

РОЗДІЛ 4 ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА І СПОРТ

УДК 796.011.1

DOI <https://doi.org/10.32782/ped-uzhnu/2026-12-32>

Антіпова Жанна Ігорівна,

ORCID ID: 0000-0002-3052-0862

*старший викладач кафедри військової та фізичної підготовки
Національний університет «Одеська юридична академія»*

Барсукова Тетяна Олександрівна,

ORCID ID: 0000-0002-1370-4475

*старший викладач кафедри військової та фізичної підготовки
Національний університет «Одеська юридична академія»*

Кучеренко Геннадій Васильович,

ORCID ID: 0000-0002-4516-8873

*кандидат педагогічних наук,
старший викладач кафедри теорії та методики
фізичної культури та спортивних дисциплін
ДЗ «Південноукраїнський національний педагогічний університет
імені К. Д. Ушинського»*

ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ МОТИВАЦІЇ ДО ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ТА СПОРТУ У МАЙБУТНІХ ПРАЦІВНИКІВ ПРАВООХОРОННИХ ОРГАНІВ

FEATURES OF DEVELOPMENT OF MOTIVATION TOWARDS PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS IN FUTURE LAW ENFORCEMENT OFFICERS

Сучасне освітнє середовище зазнає концептуальної трансформації, позиціонуючи першочерговою цінністю особистість студента, її можливості до безперервного саморозвитку та самовдосконалення. Юридичне навчальне середовище розглядається на сьогодні не лише з позиції хабу фахового розвитку майбутніх правоохоронців, але й у контексті інтеграції стійких навичок підтримки фізичної активності та постійного удосконалення в даному напрямку впродовж усього життя. Рівень фізичної підготовленості студентської молоді необхідно розглядати в контексті синергії фізичних, психологічних, когнітивних показників, що потребує повного апгрейду усталених методологічних підходів у середовищі вищої освіти. У статті розглядаються питання розвитку мотивації у майбутніх працівників правоохоронних органів до фізичної підготовки та спортивної діяльності, враховуючи як зовнішні, так і внутрішні спонукання. Виокремлено основні чинники, що впливають на формування мотивації, зацентровано на пріоритетності внутрішніх мотивів, що формують стійку основу для безперервного самовдосконалення майбутнього правоохоронця, розвитку професійно значущих якостей, формуванню стресостійкості та підтримці ментального благополуччя. У рамках дослідження запропоновано інноваційне бачення концепції стимулювання зацікавленості студентів у фізичній активності, що включає теоретичні та практичні аспекти, толерантний педагогічний супровід та залучення інновацій у спорті. Основна мета запропонованого підходу до мотивації полягає у забезпеченні випускників відповідним рівнем фізичної підготовленості для ефективного виконання службових завдань, кваліфікованого використання фізичної сили, включаючи навички боротьби та самозахисту, а також у підтриманні високого рівня продуктивності під час їхньої майбутньої професійної діяльності.

Ключові слова: студент, заклади вищої освіти, фізичне виховання, мотивація, майбутні правоохоронці.

The modern educational environment is undergoing a conceptual transformation, positioning the student's personality and their opportunities for continuous self-development and self-improvement as the primary value. The training of future personnel for law enforcement agencies should be focused not only on mastering key

professional competencies, but also on the formation of sustainable health-preserving skills. The importance of high-quality physical training is manifested not only in obtaining high marks on final tests, but also in the comprehensive development of all skills and abilities necessary for a successful life. Physical exercises give positive energy, help form willpower, and most importantly – provide future law enforcement officers with inner strength and resilience, which is very important for the high-quality performance of their professional tasks. There is an urgent need to investigate the features of the formation of students' motives for physical education and sports. Studies of students' cognitive functions in the context of regular training demonstrate positive dynamics of mental performance indicators. Improvement of mnemonic processes, concentration of attention and speed of information processing correlates with optimization of cerebral hemodynamics and reduction of psychoemotional stress. Considering that regular performance of strength and cardio exercises allows to improve indicators of endurance and strength, establishment of a stable system of internal motivation of students to engage in sports is seen as a key solution for maintaining functional performance in everyday professional life. Physical exercises give positive energy, help form willpower, and most importantly – provide future law enforcement officers with inner strength and resilience, which is very important for the high-quality performance of their professional tasks.

