

DOI: [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.2\(174\).28](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.2(174).28)
УДК: 796.011.3: 158.947.5

Панчук А. П.
кандидат педагогічних наук, доцент
доцент кафедри теорії і практики фізичної культури і спорту
Рівненський державний гуманітарний університет, м. Рівне
Панчук І. В.
старший викладач кафедри теорії і практики фізичної культури і спорту
Рівненський державний гуманітарний університет, м. Рівне
Бутенко Т. В.
старший викладач кафедри теорії і практики фізичної культури і спорту
Рівненський державний гуманітарний університет, м. Рівне
Семенович С. В.
кандидат педагогічних наук, доцент
доцент кафедри теорії і практики фізичної культури і спорту
Рівненський державний гуманітарний університет, м. Рівне
Шелюк В. О.
кандидат філософських наук
доцент кафедри теорії і практики фізичної культури і спорту
Рівненський державний гуманітарний університет, м. Рівне

ОСОБЛИВОСТІ МОТИВАЦІЇ У СПОРТИВНОМУ ТРЕНУВАННІ

У статті досліджується актуальна на сьогоднішній день проблематика мотивації у спортивному тренуванні та визначено її головні особливості. Визначено, що мотивація – це процес в якому особистість спонукає себе до дії, в результаті якої вона досягне мети та виконає поставлені завдання. Звернуто увагу на те, що мотивація у спортивному тренуванні пов'язана із внутрішньою мотивацією та мотивацією досягнень. Обґрунтовано головні особливості мотивації у спортивному тренуванні, а саме: мотивація у спортивному тренуванні має вигляд трирівневої піраміди, чим вище рівень тим максимальна мотивація у спортсмена до тренувань; другою особливістю є особисті мотиви спортсмена, які спонукають його до систематичних тренувань; третя особливість – це мотивація досягнень, яка є відносно стійким атрибутом особистості. Однак вона є і динамічним утворенням та починає діяти (актуалізується) у взаємодії з ситуативними факторами – такими як цінність і ймовірність (шанси) досягнення успіху в певній сфері діяльності. Мотивація досягнення, тобто прагнення досягти успіху в певному виді діяльності, охоплює не лише мотиви досягнення (стійкі атрибути особистості), а й ситуативні чинники (цінність, ймовірність досягнення успіху, складність завдання).

Ключові слова: мотивація, мотив, спорт, спортивне тренування, потреба.

Panchuk A. P., Panchuk I. V., Butenko T. V., Semenovych S. V., Shelyuk V. O. Peculiarities of motivation in sports training. The article examines the current issues of motivation in sports training and identifies its main features. It is noted that the study of motivation in sports training is important both from the point of view of science and practice, because during sports much attention is paid to the personality of the athlete, his professionally important qualities and individual typological features. It is determined that motivation is a process in which a person motivates himself to action, as a result of which he will achieve the goal and fulfill the tasks. It is emphasized that motivation in sports training is associated with intrinsic motivation and achievement motivation. Intrinsic motivation is what motivates a person to act to increase their self-confidence and independence, rather than for an external goal. Achievement motivation is a type of activity motivation that is associated with a person's need to succeed and avoid failure. The main features of motivation in sports training are substantiated, namely: motivation in sports training has the form of a three-level pyramid, the higher the level, the higher the athlete's motivation to train; the second feature is the athlete's personal motives that encourage him or her to train systematically; the third feature is achievement motivation, which is a relatively stable attribute of the individual. However, it is also a dynamic formation and begins to act (actualizes) in interaction with situational factors, such as the value and probability (chances) of achieving success in a particular field of activity. Achievement motivation, i.e., the desire to succeed in a particular type of activity, includes not only achievement motives (stable personality attributes), but also situational factors (value, probability of success, complexity of the task). Prospect for further research is to conduct an empirical study to determine the personal constructs of motivation in sports training.

Keywords: motivation, motive, sport, sports training, need.

Постановка проблеми. Останніми роками спорт стає все більш популярним серед молоді. Вважається, що заняття спортом зміцнюють здоров'я та підтримують рівновагу в емоційно-вольовій сфері людини.

