умовах інформаційного суспільства. Тернопіль, 2012. 165 с.;
4. Завидівська Н. І., Полонець І.О. Шляхи оптимізації фізкультурно-спортивної діяльності студентів вищих навчальних закладів. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. праць. Луцьк, 2010. 50-54 с.