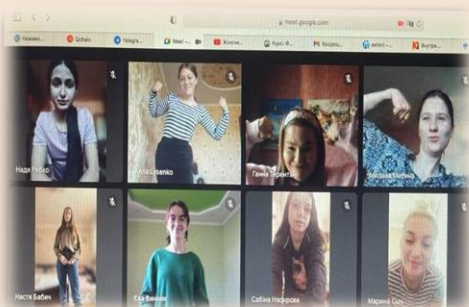


МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ХАРКІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ Г.С. СКОВОРОДИ

Фізична культура і спорт. Виклики сучасності

Збірка наукових статей



Харків 2023

<i>Олексій Ступницький</i>	<i>МОТИВАЦІЯ ДО ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНИМ ВИХОВАННЯМ ЗАСОБАМИ ВІЙСЬКОВО-ПРИКЛАДНИХ ВПРАВ</i>	<i>177</i>
<i>Лілія Шейко</i>	<i>ЕФЕКТИВНІСТЬ МЕТОДИКИ ВИКОРИСТАННЯ ЗАСОБІВ ПЛАВАННЯ В ПРОЦЕСІ ЗАНЯТЬ ОЗДОРОВЧИМ ПЛАВАННЯМ ЖІНОК ДРУГОГО ЗРІЛОГО ВІКУ</i>	<i>185</i>

© Ступницький О. 2023.

<https://doi.org/10.5281/zenodo.10253355>

МОТИВАЦІЯ ДО ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНИМ ВИХОВАННЯМ ЗАСОБАМИ ВІЙСЬКОВО-ПРИКЛАДНИХ ВПРАВ

Ступницький Олексій

Харківський національний педагогічний університет імені Г.С. Сковороди

Анотація: в роботі досліджується можливість мотивування учнів до занять фізичним вихованням засобами військово-прикладних вправ. Важливість даної теми полягає в тому, що останнім часом з'являється дуже багато відволікаючих факторів та в умовах дефіциту вільного часу люди можуть не знаходити в собі сили та бажання займатися спортом або фізичною культурою, як в свою чергу є значною складовою здоров'я як людини зокрема, так і нації в цілому, бо учні шкіл є потенційним, а дорослі люди - наявним трудовим резервом Держави, функціонування якої цілком залежить від цих резервів та їх здоров'я і здатності до праці.

Для підвищення зацікавленості людей до занять фізичним вихованням, в даній роботі пропонується застосовувати військово-прикладні вправи, так як вони несуть в собі уявлення про те, як людина зможе використати набуті вміння і навички в подальшому, а також сприяють підвищенню тих фізичних та морально-вольових якостей, які нині важко переоцінити.

Засобами і методами дослідження виступає теоретичний аналіз літературних джерел, що досліджують дану тему, а також відповідної законодавчої бази, що регулює дану діяльність.

Результатом даної роботи бачиться компіляція і систематизація знань, що стосуються теми фізичного виховання, мотивації в цілому та проблемі знаходження мотивів для занять фізичним вихованням, професійно-прикладної підготовки в цілому та військово-прикладної підготовки зокрема, а також її головного засобу - військово-прикладної вправи.

Ключові слова: мотивація, фізичне виховання, професійно-прикладна, військово-прикладна вправи.

MOTIVATION TO ENGAGE IN PHYSICAL EDUCATION BY MEANS OF MILITARY EXERCISES

Oleksiy Stupnytskyi.

Abstract: the paper examines the possibility of motivating students to engage in physical education by means of military exercises. The importance of this topic lies in the fact that recently there are a lot of distracting factors, and in conditions of a shortage of free time, people may not find the strength and desire to engage in sports or physical culture, which in turn is a significant component of human health in particular, as well as the nation as a whole, because school students are a potential, and adults are an available labor reserve of the State, the functioning of which depends entirely on these reserves and their health and ability to work.

In order to increase people's interest in physical education, this work proposes to use military exercises, as they contain an idea of how a person will be able to use the acquired

skills and abilities in the future, and also contribute to increasing those physical and moral-willed qualities that are difficult to overestimate today.

The means and methods of research are the theoretical analysis of literary sources investigating this topic, as well as the corresponding legislative framework that regulates this activity.

The result of this work is the compilation and systematization of knowledge related to the topic of physical education, motivation in general and the problem of finding motives for engaging in physical education, vocational training in general and military training in particular, as well as its main means - military training .

Key words: *motivation, physical education, professional- and military-applied exercises.*

Вступ. Мотивація є одним з основних аспектів будь-якої діяльності людини, чи кажемо ми про заняття фізичним вихованням, чи про що завгодно, тому дослідження шляхів і засобів формування мотивації до занять фізичним вихованням серед молоді виступає ключовою проблемою у педагогіці та фізичному вихованні. Її актуальність зумовлена необхідністю пробудження у студентської молоді прагнення до здорового способу життя, сприяння осмисленому вибору занять спортом не тільки як варіанту дозвілля, але й як здоров'язберігаючої діяльності [13, с. 62].