Аналіз наукових досліджень показав, що спорт нерозривно пов'язаний з феноменом мотивації, адже відомо, що будь-яка діяльність є більш ефективною, коли вона вмотивована. Мотивація – це конкретна мета, майбутній успіх, який супроводжується мотивом (стимулом).

На думку О. Біліченка, мотив – це те, що дозволяє спортсмену приписувати результату певну цінність і значимість. Мотив є наміром з яким визначилась особистість, бажання щось зробити і разом з ціллю складає основний регулятор поведінки, що включений у вищий рівень психологічної системи діяльності. Мотиви виступають рухомою системою, адже їх можна підсилити, послабити і навіть змінити під час тренування використовуючи для цього різноманітні форми роботи і прийоми впливу на спортсменів [2, с. 3].

Виходячи з вищесказаного дотримуємося думки, що вивчення мотивації є дуже актуальним на сьогоднішній день. Саме тому, ми вважаємо, важливим визначити основні особливості мотивації у спортивному тренуванні.

Аналіз літературних джерел дозволив визначити, що дослідженням проблематики мотивації в останні роки активно займаються педагоги та психологи. Так, наприклад, М. Кузьмін досліджував мотивацію в різних видах спорту; В. Макаренко виявляв специфіку формування мотивації до занять фізичною культурою та спортом; мотивацію особистості до занять олімпійськими видами спорту визначали: Д. Маслов, Т. Тарасов, Д. Черемушкіна [6, с. 93]. Окрім перелічених науковців мотивацію досягнення в спортивній діяльності також вивчали: Б. Вайнер, Д. Гоулд, Л. Дмитрієнкова, Б. Шаповалов.

Що стосується мотивів, то аналіз наукових джерел показав, що: С. Рубінштейн, Д. Колосов мотиви розглядали як потребу; В. Ковальов та М. Магомедов-Емілов вважають, що мотив – це спонукання до діяльності; Курт Левін мотиви описував як наміри, стани та стійкі властивості особистості [10].

Метою статті є: розкрити сутність мотивації та мотиву у спорті; визначити головні особливості мотивації у спортивному тренуванні.

Виклад основного матеріалу дослідження. Дослідження проблематики мотивації у спортивному тренуванні є важливою як з точки зору науки, так і з точки зору практики, адже під час занять спортом велика увага приділяється особистості спортсмена, його професійно важливим якостям та індивідуально-типологічним особливостям. Видатні психологи вважають, що мотивація є однією з найголовніших умов досягнення високого результату.

Мотивація досягнення виступає особистісним чинником людини, який значно підвищує ефективність спортивного тренування і змагальної діяльності зокрема.

А. Маслоу вважав, що знання шляхів формування мотивації досягнення тренерами забезпечує передумови для найбільш раціональної побудови навчально-тренувального та змагального процесу [5, с. 220].

У психології під «мотивацією» розуміють якнайменше два психічні явища, а саме сукупність стимулів, що викликають активність індивіда і процес формування мотивів [4, с. 171].

В. Шапар [11, с. 264-265] у сучасному тлумачному психологічному словнику описуючи термін «мотивація» зазначив, що до її складу входять: спонукання, що викликають активність організму і визначають її спрямованість; усвідомлювані або неусвідомлювані психічні фактори, що спонукають індивіда до здійснення певних дій і визначають їхню спрямованість та цілі. У широкому змісті термін використовується у всіх сферах психології, що досліджують причини та механізми цілеспрямованої поведінки людини і тварин. За своїми проявами та функціями в регулюванні поведінки мотивуючі фактори можуть бути розділені на три відносно стійких класи:

- 1) при аналізі питання про те, чому організм узагалі приходить у стан активності, розглядаються прояви по потреб і інстинктів як джерел активності;
- 2) якщо вивчається питання, на що спрямована активність організму, заради чого зроблений вибір саме цих, а не інших актів поведінки, досліджують насамперед прояв мотивів як причин, що визначають вибір спрямованості поведінки;
- 3) при вирішенні питання про те, яким чином здійснюється регулювання динаміки поведінки, предметом дослідження є прояви емоцій, суб'єктивних переживань та установок у поведінці суб'єкта.

