

2. Blavt O. Z. (2012). Informatyvnii pokaznyky rivnia fizychnoho zdorovia ta fizychnoi pidhotovlenosti studentiv VNZ // Pedagogika, psykholohiia ta medyko-biologichni problemy fizychnoho vykhovannia i sportu: zb. nauk. pr. (*Informative indicators of the level of physical health and physical fitness of university students*) Kharkiv, s. 14–18. (in Ukrainian).
3. Kuts A. S. (1993) Modelnye pokazately fizycheskoho razvytiia y dvyhatelnoi podhotovlennosti naseleniia tsentralnoi Ukrainy : monohrafiia. (*Model indicators of physical development and motor preparedness of the population of central Ukraine*) Kyev, s. 250. (in Ukrainian).
4. Nikolaiev S. Yu. (2004) Optymizatsiia rukhovoï aktyvnosti studentok zalezjno vid psykho-fizychnykh osoblyvosti : avtoref. dys. ... kand. nauk z FViS : spets. 24.00.02 «Fizychna kultura, fizychno vykhovannia riznykh hrup naselennia» (*Optimization of student's motor activity depending on psychophysical features*). Lutsk, S. 20. (in Ukrainian).
5. Sikura A. (2012). Hipokineziia yak riznovyd zalezhnosti // Fizychno vykhovannia, sport i kultura zdorovia u suchasnomu suspilstvi : zb. nauk. pr. Volyn.nats. un-tu im. LesiUkrainky. (*Hypokinesia as a Type of Addiction*) Lutsk, S. 247–252. (in Ukrainian).
6. Futornyiy S. M. (2013). Problema defitsita dvigatelnoy aktivnosti studencheskoy molodezhi // Fizicheskoe vospitanie studentov. (*The Problem of Deficit of Motor Activity of Student Youth*) – №3. – S. 75–79. (in Russian).
7. Yadviga Yu. P. (2009). Vplyv rukhovoï aktyvnosti na psykhoemotsiinyi stan studentiv VNZU ekonomichnykh spetsialnostei v suchasnykh umovakh navchannia. // Pedagogika, psykholohiia ta medyko-biol. problemy fizychnoho vykhovannia i sportu : zb. nauk. prats / za red. S. S. Yermakova. (*Influence of motor activity on the psycho-emotional state of students of higher educational establishments of economic specialties in modern conditions of study.*) Kharkiv – № 12. S. 202–204. (in Ukrainian).

DOI 10.31392/NPU-nc.series 15.2021.2(130).30
УДК 159.9.07:796.894

Ягодзінський В. П.,
кандидат педагогічних наук, заступник начальника кафедри фізичного виховання,
спеціальної фізичної підготовки і спорту Військової академії
Юр'єв С. О.,
кандидат педагогічних наук, старший викладач кафедри фізичного виховання, спеціальної фізичної підготовки і
спорту, Харківський національний університет Повітряних Сил імені Івана Кожедуба
Кісілюк О. М.,
старший викладач кафедри фізичного виховання,
спеціальної фізичної підготовки і спорту Військової академії
Нікітін А. М.,
викладач кафедри фізичного виховання, спеціальної фізичної підготовки і спорту Військової академії
Костюшко І. А.,
викладач кафедри фізичного виховання, спеціальної фізичної підготовки і спорту Військової академії
Краснопольський М. М.,
викладач кафедри фізичного виховання, спеціальної фізичної підготовки і спорту Військової академії
Пустолякова Л. М.,
кандидат педагогічних наук, доцент кафедри фізичного виховання і здоров'я
Національний медичний університет імені О. Богомольця
Рябченко В.Г.
кандидат педагогічних наук, доцент кафедри фізичної підготовки Академія Державної пенітенціарної служби

МОТИВАЦІЙНО-ЦІННІСНЕ СТАВЛЕННЯ КУРСАНТІВ ДО ЗАНЯТЬ СИЛОВИМИ ВИДАМИ СПОРТУ ПІД ЧАС НАВЧАННЯ

У статті досліджено мотиваційно-ціннісне ставлення курсантів до занять силовими видами спорту у процесі навчання. Дослідження було проведене у Військовій академії (м. Одеса) методом анкетування, яке було анонімним; в анкетуванні взяли участь 312 курсантів (чоловіків). Виявлено, що серед основних мотивів, які спонукають курсантів до занять силовими видами спорту: підвищення рівня фізичної підготовленості та покращання стану здоров'я і фізичного розвитку (31,7 %), зміцнення статури, покращання зовнішнього вигляду (26,6 %), підвищення спортивних результатів у обраному виді спорту (22,1 %). Серед чинників, які сприяють наданню переваги тому або іншому силовому виду спорту, виявлено: можливість виконати спортивний розряд чи отримати спортивне звання (26,6 %), можливість досягнути високих спортивних результатів (22,8 %) та наявність і професіоналізм тренера з конкретного силового виду спорту (22,1 %).