Щелкунов А., Лебедева А., Майборода С. в своїй праці «Форми підвищення потрібнісної мотивації рухової активності учнів до занять на основі різнорівневих варіантів фізичного виховання» вивчають питання підвищення мотивації учнів до занять та підвищення рухової активності на основі різнорівневих варіантів фізичного виховання. Згідно з дослідженням авторів, головною мотивацією до занять фізичною культурою і спортом для учнів старших класів є бажання покращити здоров'я, свій фізичний стан взагалі і набути добру фізичну форму [20, с. 26-31].

Актуальність даної теми полягає в тому, що учні та студенти є головним трудовим резервом нашої країни, вони є майбутніми працівниками критичних галузей, батьками, співробітниками, керівниками, військовими тощо. Тому не буде перебільшенням сказати, що їх здоров'я, дисципліна, здатність виконувати фізичну працю, або здатність підтримувати свій фізичний стан коли сидяча праця займає багато часу – це усе те, від чого в майбутньому залежить функціонування держави як такої. Усі ці функції лягають на таку сферу діяльності, як фізичне виховання населення.

Фізичне виховання - педагогічний процес спрямований на фізичний розвиток, функціональне удосконалення організму, навчання основним життєва - важливим руховим навичкам, вмінням і зв'язаних із ними знаннями для успішної наступної професійної діяльності [12, с. 1].

Фізичне виховання учнів — нерозривна складова частина вищої гуманітарної освіти, результат комплексного педагогічного впливу на особистість майбутнього фахівця у процесі формування його професійної компетенції. Труднощі, що пов'язані з даною навчальною діяльністю створюють своєрідний дидактичний бар'єр, який потрібно подолати. В зв'язку з цим у фізичному розвитку особистості дітей важливе значення має формування позитивних мотивів та цілей, оскільки вони становлять важливий компонент діяльності. Тому дослідження мотиваційної сфери особистості як фактора ефективності навчальної діяльності є одним з найбільш актуальних наукових завдань [14].

Мета роботи - дослідити можливості і засоби підвищення мотивації до розуміння фізичної культури та занять фізичним вихованням із застосуванням військово-прикладних вправ, проаналізувати формування зацікавленості учнів в навчанні в області фізичного виховання та виявлення способу мотивації їх до занять шляхом використання засобів військово-прикладної підготовки.

Методами дослідження є теоретичний аналіз літературних джерел, в яких автори досліджують мотивацію як аспект фізичного виховання, а також військово-прикладну підготовку, впровадження її засобів для підвищення зацікавленості учнів у заняттях фізичним вихованням, обговорення тез, поданих у цих літературних джерелах.

Результати дослідження. За Українським педагогічним словником Гончаренка Семена Устиновича «мотивація – система мотивів, або стимулів, яка спонукає людину до конкретних форм діяльності або поведінки» [3, с. 217]. Мотивація до фізичної активності – особливий стан особистості, спрямований на досягнення оптимального рівня фізичної підготовленості та працездатності. Формування усвідомленої мотивації до навчальних занять із фізичного виховання – одна з найважливіших проблем сучасного вищого навчального закладу [1, с. 2].

Фізичне виховання є невід'ємною складовою загальної системи освіти, має комплексний підхід до формування розумових і фізичних якостей особистості, удосконалення фізичної та психологічної підготовки

до активного життя і професійної діяльності на принципах індивідуального підходу, пріоритету оздоровчої спрямованості, широкого використання різноманітних засобів та форм фізичного удосконалення [19, с. 1].

Як предмет даної роботи буде розглянуто можливість застосування військово-прикладних фізичних вправ для підвищення мотивації учнів до вивчення основних знань щодо фізичної культури та безпосередньо занять фізичним вихованням.

Прикладні фізичні вправи – це вправи, які застосовуються в повсякденному житті, на виробництві, а також у воєнних умовах. Основу прикладних вправ становлять природні рухи: ходьба, біг, стрибки, метання, подолання перешкод, лазіння і перелізання, перенесення вантажу тощо. Вони є також добрим засобом для всебічної фізичної підготовки [2, с.3]. Військово-прикладні вміння класифікуються Інструкцією з фізичної підготовки в системі Міністерства оборони України, що була затверджена Наказом Міністра оборони Андрія Тарана №225 від 01.10.2021 р. «Про затвердження Інструкції з фізичної підготовки в системі Міністерства оборони України» [16], як: «спроможність військовослужбовців застосовувати сформовані навички для раціонального вирішення поставлених задач», а військово-прикладні рухові навички – це «доведені до автоматизму практичні дії військовослужбовців, що виконуються відповідно до поставлених завдань» [10, с.2]. Таким чином військово-прикладні вправи – це такі фізичні вправи, що направлені на розвиток військово-прикладних фізичних вмінь та навичок та тих загальних і спеціальних фізичних і рухових якостей, що відповідають їм, тобто пов'язані з можливістю виконання військових завдань людиною.