В. Шевченко зазначає, що мотивація – це процес в якому особистість спонукає себе до дії, в результаті якої вона досягне мети та виконає поставлені завдання [12, с. 222].

Мотивація у спортивному тренуванні пов'язана із внутрішньою мотивацією та мотивацією досягнень.

Внутрішня мотивація – це те, що спонукає людину діяти, щоб підвищити свою впевненість у собі та незалежність, а не заради зовнішньої мети.

Мотивація досягнення – це тип мотивації діяльності, який пов'язаний з потребою людини досягати успіху та уникати невдач [14].

В. Антонєць та Є. Козак спортивну мотивацію визначають як психологічний стан спортсмена, обґрунтований ставленням його до різних сторін конкретної ситуації у спортивній діяльності: до самої діяльності, до поставленої мети, очікуваних результатів, успіху і невдач, до партнерів по команді, тренера. Мотивація займає провідне місце в структурі особистості, пронизуючи її структурні утворення: спрямованість особистості, характер, емоції, здібності, психічні процеси. Мотивація поведінки неможлива поза межами емоційної сфери. Емоції служать орієнтирами для учасників діяльності, визначаючи значимість обставин і ступінь їх важливості для конкретної ситуації, вони визначають допустимий рівень матеріальних і функціонально-енергетичних витрат, які необхідні для реалізації спонукань спортсмена [1, с. 27].

На початковому етапі тренування у новачків причинами приходу в спорт можуть бути: прагнення до самовдосконалення (зміцнення здоров'я, поліпшення статури, розвиток фізичних і вольових якостей); прагнення до самовираження і самоствердження (бажання бути не гірше за інших, бути схожим на видатного спортсмена; прагнення до суспільного визнання, бажання захищати честь колективу, міста, країни, бути привабливим для протилежної статі); соціальні установки (мода на спорт, прагнення зберегти сімейні спортивні традиції, бажання бути готовим до праці і служби в армії); задоволення духовних і матеріальних потреб (прагнення відчувати себе членом референтної спортивної команди

або спортивної школи, спілкуватися з товаришами, отримувати нові враження від поїздок по містах і країнах, бажання отримати матеріальні блага) [8, с. 204-205; 13].

Дуже влучно А. Пуні у своєму дослідженні описав стадії розвитку мотивів спортивної діяльності. Розглянемо їх.

1) Початкова стадія заняття спортом. У цей період мають місце перші спроби включення в спортивну діяльність. Спільними для мотивів початкової стадії є такі особливості, як недостатня усвідомленість потреб, що лежать у їх основі, нестійкість, невизначеність, взаємозамінність різних способів задоволення. У дітей віком 7–10 років мотиви до фізичної активності ще не переростають у стійкі та усвідомлені інтереси до спорту, проте звички, які регламентують систематичність занять фізичними вправами, вже можуть бути досить стійкими.

2) Стадія спеціалізації у вибраному виді спорту. На цій стадії мотивами спортивної діяльності є пробудження й розвиток спеціального інтересу до певного виду спорту, прояв здібностей до цього виду спорту й прагнення до їх розвитку, емоційно насичене переживання спортивного успіху й прагнення до його закріплення, розширення спеціальних знань, удосконалення спортивної техніки придбання більш високого рівня тренуваності. Ці нові за своєю якістю мотиви характеризуються низкою особливостей. Вони пов'язані зі спортивною спеціалізацією та придбанням спортивної кваліфікації 3-го, 2-го, 1-го розрядів. Водночас вони стають більш опосередкованими, переносяться із самої спортивної діяльності на її результат, виражаються в прагненні до певного спортивного успіху, рекорду. Часто ця стадія припадає на підлітковий вік.