Ключові слова: силові види спорту, курсанти.

Ягодзинский В. П., Юр'єв С. О., Кисил'юк А. Н., Нікітін А. М., Костюшко І. А., Краснопольський Н. Н., Пустолякова Л. М., Рябченко В. Г. Мотивационно-ценностное отношение курсантов к занятиям силовыми видами спорта в процессе обучения. В статье исследовано мотиваційно-ценностное отношение курсантов к занятиям силовими видами спорта в процессе обучения. Исследование было проведено в Военной академии (г. Одесса) методом анкетирования, которое было анонимным; в анкетировании приняли участие 312 курсантов (мужчин). Виявлено, что среди основных мотивов, побуждающих курсантов к занятиям силовими видами спорта: повышение уровня физической подготовленности и улучшение состояния здоровья и физического развития (31,7%), укрепление телосложения, улучшения внешнего вида (26,6%), повышение спортивних результатов в избранном виде спорта

(22,1%). Среди факторов, способствующих выбору силового вида спорта, выявлено: возможность выполнить спортивный разряд или получить спортивное звание (26,6%), возможность достичь высоких спортивных результатов (22,8%), наличие и профессионализм тренера по конкретному силовому виду спорта (22,1%).

Ключевые слова: силовые виды спорта, курсанты.

Yahodzinskyi V., Yuriev S., Kisilyuk O., Nikitin A., Kostyushko I., Krasnopol'skyi M., Ryabchenko V., Pustoliakova L., Ryabchenko V. Motivational and value attitude of cadets to power sports during studying. Power sports have always been very popular among schoolchildren and students, servicemen and, especially, cadets of military institutions of higher education. Power sports such as armsports, crossfit, kettlebell lifting, powerlifting are especially popular among cadets. Each of these sports differs in the specifics of competitive activities, but combines the nature of training work, which has a power orientation with the use of both traditional and non-traditional means. In the process of power sports, cadets develop all physical qualities, and first of all – power qualities. The effectiveness of cadets' future professional activity largely depends on the development of qualities. The article examines the motivational and value attitude of cadets to power sports during studying. The study was conducted at the Odessa Military Academy by questionnaire, which was anonymous; 312 male cadets took part in the survey. It was found that among the main motives that motivate cadets to engage in power sports are: increasing physical fitness and improving health and physical development (31.7%), strengthening the physique, improving appearance (26.6%), increasing sports results in the chosen sport (22.1%). Among the factors that contribute to the preference of a particular power sport, revealed the ability to perform sports or get a sports title (26.6%), the ability to achieve high sports results (22.8%) and the presence and professionalism of a coach in a particular power sport (22.1%). The vast majority (93.9%) of cadets are convinced that power sports have a positive effect on improving health, physical development and functional state.

Key words: power sports, cadets.

Постановка проблеми. Силкові види спорту завжди користувалися високою популярністю серед учнівської і студентської молоді, у військовослужбовців і, особливо, курсантів військових закладів вищої освіти (ВЗВО). Особливою популярністю серед курсантів користуються такі силкові види спорту, як армспорт, кросфіт, гирьовий спорт, пауерліфтинг. Кожен із цих видів спорту відрізняється специфікою змагальної діяльності, але поєднує їх характер тренувальної роботи, що має силову спрямованість з використанням як традиційних (штанга, гантелі, гирі, гума тощо), так і нетрадиційних (тренажери і пристрої зі змінним навантаженням) засобів. У процесі занять зазначеними силовими видами спорту у курсантів відбувається розвиток усіх фізичних якостей, і в першу чергу – силових. Від розвитку силових якостей значною мірою залежить ефективність їхньої професійної діяльності.