Для залучення людей до фізичної діяльності та покращення військово-прикладних здібностей військовослужбовців впроваджено відповідні військово-прикладні види спорту, що входять до Всеукраїнської єдиної спортивної класифікації окремим розділом, що має назву "Військово-спортивні багатоборства" - це спортивно-технічні і прикладні види спорту, створені наприкінці дев'яностих років в Україні. Входить до "Переліку видів спорту, що визнані в Україні" та не є олімпійськими видами спорту. Правила спортивних змагань з військово-спортивного багатоборства затверджені Інструкцією з організації фізичної підготовки в Національній гвардії України (Із змінами і доповненнями, внесеними

наказом Міністерства внутрішніх справ України від 22 липня 2019 року № 592, № 1067 від 13.10.2014 [15] та Положенням про організацію і проведення спортивних заходів у Міністерстві оборони України, Збройних Силах України та Державній спеціальній службі транспорту, затвердженою Наказом від 24 січня 2020 р. за № 74/34357 [11].

Подані документи та положення задають порядок проведення спортивних заходів, в яких беруть участь військовослужбовці та працівники Міністерства оборони України та Збройних Сил України на рівнях навчально-тренувальних зборів, державному, або міжнародному рівні, а також порядок їх матеріально-технічного забезпечення.

Заняття фізичним вихованням є дуже важливим аспектом як в житті кожного індивіда зокрема, так і для функціонування держави в цілому. Грамотна організоване фізичне виховання є одним із провідних чинників формування здоров'я людей та нації, поряд із застосуванням систем охорони здоров'я та безпеки.

За допомогою фізичних вправ й інших засобів фізичного виховання можна в певному діапазоні змінювати функціональний стан організму, що веде до прогресивних адаптаційних змін у ньому [12, с. 1].

На жаль, іноді навіть розуміння явних переваг від занять фізичними вправами та спортом не є достатнім мотивом до початку таких занять. Головними причинами недостатньої зацікавленості у фізичному вихованні та веденні активного способу життя є:

1. постійна нестача вільного часу, що спонукає до занять саме тією діяльністю, в користі для себе якій людина впевнена, що приводить нас до другої причини;
2. нерозуміння яким саме чином фізичне виховання допоможе людині зберегти здоров'я та як вона зможе використати набуті навички в майбутньому;
3. відсутність уявлення про те, з чого людині потрібно починати процес фізичного виховання так, щоб це було ефективно з погляду самовдосконалення та безпечно для здоров'я

Для подолання цих проблем створюються різноманітні програми професійно-прикладної фізичної підготовки, які мають під собою певну мету з розвитку саме необхідних для тієї чи іншої діяльності фізичних якостей, що відповідає для нас на питання «для чого мені це робити?».

«що я від цього отримаю?». Цілісно прописані професіональними тренерами та викладачами програми дають розуміння як увесь процес фізичного виховання буде виглядати, які зусилля людині до цього доведеться прикласти та які навички людина після цього отримає. Усе це дає нам змогу дозволити собі приділити дорогоцінний час на заняття з фізичного виховання.

Серед видів такої підготовки особливе місце посідає військово-прикладна фізична підготовка - фізична підготовка, що має на меті розвиток фізичних якостей, характерних для застосування при виконанні завдань військового характеру. Актуальність такої підготовки в наші дні складно переоцінити.

Комплекси військово-прикладних фізичних вправ широко застосовуються зокрема і для мотивації до занять загальним фізичним вихованням, і для патріотичного виховання дітей. В школах проводять заняття з предмету «Захист України». На сьогодні організація освітнього процесу на уроках з навчального предмета «Захист України» у закладах загальної середньої освіти у 2023/2024 навчальному році здійснюється відповідно до законів України «Про освіту» [6], «Про повну загальну середню освіту» [8], «Про військовий обов'язок і військову службу» [4], Закону України «Про національну безпеку України» [5], Стратегії воєнної безпеки України, затвердженої Указом Президента України від 25.03.2021 № 121/2021 [21], Стратегії національно-патріотичного виховання, затвердженої Указом Президента України від 18.05.2019 № 286/2019 [22], Державного стандарту базової і повної загальної середньої освіти, затвердженого постановою Кабінету Міністрів України від 23.11.2011 № 1392 [17], Положення про допризовну підготовку, затвердженого постановою Кабінету Міністрів України від 30.11.2000 № 1770 [18], Закону України «Про основи національного спротиву» № 1702-IX від 01.01.2022 зі змінами від 03.05.2022 [7] та інших нормативних документів. [9, с. 1]

Висновки. В даній роботі наведена спроба дослідити можливості і засоби підвищення зацікавленості до розуміння фізичної культури та занять фізичним вихованням із застосуванням військово-прикладних вправ, проаналізувати формування зацікавленості учнів в навчанні в області фізичного виховання та виявлення способу мотивації їх до занять шляхом використання засобів військово-прикладної підготовки.