3) Стадія спортивної майстерності. Під час досягнення спортсменом цієї стадії колишні мотиви можуть відступати на другий план. Домінуючим мотивом, що визначає поведінку спортсмена, стає мотив досягнення успіху. Спортсмен відчуває потребу в граничних фізичних зусиллях, переживанні стану максимальної психічної напруженості, переживанні подолання суперника, самого себе, а головне, актуалізується потреба домогтися високих спортивних результатів. У сучасному спорті високі спортивні досягнення неможливі без високої соціальної мотивації [3, с. 59-60].

В психології досягнень мотивацію представляють у вигляді трирівневої піраміди, яку вважаємо за доцільне визначити як одну із особливостей мотивації під час спортивного тренування.

Перший рівень – основу цієї піраміди – становлять потреби, різні ситуативні мотиви. Без потреб і мотивів людина не буде діяти. Тобто людина має потребу займатися спортом, причини виникнення цієї потреби можуть бути різними від потреби покращити своє здоров'я до потреби стати професійним спортсменом.

На другому рівні розташовуються схильності, інтереси, ідеали і ціннісні орієнтації індивіда. Відповідно до цього рівня людина включається в ту чи іншу діяльність, зокрема спортивну. Тобто людина обирає той вид спорту, який є їй найбільшим до вподоби і починає тренуватися. В результаті цього у неї виникають певні цінності і вона прагне до якогось ідеалу.

На третьому найвищому рівні піраміди знаходяться світогляд, життєва позиція і життєві цілі. Тобто це рівень максимуму і якщо спортсмен на нього переходить то він вже не може зупинитися і його мотивація стає найсильнішою, ніж на попередніх рівнях піраміди. Цей рівень визначає весь спосіб життя людини.

Якщо представлена піраміда відображає мотивацію взагалі, то спортивна мотивація містить такі підстави (за Р. Пілюану):

– спонукальні (чинники, що відображають орієнтацію на задоволення духовних і матеріальних потреб);

– базисні (чинники, що відображають зацікавленість у:

1) сприятливих, комфортних умовах спортивної діяльності;

2) спеціальних знаннях і навичках;

3) відсутності больових відчуттів);

– процесуальні (чинники, що відображають зацікавленість у:

1) знаннях про противника;

2) відсутності психогенних впливів, які негативно позначаються на результатах змагань) [9, с. 121]

До другої особливості ми відносимо мотиви, які спонукають займатися спортом і тренуватися, а саме:

- прагнення до стресу та його подолання, адже боротьба за подолання перешкод, протистояння стресу, зміна обставин та досягнення успіху є однією з найсильніших мотивацій для занять спортом та тренувань;

- прагнення до досконалості;

- підвищення соціального статусу;

- потреба бути частиною спортивної команди, групи чи спільноти;

- отримання матеріального заохочення.

І третьою особливістю мотивації у спортивному тренуванні, на нашу думку, є – мотивація досягнень. Мотивація досягнень – це орієнтація людини на прагнення до успішного виконання завдання, наполегливість перед невдачами, та відчуття гордості за виконання. У спортивному світі мотивацію досягнень називають змагальністю. В умовах занять спортом і фізичною культурою, мотивація досягнень сфокусована на змаганнях із самим собою, тоді як змагальність впливає на поведінку в ситуаціях соціальної оцінки [7].

Висновки. Таким чином, проведене нами дослідження дозволило зробити низку висновків:

- Спортивна мотивація – це певний психологічний стан спортсмена, обґрунтований ставленням його до різних сторін конкретної ситуації у спортивній діяльності: до самої діяльності, до поставленої мети, очікуваних результатів, успіху і невдач, до партнерів по команді, тренера.

- Мотивація у спортивному тренуванні пов'язана із внутрішньою мотивацією та мотивацією досягнень. Внутрішня мотивація – це те, що спонукає людину діяти, щоб підвищити свою впевненість у собі та незалежність, а не заради зовнішньої мети. Мотивація досягнення – це тип мотивації діяльності, який пов'язаний з потребою людини досягати успіху та уникати невдач.