Key words: student, higher education institutions, physical education, motivation, future law enforcement officers.

Постановка проблеми. Підготовка майбутніх кадрів для правоохоронних органів має бути зосереджена не лише на опануванні ключових фахових компетенцій, але й на формуванні стійких навичок здоров'язбереження. Значення якісної фізичної підготовки проявляється не лише в отриманні високих оцінок на підсумкових перевітках, а й у всебічному розвитку всіх умінь та здібностей, необхідних для успішного життя. Фізичні вправи дають позитивну енергію, допомагають формувати силу волі, а головне – забезпечують майбутніх працівників правоохоронних органів внутрішньою міццю та стійкістю, що є дуже важливим для якісного виконання їхніх професійних завдань. Виникає нагальна потреба дослідити особливості формування мотивів у студентів до занять фізичною культурою та спортом.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Мотиваційні аспекти особистості студента становлять предмет інтересу для багатьох науковців. Зокрема, такі дослідники, як Ю. Бородін та ін. [1], Л. Грень [2], А. Ногас [8], О. Попова [11] та інші автори, присвячують свої праці вивченню феномену мотивації до занять спортом та здорового способу життя. Освітні та виховні аспекти формування мотивації до здоров'язбережувального способу життя у студентської молоді як передумови успішності в майбутній професії аналізуються низкою сучасних науковців. Зокрема, ці питання розглядали П. Лівак та ін. [5], О. Митник [6], М. Осадець, В. Головачук [9], Н. Танасійчук [14].

Результати досліджень вчених демонструють значне переважання зацікавленості студентів у заняттях новими методами тренувань, порівняно з традиційними формами організації фізичного виховання, що підтверджується високими показниками суб'єктивної оцінки привабливості

такого формату занять. Дослідження когнітивних функцій студентів, реалізовані Р. Невзоровим, П. Онпченко [7], В. Рябченко та ін. [13] в умовах застосування регулярних тренувань, демонструють позитивну динаміку показників розумової працездатності. Покращення мнемічних процесів, концентрації уваги та швидкості обробки інформації корелює з оптимізацією церебральної гемодинаміки та зниженням рівня психоемоційного стресу.

Крім того, у дослідженнях П. Г. Грибан [3], Ф. Свтушов [4] було встановлено, що регулярне виконання силових і кардіовправ дозволило учасникам експерименту покращити показники витривалості та сили, що є ключовими для підтримання функціональної працездатності у повсякденному професійному житті. Однак, залишається не до кінця дослідженим аспект ролі мотивації у забезпеченні високих результатів у професійній сфері.

Мета статті – визначення чинників, які впливають на формування мотивації у майбутніх працівників правоохоронних органів до занять з фізичного виховання та спортом.

Виклад основного матеріалу. Вища школа відводить позитивній мотивації студента важливу роль. Оздоровча діяльність здійснює істотний вплив формування даної мотивації та характеризується свідомою, цілеспрямованою активністю людини, в результаті якої досягається оптимальний рівень функціонального стану, формування рухових умінь, фізичних якостей, підвищення показників здоров'я організму.

Феномен мотивації розуміється як прагнення до успішного виконання складних завдань, коли особа прагне діяти якомога швидше та самотійно. Метою є подолання перешкод, досягнення високих стандартів, перевершення власних

можливостей та успішна конкуренція з іншими. Зрештою, це сприяє підвищенню самоповаги завдяки ефективній реалізації своїх здібностей [16].

Оцінюючи ціннісний потенціал фізичної культури, особливої уваги потребує відношення студентів до самої фізкультурно-спортивної діяльності, просування соціальної значимості фізичної культури, систематичності проведення занять. Слід зазначити, що фактори впливу на мотивацію є об'єктивними та суб'єктивними.