Аналіз літературних джерел. Вчені [3, 4, 5, 6] зазначають, що сучасні, відносно нові серед молоді, силкові види спорту такі, як бодибілдінг, пауерліфтинг, гирьовий спорт, армспорт, фітнес, які характеризуються тренувальною роботою, що мають силову спрямованість, користуються високою популярністю серед сучасного студентства. За даними авторів [2], понад 50–60% студентів-чоловіків у процесі навчання у закладі вищої освіти бажають займатися силовими видами спорту.

Вивчаючи зацікавленість студентів у систематичних заняттях силовими видами спорту, вчені [1, 7] встановили провідні стимули, серед яких: покращання працездатності у навчанні та майбутній професійній діяльності; відпочинок (розваги) під час навчальної діяльності; струнка фігура (міцна статура); поліпшення власних спортивних результатів та результатів навчання; товаришування (спілкування), напруженість, співпереживання, драматизм під час змагань; випробування й успіх; рішучість і впевненість. Разом із тим питання дослідження мотивації курсантів ВЗВО до занять силовими видами спорту у процесі навчання є недостатньо дослідженими.

Мета: дослідити мотиваційно-ціннісне ставлення курсантів до занять силовими видами спорту у процесі навчання у ВЗВО.

Методи дослідження: теоретичний аналіз та узагальнення літературних джерел, анкетування, методи математичної статистики.

Організація дослідження. Дослідження мотиваційно-ціннісного ставлення курсантів до занять силовими видами спорту було проведене у Військовій академії (м. Одеса). Анкетування було анонімним, у ньому взяли участь 312 курсантів (чоловіків) різних факультетів.

Виклад основного матеріалу дослідження. Вивчаючи відповіді курсантів на запитання «Чи подобаються Вам заняття силовими видами спорту?» більшість курсантів зазначили позитивну відповідь (89,4 %); 6,7 % респондентів вказали, що заняття силовими видами спорту з різних причин їм не подобаються і 3,9 % курсантів надали особисту відповідь. Результати відповідей курсантів на це запитання підтвердили висновки наукових досліджень багатьох вчених, де вказано, що сучасна молодь (студенти, курсанти), особливо чоловіки, надають перевагу заняттям силовими видами спорту.

Оцінюючи співвідношення відповідей курсантів на питання «Чи займаєтеся Ви додатково силовими видами спорту чи силовими видами спорту в академії, окрім навчальних занять з фізичного виховання?», ми з'ясували, що 71,5 % курсантів додатково займаються силовими видами спорту (у спортивних секціях академії) і силовими видами спорту (у години самостійної підготовки на спортивній базі академії (гімнастичні майданчики, спортивні зали), у особистий час у казармах у кімнатах для занять силовими видами спорту), розглядаючи ці заняття як додатковий засіб фізичного розвитку і покращання показників фізичної підготовленості, підвищення спортивних результатів у конкретному виді спорту, як засіб психологічного розвантаження після тривалих навчальних занять тощо. Виявлено також, що 25,6 % курсантів додатково не займаються силовими видами спорту, оскільки: не встигають опанувати навчальний матеріал (їм не вистачає часу на самостійній підготовці, щоб підготуватися до навчальних занять); надають перевагу іншим видам спорту або не визначилися із видом спорту, яким би хотіли додатково займатися у спортивних секціях академії; не володіють методикою самостійного розвитку силових якостей тощо. 2,9 %

курсантів зазначили особисті відповіді, серед яких переважно задіяність у інших видах діяльності (науковій, участь у музичних гуртках, КВК тощо).

Серед основних мотивів, які спонукають курсантів до занять силовими вправами або силовими видами спорту, респонденти виділили такі домінуючі мотиви (рис. 1): підвищення рівня фізичної підготовленості та покращання здоров'я і фізичного розвитку – 31,7 %; зміцнення статури, покращання зовнішнього вигляду – 26,6 %; підвищення спортивних результатів у обраному виді спорту – 22,1 %; спілкування з друзями, емоційна розрядка, отримання задоволення – 13,8 %; покращання показників навчального процесу та службової діяльності – 4,2 %. Особисту відповідь надали 1,6 % опитаних курсантів, вказавши мотиви, яких не було наведено в анкеті: виконання спортивних розрядів і отримання спортивних звань; бажання здобути нові знання, вміння і навички в процесі занять; покращання спортивної форми та інші. Аналіз відповідей на це запитання підтверджує результати досліджень вчених, які вказували, що силові види спорту приваблюють молодь можливістю підвищити рівень фізичної підготовленості, зміцнити стан здоров'я, вдосконалитися в улюбленому виді спорту і взяти участь у змаганнях, покращити будову власного тіла і позбавитися певних недоліків статури, провести з користю вільний час.