- Визначено три головні особливості мотивації у спортивному тренуванні, а саме:
1) Мотивація у спортивному тренуванні має вигляд трирівневої піраміди. Чим вище рівень тим максимальна мотивація у спортсмена до тренувань.
2) Другою особливістю є особисті мотиви спортсмена, які спонукають його до систематичних тренувань.
3) Третя особливість – це мотивація досягнень, яка є відносно стійким атрибутом особистості. Однак вона є і динамічним утворенням та починає діяти (актуалізується) у взаємодії з ситуативними факторами – такими як цінність і ймовірність (шанси) досягнення успіху в певній сфері діяльності. Мотивація досягнення, тобто прагнення досягти успіху в певному виді діяльності, охоплює не лише мотиви досягнення (стійкі атрибути особистості), а й ситуативні чинники (цінність, ймовірність досягнення успіху, складність завдання).

Перспективи подальших досліджень полягають у проведенні емпіричного дослідження щодо визначення особистісних конструктів мотивації у спортивному тренуванні.

Література

1. Антоненко В., Козак Є. Педагогічні умови формування спортивної мотивації на початковому етапі багаторічної підготовки спортсменів гирьового спорту. *Збірник наукових праць Національної академії Державної прикордонної служби України. Серія: Педагогічні науки*. 2016. № 2. С. 23-37.
2. Біліченко О. О. Особливості мотивації до занять з фізичного виховання у студентів. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2011. №5. С. 3-5.
3. Жданюк Л. О., Лукова С. В. Емпіричне дослідження мотивації досягнень у підлітків-спортсменів. *Теорія і практика сучасної психології*. 2019 р. № 5. Т. 2. С. 58-66.
4. Козляковський П. Загальна психологія: курс лекцій. Миколаїв: МФ НаУКМА, 2002. 220 с.
5. Лепьохіна І. О. Формування спортивної мотивації. *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітніх школах: збірник наукових праць*. 2012. Випуск 22 (75). С. 220-227.
6. Мінц М. О., Головаченко І. В. Мотивація до занять фізичною культурою і спортом студентів вищого навчального закладу. *Наукова праця. Педагогіка*. 2017. Випуск 279. Том 291. С. 93-96.
7. Осика К. С. Психологічні особливості мотивації досягнення у спортсменів-каратистів. *Проблеми загальної та педагогічної психології: зб. наук. пр. Ін-ту психології ім. Г. С. Костюка АПН України*. 2006. Т. 8. С. 192-197.
8. Пруднікова М. С. Мотивація до занять спортом на початкових етапах тренування. *Основи побудови тренувального процесу в циклічних та екстремальних видах спорту*. 2019. №3. С. 205-208.
9. Хуртенко О. В., Бортун Б. О. Структурні особливості формування мотивації до занять спортом у студентів. *Теорія і практика сучасної психології*. 2019 р. № 2. Т. 1. С. 119-123.
10. Шаболтас А. Мотиви занять спортом. Київ: Олімпійська література, 2004. 189 с.
11. Шапар В. Б. Сучасний глумачий психологічний словник. Харків: Прапор, 2007. 640 с.
12. Шевченко В. В. Особливості мотиваційного компонента професійно-психологічної компетентності військовослужбовців Національної гвардії України на етапі фахової підготовки. *Теоретичні і прикладні проблеми психології та соціальної роботи*. 2021. № 3 (56). Том 3. С. 220-232. DOI: <https://doi.org/10.33216/2219-2654-2021-56-3-3-220-232>
13. Ovcharuk, V., Maksymchuk, B., Ovcharuk, V., Khomenko, O., Khomenko, S., Yevtushenko, Y., Rybalko, P., Pustovit, H., Myronenko, N., Syvokhop, Y., Sheian, M., Matviichuk, T., Solovyov, V., & Maksymchuk, I. (2021). Forming Competency in Health Promotion in Technical Specialists Using Physical Education. *Revista Romaneasca Pentru Educatie Multidimensionala*, 13(3). Retrieved from <https://lumenpublishing.com/journals/index.php/rrem/article/view/2669>
14. Palamarchuk, O., Gurevych, R., Maksymchuk, B., Gerasymova, I., Fushytey, O., Logutina, N., Kalashnik, N., Kylivnyk, A., Haba, I., Matviichuk, T., Solovyov, V., & Maksymchuk, I. (2020). Studying Innovation as the Factor in Professional Self-Development of Specialists in Physical Education and Sport. *Revista Romaneasca Pentru Educatie Multidimensionala*, 12(4), 118-136. <https://doi.org/10.18662/rrem/12.4/337>