Література:

1. Барсукова ТО, Антіпова ЖІ. Мотивація до фізичної активності – головний компонент успіху в фізкультурно-оздоровчій діяльності в закладах вищої освіти: стаття. Наукові записки Міжнародного гуманітарного університету. 2013:82-85.
2. Бубела ОЮ. Прикладна гімнастика в загальній системі фізичного виховання: Лекція. Львів: ЛДУФК. URL: <https://repository.ldufk.edu.ua/bitstream/34606048/7466/1/1.pdf>
3. Гончаренко С. Український педагогічний словник. Київ: Либідь. 1997. 217 с.
4. Закон України «Про військовий обов'язок і військову службу» (№ 2232-XII від 25 березня 1992 року). URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2232-12#Text/>
5. Закон України «Про національну безпеку України» (№ 2469-VIII від 21 червня 2018 року). URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2469-19#Text/>
6. Закон України «Про освіту» (№ 2145-VIII від 5 вересня 2017 року). URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2145-19#Text/>
7. Закон України «Про основи національного спротиву» (№ 1702-IX від 16 липня 2021 року). URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1702-20#Text/>
8. Закон України «Про повну загальну середню освіту» (№ 463-IX від 16 січня 2020 року). URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/463-20#Text/>
9. Інструктивно-методичні рекомендації щодо викладання навчальних предметів у закладах загальної середньої освіти у 2023/2024 навчальному році. Додаток 13: Захист України. 2023. С. 1
10. Інструкція з фізичної підготовки в системі Міністерства оборони України. Київ. (№ 225 від 5 серпня 2021). URL: https://www.mil.gov.ua/content/mou_orders/mou_2021/225_nm.pdf
11. Положення про організацію і проведення спортивних заходів у Міністерстві оборони України, Збройних Силах України та Державній спеціальній службі транспорту, затверджена Наказом (№ 592 від 24 січня 2020). URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0329-15>
12. Кравченко ЄМ. Роль фізичного виховання в процесі становлення і розвитку інноваційної особистості. Методичні рекомендації. 2020:1
13. Мирошніченко ВО. Провідні мотиви до занять фізичним вихованням у студентів аграрних закладів вищої освіти. Київ. Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах. 2019: 62

14. Михайлович ВВ. Мотивація учнів до рухової активності. 2020 (<https://naurok.com.ua/motivaciya-uchniv-do-ruhovov-aktivnosti-189489.html>)

15. Наказ Міністерства внутрішніх справ України «Про затвердження Інструкції з організації фізичної підготовки в Національній гвардії України» (Із змінами і доповненнями, внесеними наказом Міністерства внутрішніх справ України від 22 липня 2019 року № 592). (№ 1067 від 13 жовтня 2014). URL: <https://ips.ligazakon.net/document/RE26152/>

16. Наказ Міністерства оборони України «Про затвердження Інструкції з фізичної підготовки в системі Міністерства оборони України" (№ 225 від 05 серпня 2021 року). URL: https://www.mil.gov.ua/content/mou_orders/mou_2021/225_nm.pdf

17. Постанова Кабінету Міністрів України «Про затвердження Державного стандарту базової і повної загальної середньої освіти» (№ 1392 від 23 листопада 2011 року). URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1392-2011-%D0%BF#Text/>

18. Постанова Кабінету Міністрів України «Про затвердження положень про допризовну підготовку і про підготовку призовників з військово-технічних спеціальностей» (№ 1770 від 30 листопада 2000 року). URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1770-2000-%D0%BF#Text/>

19. Шутка ГІ, Домінюк ММ, Шутка ІР. Засоби професійно-прикладної фізичної підготовки здобувачів вищої освіти: збірник тез. Харків: Підготовка поліцейських в умовах реформування системи МВС України. 2019:1

20. Щелкунов А, Лебедева А, Майборода С. Форми підвищення потрібної мотивації рухової активності учнів до занять на основі різнорівневих варіантів фізичного виховання. Фізична реабілітація та рекреаційно-оздоровчі технології. 2019;2:26-31

21. Указ Президента України «Про Стратегію воєнної безпеки України» (№121/2021 від 25 березня 2021 року). URL: <https://www.president.gov.ua/documents/1212021-37661/>

22. Указ Президента України «Про Стратегію національно-патріотичного виховання» (№ 286/2019 від 18 травня 2019 року). URL: <https://www.president.gov.ua/documents/2862019-27025/>