Оцінювання відповідей курсантів на питання, чи сприяють заняття силовими вправами чи силовими видами спорту підвищенню рівня фізичної підготовленості, покращанню стану здоров'я і фізичного розвитку, вихованню морально-вольових якостей курсантів, покращанню показників їх навчальної та майбутньої професійно-бойової діяльності, ми виявили, що переважна більшість курсантів зазначили позитивну відповідь (94,3 %). При цьому 3,8 % курсантів висловили власну думку. На жаль виявлено ряд курсантів (1,9 %), які вважають, що заняття силовими вправами та силовими видами спорту не впливають на стан здоров'я і рівень фізичного розвитку курсантів.



Рис. 1. Мотиви, які спонукають курсантів до занять силовими вправами або силовими видами спорту (%)

У Військовій академії (м. Одеса) розвитку силових видів спорту приділено значну увагу – створено усі необхідні умови як для курсантів, які мають бажання займатися силовими вправами самостійно (удосконалено матеріально-спортивну базу, закуплено тренувальне обладнання, тренажери і спортивний інвентар), так і для курсантів, які виявили інтерес до занять у секція із силових видів спорту (до штату кафедри залучено фахівців з даних видів спорту, створені відповідні спортивні секції, облаштовані сучасним спортивним інвентарем тренажерні зали, організовано навчально-тренувальний процес). Перевага в першу чергу надається розвитку тих видів спорту, змагання з яких включено до Спартакиади Сухопутних військ та Спартакиади Збройних Сил України серед ВЗВО. Крім того популяризуються види спорту, які мають Національні спортивні федерації, спортивну класифікацію, з яких проводяться чемпіонати України та міжнародні змагання. Опитування курсантів, яким із запропонованих силових видів спорту (кросфіт, гирьовий спорт, армспорт, пауерліфтинг, перетягування канату) вони хотіли б займатися під час навчання в академії, показало, що найбільшою популярністю (перше рейтингове місце) користується кросфіт (23,1 %), друге рейтингове місце за кількістю прихильників посів армспорт (19,6 %); третє – гирьовий спорт (16,9 %), четверте – пауерліфтинг (8,3 %); останнє місце – перетягування канату (2,5 %) (рис. 2). Крім того виявлено значний відсоток курсантів (29,6 %), які висловили бажання займатися іншими видами спорту (спортивними іграми, легкою атлетикою, багатоборствами, рукопашним боєм), а також тих, які взагалі не бажають додатково займатися фізичними вправами і спортом.

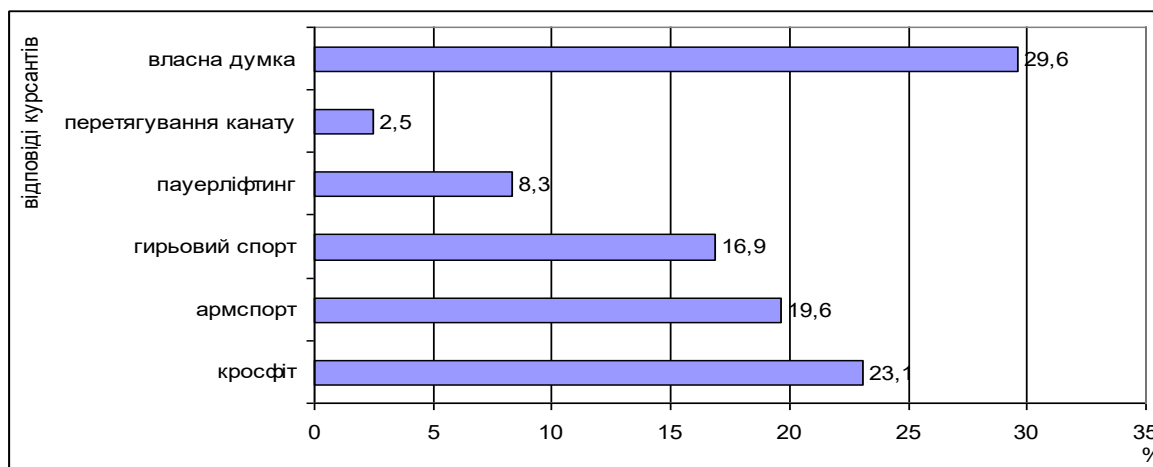


Рис. 2. Силові види спорту, якими хотіли б займатися курсанти під час навчання в академії (%)