References

1. Antonets V., Kozak Ye. (2016). Pedagogical conditions for the formation of sports motivation at the initial stage of long-term training of kettlebell lifting athletes. *Zbirnyk naukovykh prats Natsionalnoi akademii Derzhavnoi prykordonnoi sluzhby Ukrainy. Seriya: Pedagogical sciences – Collection of scientific works of the National Academy of the State Border Guard Service of Ukraine. Series: Pedagogical sciences*, 2, pp. 23-37 [in Ukrainian].
2. Bilichenko O. O. (2011). Peculiarities of motivation for physical education classes in students. *Pedahohika, psykholohiia ta medyko-biologichni problemy fizychnoho vykhovannia i sportu – Pedagogy, psychology and medical and biological problems of physical education and sports*, 5, pp. 3-5 [in Ukrainian].
3. Zhdaniuk L. O., Lukova S. V. (2019). Empirical study of achievement motivation in adolescent athletes. *Teoriia i praktyka suchasnoi psykholohii – Theory and practice of modern psychology*, 5, T. 2, pp. 58-66 [in Ukrainian].
4. Kozliakovskiy P. (2002). Zahalna psykholohiia [General psychology]: kurs lektzii. Mykolaiv: MF NaUKMA [in Ukrainian].
5. Lepokhina I. O. (2012). Formuvannia sportyvnoi motyvatsii [Formation of sports motivation]. *Pedahohika formuvannia tvorchoi osobystosti u vyshchii i zahalnoosvitnikh shkolakh: zbirnyk naukovykh prats – Pedagogy of forming a creative personality in higher and secondary schools: a collection of scientific papers*, Vypusk 22 (75), pp. 220-227 [in Ukrainian].

6. Mints M. O., Holovachenko I. V. (2017). Motyvatsiia do zaniat fizychnoiu kulturoiu i sportom studentiv vyshchoho navchalnogo zakladu [Motivation to engage in physical education and sports for students of a higher education institution]. *Naukova pratsia. Pedahohika – Scientific work. Pedagogy*, Vypusk 279, Tom 291, pp. 93-96 [in Ukrainian].
7. Osyka K. S. (2006). Psykholohichni osoblyvosti motyvatsii dosiahnennia u sportsmeniv-karatystiv [Psychological features of achievement motivation in karate athletes]. *Problemy zahalnoi ta pedahohichnoi psykholohii: zb. nauk. pr. In-tu psykholohii im. H. S. Kostiuka APN Ukrainy – Problems of General and Pedagogical Psychology: a collection of scientific papers of the H.S. Kostiuk Institute of Psychology of the Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine*, T. 8, pp. 192–197 [in Ukrainian].
8. Prudnikova M. S. (2019). Motyvatsiia do zaniat sportom na pochatkovykh etapakh trenuvannia [Motivation for sports in the initial stages of training]. *Osnovy pobudovy trenuvalnogo protsesu v tsyklichnykh ta ekstremalnykh vyдах sportu – Basics of building a training process in cyclic and extreme sports*, 3, pp. 205-208 [in Ukrainian].
9. Khurtenko O. V., Bortun B. O. (2019). Strukturni osoblyvosti formuvannia motyvatsii do zaniat sportom u studentiv [Structural features of the formation of motivation for sports in students]. *Teoriia i praktyka suchasnoi psykholohii – Theory and practice of modern psychology*, 2, T. 1, pp. 119-123 [in Ukrainian].
10. Shabolts A. (2004). Motyvy zaniat sportom [Motivations for doing sports]. Kyiv: Olimpiiska literatura [in Ukrainian].
11. Shapar V. B. (2007). Suchasnyi tлумachnyi psykholohichni slovnyk [A modern explanatory psychological dictionary]. Kharkiv: Prapor [in Ukrainian].
12. Shevchenko V. V. (2021). Osoblyvosti motyvatsiinoho komponenta profesiino-psykholohichnoi kompetentnosti viiskovoslužbivtsiv Natsionalnoi hvardii Ukrainy na etapi fakhovoi pidhotovky [Features of the Motivational Component of the Professional and Psychological Competence of the National Guard of Ukraine at the Stage of Professional Training]. *Teoretychni i prykladni problemy psykholohii ta sotsialnoi roboty – Theoretical and applied problems of psychology and social work*, 3 (56), Tom 3, pp. 220-232. DOI: <https://doi.org/10.33216/2219-2654-2021-56-3-3-220-232> [in Ukrainian].
13. Ovcharuk, V., Maksymchuk, B., Ovcharuk, V., Khomenko, O., Khomenko, S., Yevtushenko, Y., Rybalko, P., Pustovit, H., Myronenko, N., Syvokhop, Y., Sheian, M., Matviichuk, T., Solovyov, V., & Maksymchuk, I. (2021). Forming Competency in Health Promotion in Technical Specialists Using Physical Education. *Revista Romaneasca Pentru Educatie Multidimensionala*, 13(3). Retrieved from <https://lumenpublishing.com/journals/index.php/rrem/article/view/2669> [in English].
14. Palamarchuk, O., Gurevych, R., Maksymchuk, B., Gerasymova, I., Fushtey, O., Logutina, N., Kalashnik, N., Kylivnyk, A., Haba, I., Matviichuk, T., Solovyov, V., & Maksymchuk, I. (2020). Studying Innovation as the Factor in Professional Self-Development of Specialists in Physical Education and Sport. *Revista Romaneasca Pentru Educatie Multidimensionala*, 12(4), 118-136. <https://doi.org/10.18662/rrem/12.4/337> [in English].