Спонукальні чинники до занять фізичним вихованням для майбутніх працівників правоохоронних органів є частиною їхньої загальної навчальної мотивації та передбачають систематичний навчально-тренувальний підхід. Основна мета цього процесу полягає у забезпеченні випускників відповідним рівнем фізичної підготовленості для ефективного виконання службових завдань, кваліфікованого використання фізичної сили, включаючи навички боротьби та самозахисту, а також у підтриманні високого рівня продуктивності під час їхньої майбутньої професійної діяльності [10].

Для повного розуміння механізму формування спонукання студентів – майбутніх правоохоронців до фізичної підготовки у вищих юридичних навчальних закладах України, доцільно розглядати її у двох основних аспектах – зовнішньому та внутрішньому [12]. Зовнішня мотивація визначається факторами та умовами, які походять із зовнішнього середовища і не пов'язані безпосередньо з індивідуальним ставленням особи до змісту самої діяльності. Її становлення відбувається під впливом зовнішніх заохочень та обставин. Натомість, внутрішня мотивація тісно пов'язана з особистим інтересом студента до суті певної діяльності. Такий вид спонукання формується з внутрішнього бажання майбутнього фахівця досягти значних результатів як у теоретичному вивченні, так і в практичному використанні відповідної дисципліни [16].

Слід зазначити, що питання формування мотивації до фізичних занять та спорту серед студентів юридичних спеціальностей вищих навчальних закладів вивчені недостатньо з наукової позиції. Це пояснюється, переважно, двома причинами:

- по-перше, у сучасній психології відсутнє єдине розуміння суті цього явища;
- по-друге, у сфері фізичної культури та спорту мотивацію часто помилково прирівнюють до таких особистісних рис, як воля, рішучість, цілеспрямованість, відданість тощо.

Проте, під час фізичних вправ та спортивних занять роль мотивуючих та стимулюючих чинників виступає дуже виразно. Коли студенти, досягнувши поставлених завдань та спостерігаючи за результатами власної праці, відчують задоволення від виконаної діяльності, радість від часткових успіхів, у них закріплюються здобуті знання та зростає переконання в дієвості шляху фізичного самовдосконалення та особистісного зростання [15].

Із метою ідентифікації внутрішніх та зовнішніх мотивів, що стимулюють до занять фізичною підготовкою, у межах дослідження було проведено анкетування. Вибіркою були охоплені студенти факультету прокуратури та слідства: дві групи по 25 осіб (спеціальність «Кримінальна юстиція») та дві групи по 22 особи (спеціальність «Правоохоронна діяльність»).

Респондентам запропонували обрати найбільш значущі для них чинники, що впливають на їхнє прагнення до фізичного виховання та спорту. У рамках вивчення внутрішніх спонукань було виділено такі категорії мотивів:

- оздоровчі: бажання покращити стан здоров'я шляхом систематичної фізичної діяльності;
 - естетичні: прагнення до вдосконалення зовнішнього вигляду за допомогою фізичних навантажень та спорту;
 - розвивальні: розвиток та покращення фізичних якостей, таких як витривалість, сила та інші;
 - професійні: набуття та вдосконалення вмінь, важливих для майбутньої успішної професійної кар'єри;
 - психологічні: покращення психоемоційного стану завдяки регулярним тренуванням та заняттям.
- Для аналізу зовнішніх спонукань були виділені наступні мотиви:
- адміністративні: нормативи та вимоги, закріплені в нормативно-правових актах, що регулюють фізичну підготовленість співробітників правоохоронних органів;
 - змагальні: прагнення конкурувати з одногрупниками та представниками інших факультетів;
 - рекреаційні / відпочинкові: необхідність зміни виду діяльності при одноманітній інтелектуальній роботі.

За результатами дослідження внутрішньої мотивації були виявлені такі показники: 23,8% – мотиви, пов'язані з оздоровленням; 20,8% – естетичні мотиви; 17,3% – мотиви розвитку; 28,2% – професійні мотиви; 9,9% – психологічні мотиви (рис. 1). Аналіз зовнішньої мотивації показав наступні результати:

25,8% – адміністративні мотиви; 20,5% – мотиви змагання/конкуренції; 17,3% – мотиви, пов’язані з діяльністю; 18,1% – наслідування прикладу; 9,9% – педагогічний вплив; 8,4% – агітація у межах навчального закладу (рис. 2).