У процесі анкетування нами було досліджено думки курсантів щодо виділення основних чинників, які сприяють наданню ними переваги тому або іншому силовому виду спорту. Відповіді курсантів розподілилися таким чином: найбільша кількість опитаних курсантів до основних чинників, які сприяють вибору ними того чи іншого силового виду спорту, віднесли можливість виконати спортивний розряд чи отримати спортивне звання (26,6 %), можливість досягнути високих спортивних результатів (22,8 %) та наявність і професіоналізм тренера з конкретного силового виду спорту (22,1 %) (рис. 3). Можливість покращити зовнішній вигляд та зміцнити будову власного тіла, як чинник вибору виду спорту, виділили 11,5 % курсантів. Важливим чинником обрання виду спорту для 8,1 % курсантів є приклад та поради старшокурсників, які досягли певних результатів у даному виді спорту; можливість отримати задоволення від занять – 5,4 %; можливість отримати заохочення від керівництва курсу, факультету – 2,9 %; 0,6 % курсантів вказали інші чинники, які не були визначені в анкеті.



Рис. 3. Чинники, які сприяють наданню курсантами переваги силовому виду спорту (%)

Анкетування також дозволило виявити, що переважна більшість (93,9 %) курсантів переконана, що заняття силовими видами позитивно впливають на зміцнення здоров'я, покращання фізичного розвитку та функціональних можливостей організму у курсантів; 4,2 % курсантів висловили особисту думку і лише 1,9 % курсантів зазначили негативну відповідь. Відповіді курсантів на питання, чи можна застосовувати змагання з силових видів спорту для покращання морального клімату в підрозділі, зняття стресового напруження у курсантів та організації змістовного дозвілля, розподілилися так: 88,8 % курсантів висловили позитивну думку, 9,9 % – негативну і 1,3 % – вказали власну відповідь.

Висновки. Таким чином, проведене анкетування дозволило з'ясувати, що 89,4 % курсантів подобаються заняття силовими видами та силовими видами спорту, при цьому 71,5 % курсантів додатково займаються силовими видами спорту (у спортивних секціях академії) і силовими видами спорту (у години самостійної підготовки на спортивній базі академії), розглядаючи ці заняття як додатковий засіб фізичного розвитку і покращання показників фізичної підготовленості, підвищення спортивних результатів у конкретному виді спорту. Серед основних мотивів, які спонукають курсантів до занять силовими видами спорту, виявлено: підвищення рівня фізичної підготовленості та покращання стану здоров'я і фізичного розвитку (31,7 %), зміцнення статури, покращання зовнішнього вигляду (26,6 %), підвищення спортивних результатів у обраному виді спорту (22,1 %). Виявлено, що у курсантів академії найбільшою популярністю серед силових видів спорту користується кросфїт (23,1 %), армспорт (19,6 %) та гирьовий спорт (16,9 %). Серед чинників, які сприяють наданню

курсантами переваги тому або іншому силовому виду спорту, виявлено: можливість виконати спортивний розряд чи отримати спортивне звання (26,6 %), можливість досягнути високих спортивних результатів (22,8 %) та наявність і професіоналізм тренера з конкретного силового виду спорту (22,1 %). Переважна більшість (93,9 %) курсантів переконана, що заняття силовими видами спорту позитивно впливають на зміцнення здоров'я, покращання фізичного розвитку та функціональних можливостей організму.

Перспективи подальших досліджень. Передбачається дослідити вплив занять силовими видами спорту на фізичний розвиток курсантів.