DOI: [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.2\(174\).29](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.2(174).29)

УДК: 796.062.4:355.237.3

Первачук О.І.

аспірант Львівського державного університету
фізичної культури імені Івана Боберського

Первачук Р.В.

доктор філософії з фізичного виховання і спорту, доцент,
доцент кафедри атлетичних видів спорту

Львівського державного університету фізичної культури імені Івана Боберського

ПРОГРАМА ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ – ОСНОВА ГОТОВНОСТІ ДО ВІЙСЬКОВО-ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

Враховуючи події сьогодення, поставки озброєння та військової техніки країнами-партнерами та стрімкий її розвиток у повсякденному військовому житті, характер ведення бойових дій проти агресора рф, можемо зробити висновок, що сучасний бій не виключає виникнення між військовослужбовцями, підрозділами (групами) ближнього бою з противником, який може переходити в рукопашну сутичку. Аналіз ведення бойових дій та досвід показав, що більша частина ведення ближніх бойових сутичок в умовах війни ведуться у приміщеннях, населених пунктах, лісистій місцевості, на обмеженій площі, в траншеях тощо. Окрім згаданого, використання рукопашних сутичок можливе у випадках відсутності або втрати особистої зброї та за умов, коли застосування її з будь-яких причин неможливе або недоцільне.

Використання засобів рукопашного бою являє собою зброю, яку неможливо бачити, але яка завжди у наявності з військовослужбовцем. Вміння володіти прийомами рукопашного бою за певних ситуацій при зустрічі з противником може стати єдиним засобом та фактором досягнення успішного результату у бою, збереження життя та здоров'я підлеглого особового складу, особистого та товаришам по службі.

Актуальним питанням сучасного бою залишається підготовка військовослужбовців та структурних підрозділів в цілому до ведення рукопашного бою у ближньому бою з метою підвищення боєздатності військ. Адже, саме засоби рукопашного бою є ефективним фактором та елементом розвитку та удосконалення фізичної, психологічної та бойової готовності військовослужбовців.

Таким чином, доцільно розробити, обґрунтувати та експериментально перевірити ефективність впливу програми психологічної підготовки до військово-професійної діяльності на основі