На підставі проведеного аналізу можна зробити висновок, що для посилення внутрішньої мотивації у майбутніх фахівців правоохоронної сфери необхідно організувати комплексний процес, де поряд з практичними заняттями доцільно проводити лекції, що стосуються фізіологічних особливостей людського організму, важливості збереження та зміцнення здоров’я. Безумовно, важливим фактором може і має бути індивідуальна форма роботи зі студентами (особистісно орієнтований підхід), коли викладач виявляє «сильні» і «слабкі» сторони і показує студенту можливість вдалого самовираження, пропонує прийоми об’єднання, перспективної

синергії його основних інтересів із завданнями та можливостями фізичного виховання в індивідуальному режимі.

Слід підкреслити, що найвищого рівня мотивації можна досягти, коли серед внутрішніх і зовнішніх спонукальних чинників переважають внутрішні. Без внутрішнього прагнення до самовдосконалення самоосвіта є неможливою. Це пояснюється тим, що лише усвідомивши беззаперечну цінність занять з фізичного виховання, студенти зможуть по-справжньому розуміти значення цієї дисципліни та приділяти їй час у межах самостійної підготовки, не обмежуючись лише аудиторними заняттями.

Основним чинником зовнішньої мотивації при цьому виступає вибір найбільш ефективного стимулу, короткочасного чи постійного: додаткові бали до заліку, комфортний розклад занять, варіативність форм спортивної активності,

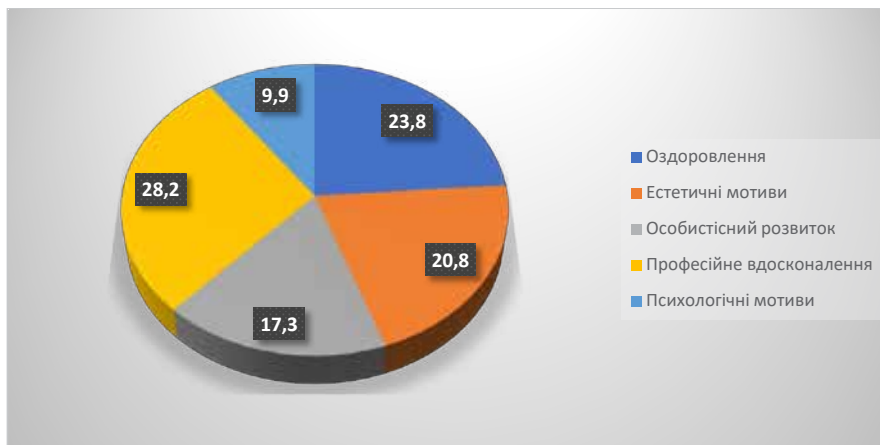


Рис. 1. Результати дослідження внутрішньої мотивації студентів репрезентативної вибірки, % респондентів

Джерело: розробка автора

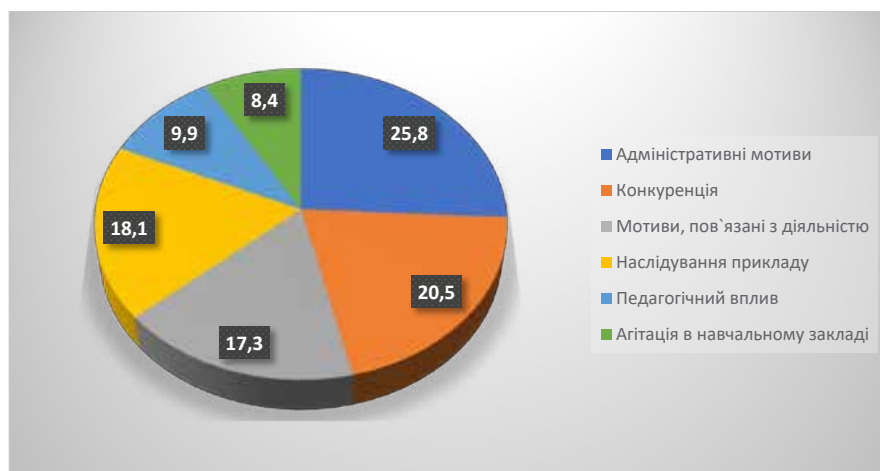


Рис. 2. Результати дослідження зовнішньої мотивації студентів репрезентативної вибірки, % респондентів

