

Галімський Володимир Олександрович – доцент кафедри спеціальної фізичної та домедичної підготовки факультету № 3 Донецького державного університету внутрішніх справ, кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент

ВИВЧЕННЯ МОТИВІВ, ІНТЕРЕСІВ І ПОТРЕБ СУЧАСНОЇ МОЛОДІ, ПОВ'ЯЗАНИХ ІЗ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ

Всебічний розвиток фізичних якостей має велике значення для особистості. Широка можливість їхнього перенесення на будь-яку рухову діяльність дозволяє використовувати їх у багатьох сферах людської діяльності – у різноманітних трудових процесах, у різних та часом незвичайних умовах середовища.

Здоров'я населення країни розглядається як найбільша цінність, як відправна умова для повноцінної діяльності та щасливого життя сучасної молоді. На базі міцного здоров'я та гарного розвитку фізіологічних систем організму може бути досягнутий високий рівень розвитку фізичних якостей: сили, швидкості, витривалості, спритності, гнучкості.

Педагог з фізичної культури та спорту в залежності від кваліфікації та віку навмисно створює на заняттях пізнавальні та проблемні ситуації різного ступеня складності. Внаслідок здійснення оздоровчих завдань фізичного виховання підвищується загальна життєдіяльність організму, що веде до великої продуктивності у розумовій діяльності.

Прослідковується чіткий взаємозв'язок фізичного виховання з моральним. Як спостігаємо, правильно організоване фізичне виховання сприяє формуванню позитивних рис морального образу людини. У процесі складної і напруженої тренувально-змагальної діяльності перевіряються і формуються моральні якості молоді, міцніє і загартовується воля, формується досвід моральної поведінки. Виходячи з цього, слід спрямовувати мотиваційну діяльність на формування у молодого покоління необхідних і достатніх компонентів прагнення до ведення здорового способу

життя: переконання, інтересу, звички, наполегливості, самостійності. Дані компоненти належать до складних психічних утворень, і ґрунтуються на трьох спонукальних поняттях – свідомості, емоціях, волі.

Дотримання принципів здорового способу життя важливо для кожної людини. Особливе значення це має для майбутніх офіцерів, які повинні піклуватися не лише про власне здоров'я, але й бути, у подальшому, прикладом у цьому сенсі і для своїх підлеглих. Слід враховувати, що навчання курсантів, особливо першого курсу, супроводжується суттєвим психологічним навантаженням, пов'язаним із специфічними умовами освітнього процесу. Оскільки розумова діяльність супроводжується значною емоційною напругою, особливо під час сесії, часто-густо процес навчання викликає стресові стани. Фізична підготовка та здоровий спосіб життя можуть звести до мінімуму негативні впливи, що виникають під час навчання і стати вирішальним чинником попередження виникнення хворобливих станів. Регулярні фізичні навантаження як під час практичних занять з фізичної підготовки, так і у вільний від навчання час приводять організм курсантів в стан тренуваності, в основі якого лежить процес адаптації, тобто пристосування функцій різних органів та систем організму до нових умов їх діяльності.

Висновки. Таким чином, студентська молодь – основний трудовий резерв держави, їх здоров'я і благополуччя є запорукою здоров'я і благополуччя всієї нації. У зв'язку з цим велике значення має вивчення мотивів, інтересів і потреб сучасної молоді, пов'язаних із фізичною культурою. Формування мотивації є однією з основних умов забезпечення високої результативності будь-якого освітнього процесу. Фізичне виховання курсантів – нерозривна складова частина вищої гуманітарної освіти, результат комплексного педагогічного впливу на особистість майбутнього фахівця у процесі формування його професійної компетенції.

Список використаних джерел

1. Грибан В. Г., Мельников В. Л., Хрипко Л. В., Казначеев Д. Г. Фізичне виховання : підручник. Дніпро : ДДУВС, 2019. 232 с.
2. Крицевич Т. Ю. Теорія і методика фізичного: підручник. Київ, 2008. 392 с.