***Багас Олег Петрович,***

*доцент кафедри фізичної підготовки та особистої безпеки,*

*Національної академії Державної прикордонної служби України*

*імені Богдана Хмельницького*

*кандидат педагогічних наук, доцент*

**РОЗВИТОК МОТИВАЦІЇ МОЛОДІ ДО ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНИМИ ВПРАВАМИ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ**

**Вступ.** Складні соціально-політичні умови в яких опинилась Україна в останні роки здійснили негативний вплив на стан здоров’я, рівень освіти та мотивацію учнів та студентів щодо власного інтелектуального та фізичного розвитку. Останні п’ять років охарактеризувались глобальними проблемами, що вплинули на кожну людину: поширення пандемії Сovid-19 та впроваджені карантинні обмеження, а згодом початок російської агресії та повномасштабної війни проти українського народу [1, 2]. Впроваджені заходи безпеки вимусили заклади освіти переходити до дистанційної та змішаної форм навчання, що не могло не відобразитись на якості освіти та зниженню успішності учнів та студентів [3]. Безумовно, в таких складних умовах підтримувати високій рівень мотивації молоді є складним завданням.

**Мета статті** – розкрити зміст розвитку мотивації молоді до занять фізичними вправами в умовах воєнного стану.

**Результати дослідження.** Постійний інтерес та зацікавленість до різних видів фізичної активності відповідає психології сучасної молоді. З огляду на те, що здоров’я і навчання взаємопов’язані, то важливо підтримувати інтерес і позитивне ставлення молоді до занять фізичною культурою та спортом, розвивати потребу в регулярних заняттях різними видами рухової активності.

Основна причина низької рухової активності молоді полягає у майже повній відсутності сформованих стійких звичок. Однією з основних умов успішної учбової діяльності є створення у молоді свідомих стійких мотивів [3, 4].

Мотиви – це потужні психічні сили або чинники, які регулюють діяльність. Регулювальна сила мотивів виявляється в їхньому активному впливі, що підтримує і стимулює інтелектуальні, моральні, вольові та фізичні зусилля людини, пов’язані з досягненням мети.

Мотивація – це сукупність причин та чинників, які ініціюють, спрямовують та підтримують поведінку людини у конкретний момент. Залежно від світогляду, спрямованості, рис характеру, самосвідомості, життєвого досвіду, інтелекту, психофізіології у людини складається своя, відносно стійка мотивація діяльності. Отже, мотивація це прагнення людини щось робити. А будь-яка діяльність має сформовану ціль, тобто уявлення про майбутній результат.

У процесі навчальної діяльності спостерігається прояв наступних мотивів: пізнавальні, які направлені на зміст предмету і процес навчання; соціальні, серед яких виділяються мотиви відповідальності, самовизначення і самовдосконалення; особистісні (мотиви благополуччя, обхід неприємностей, престиж тощо) [5].

Пізнавальні мотиви є найбільш поширеними та одні із найважливіших у педагогічній практиці. Серед спонукальних мотивів фізичної діяльності молоді виділяють:

* внутрішні мотиви, які пов’язані з задоволенням процесу діяльності (емоційність, новизна, динамічність тощо);
* зовнішні позитивні мотиви, які опираються на результат діяльності (отримання знань, вмінь та навиків, активний відпочинок тощо);
* мотиви, які пов’язані з перспективою (зміцнення здоров’я, розвиток фізичних якостей, корекція фігури тощо);
* зовнішні негативні мотиви (страх перед насміханням через невміння виконати ту чи іншу вправу, отримання низької оцінки тощо).

Найбільш поширеним серед мотивів молоді у період дії воєнного стану в Україні є мотив збереження та зміцнення здоров’я. Важливими стають ті мотиви, які підкріплюють забезпечення потреби у русі: отримання додаткових знань про здоров’я і рухову активність людини; вивчення технологій покращення рухових здібностей; аналіз сучасних методик розвитку фізичних можливостей тощо [6].

Мотиви, які спонукають тих, хто навчається до занять фізичною культурою і спортом мають складну структуру. Це і мотиви, пов’язані із задоволенням від процесу діяльності (динамічність, емоційність, різноманітність і новизна, наявність улюблених фізичних вправ, дружба, товаришування, колективізм); і мотиви, пов’язані з результатом діяльності (набуття нових умінь, нових знань, навичок і оволодіння новими складними руховими діями, подолання нормативів, покращення результатів отримання розряду, активний відпочинок); та мотиви пов’язані з перспективами зміцнення здоров’я стати фізично бездоганною людиною, розвивати фізичні якості, бути спортсменом, майстром спорту, чемпіоном і т.д.

**Висновки.** Активний руховий режим має велике значення у формуванні здорового способу життя, духовного та фізичного розвитку молоді. З метою покращення фізичного стану молоді в період дії воєнного стану необхідно розвивати мотиваційний компонент, активно сприяти формуванню в учнів та студентів внутрішньої та зовнішньої мотивації щодо занять фізичними вправами, використовувати усі форми здоров’язбережувальних технологій. Постійна підтримка навчальної мотивації дозволить молоді свідомо засвоювати надані знання, формувати вміння і навички; розвивати позитивне ставлення до процесу фізичного виховання і сприяти залученню до систематичних занять фізичними вправами і спортом.

**Література**

1. Mozolev, O., Polishchuk O., Kravchuk, L, Tatarin, О., Zharovska, О., Kazymir, V. (2020). Results of monitoring the physical health of female students in the context of the COVID-19 pandemic. *Journal of Physical Education and Sport*, Vol. 20 (6), 3280 – 3287. [DOI:10.7752/jpes.2020.s6445](https://doi.org/10.7752/jpes.2020.s6445)
2. Калашник, Д., Журавльова, І., Аксьонов, В., & Калинин, К. (2022). Особливості організації освітнього процесу на уроках фізичної культури в закладах загальної середньої освіти в умовах війни. *Наукові перспективи*, 10 (28), 78-82.
3. Mozolev, O.(2022). Effective Ways to Maintain the Physical Performance of Students during Distance Learning. *Pedagogical Discourse, 32*, 45–55. doi:10.31475/ped.dys.2022.32.06.
4. Щирба, В. А. (2016). Проблема формування інтересу та мотивації до занять фізичною культурою старших школярів. *Physical Education Theory and Methodology*, (1), 16-23.
5. Петричук, П. (2022). Особливості процесу формування мотивації до занять з фізичної культури та рухової активності серед студентської молоді. *Теорія і методика професійної освіти*, *Випуск 44, Том. 3*, 89-92.
6. Хмара, М.А., Мозолев, О.М. (2023). Інформаційно комунікативні технології як засіб мотивації молоді до занять фізичною культурою. *Scientific Collection «InterConf»*, (156), 608-612.