Література

1. Круцевич Т. Ю., Пилипей Л. П. Актуальність сучасних силових видів спорту для системи професійно-прикладної фізичної підготовки у вузі // Спортивний вісник Придніпров'я. 2006. № 2. С. 51–55.
2. Олешко В. Г. Підготовка спортсменів у силових видах спорту : навч. посібник. Київ, 2011. 444 с.
3. Galimova, A., Kudryavtse, M., Galimov, G., Osipov, A., Astaf'ev, N., Zhavner, T., et al. (2018). Increase in power striking characteristics via intensive functional training in CrossFit. *Journal of Physical Education and Sport*, 18(2), 585-591. doi:10.7752/jpes.2018.02085.
4. Plisko, V., Doroshenko, T., Minenok, A., Sikura, A., Oleshko, V., Griban, G., Prontenko, K., Bondarenko, V. (2018). Informational indicators of functional capacities of the body for teaching cadets from higher military educational institutions power types of sports. *Journal of Physical Education and Sport*, 18 (Suppl 2), 1050-1054. doi: 10.7752/jpes.2018.s2156.
5. Prontenko, K., Griban, G., Bloshchynskiy, I., Boyko, D., Loiko, O., Andreychuk, V., Novitska, I., Tkachenko, P. (2019). Development of power qualities of cadets of Ukrainian higher military educational institutions during kettlebell lifting training. *Baltic Journal of Health and Physical Activity*, 11 (3), 27-38. doi: 10.29359/BJHPA.11.3.04.
6. Yahodzinskiy, V., Kisiliuk, O., Sydorchuk, N., Sokolovskiy, O., Kobetiak, A., Pushkar, T., Lyvar, V., Diutsa, I., Vorok, S., & Nikitin, A. (2020). Interrelation of physical, professional and combat performance of the future officers engaged in strength sports during studying. *International Journal of Applied Exercise Physiology*, 9(11), 215-221. Retrieved from <http://www.ijaep.com/index.php/IJAE/article/view/1196>.
7. Zhamardiy, V., Shkola, O., Boichenko, A., Prystynskiy, V., Kornosenko, O., Dmytrenko, K., Kabatska, O., Staroselska, Yu., Hordiienko, O., & Postova, S. (2020). Dynamics of physical fitness of students during powerlifting classes. *International Journal of Applied Exercise Physiology*, 9(9), 49-60. Retrieved from <http://www.ijaep.com/index.php/IJAE/article/view/1137>.

Reference

1. Krutsevich T. Yu., Pilipey L. P. "Aktualnist suchasnihi silovih vidiv sportu dlya sistemi profesiiyno-prikladnoyi fizichnoyi pidgotovki u vuzi" // Sportivniy visnik Pridniprova. 2006. 2. S. 51–55.
2. Oleshko V. G. "Pidgotovka sportsmeniv u silovih vidah sportu : navch. posibnik". Kiyiv, 2011. 444 s.
3. Galimova, A., Kudryavtse, M., Galimov, G., Osipov, A., Astaf'ev, N., Zhavner, T., et al. (2018). Increase in power striking characteristics via intensive functional training in CrossFit. *Journal of Physical Education and Sport*, 18(2), 585-591. doi:10.7752/jpes.2018.02085.
4. Plisko, V., Doroshenko, T., Minenok, A., Sikura, A., Oleshko, V., Griban, G., Prontenko, K., Bondarenko, V. (2018). Informational indicators of functional capacities of the body for teaching cadets from higher military educational institutions power types of sports. *Journal of Physical Education and Sport*, 18 (Suppl 2), 1050-1054. doi: 10.7752/jpes.2018.s2156.
5. Prontenko, K., Griban, G., Bloshchynskiy, I., Boyko, D., Loiko, O., Andreychuk, V., Novitska, I., Tkachenko, P. (2019). Development of power qualities of cadets of Ukrainian higher military educational institutions during kettlebell lifting training. *Baltic Journal of Health and Physical Activity*, 11 (3), 27-38. doi: 10.29359/BJHPA.11.3.04.
6. Yahodzinskiy, V., Kisiliuk, O., Sydorchuk, N., Sokolovskiy, O., Kobetiak, A., Pushkar, T., Lyvar, V., Diutsa, I., Vorok, S., & Nikitin, A. (2020). Interrelation of physical, professional and combat performance of the future officers engaged in strength sports during studying. *International Journal of Applied Exercise Physiology*, 9(11), 215-221. Retrieved from <http://www.ijaep.com/index.php/IJAE/article/view/1196>.
7. Zhamardiy, V., Shkola, O., Boichenko, A., Prystynskiy, V., Kornosenko, O., Dmytrenko, K., Kabatska, O., Staroselska, Yu., Hordiienko, O., & Postova, S. (2020). Dynamics of physical fitness of students during powerlifting classes. *International Journal of Applied Exercise Physiology*, 9(9), 49-60. Retrieved from <http://www.ijaep.com/index.php/IJAE/article/view/1137/>