Джерело: розробка автора

впровадження інноваційних видів занять, таких як йога, фітнес чи кросфіт, більш близьких сучасних молоді. Також важлива роль відводиться педагогу, його толерантності та умінню спонукати до більших досягнень з урахуванням індивідуального потенціалу.

Підсумовуючи, доцільно сформулювати декілька ключових наративів щодо розвитку стійкої мотивації до занять фізичною культурою та спортом серед майбутніх працівників правоохоронних органів:

1) першочерговою умовою стійкої вмотивованості студентів є задоволення їх основних психологічних потреб, що потребує створення підтримуючого та стимулюючого навчального середовища;

2) зовнішня мотивація володіє дуалістичним впливом: незважаючи на їх ефективність у разі короткострокового застосування, тривала зовнішня підтримка мотивації може нівелювати внутрішні мотиви, що потребує забезпечення відповідного балансу;

3) контекстуальні чинники (педагогічні методи, культурні очікування тощо) можуть суттєво впливати на мотивацію шляхом створення якісної спортивної інфраструктури, проведення ефективної агітації, пропозиції варіативності форм фізичної активності, а також за допомогою практичної педагогічної підтримки зі сторони викладачів;

4) необхідно враховувати гендерні відмінності у мотивації студентів щодо занять фізичною культурою, що потребує урахування індивідуальних особливостей, потенціалу та обмежень при організації навчального процесу.

Таким чином, організовані на основі обраного виду спорту заняття вбачаються більш

перспективними у плані самовдосконалення, збереження та зміцнення здоров'я молодого покоління, виступаючи дієвим засобом формування спортивної культури, психофізичного становлення та професійної підготовки висококваліфікованого спеціаліста, на відміну від традиційних занять із фізичної культури. Заняття сучасними видами спорту сприяють вирішенню основного завдання фізичного виховання у вищій школі – залучення студентів до здорового способу життя. Організовані на основі вибраного виду спорту заняття допомагають сформувати початкову мотивацію до занять фізичною культурою і надалі доведуть студентам, що фізична культура є не тільки оздоровчим засобом, а й складовою загальної культури людини.

Висновки і перспективи подальших досліджень. Мотивація до фізичної діяльності безпосередньо пов'язана з прагненням досягти успіху в обраній професії. На сьогодні стає очевидним, що рівень фізичної підготовленості студентської молоді необхідно розглядати в контексті синергії фізичних, психологічних, когнітивних показників, що потребує повного апгрейду усталених методологічних підходів у педагогічній практиці.

Синергія фізичної активності з іншими навчальними дисциплінами, такими як менеджмент здоров'я або психологія, дозволить розширити освітні горизонти учнів та сприяє формуванню в них комплексного підходу до підтримки здоров'я. Перспективні наукові розробки мають бути спрямовані на залучення інноваційних технологій здоров'язбереження для підвищення інтересу до спортивних занять у сучасних здобувачів освіти.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Бородін Ю. А., Романчук В. М., Романчук С. В. Мотивація курсантів технічних військових навчальних закладів до занять фізичною підготовкою і спортом : навч. посіб. Житомир : ЖВІРЕ, 2006. 122 с. URL: <http://repository.lidufk.edu.ua/handle/34606048/22054>
2. Грень Л. М. Розвиток мотиваційної сфери студентів як основа досягнення успіху в майбутній професійній діяльності. *Проблеми інженерно-педагогічної освіти = Problems of Engineering Pedagogic Education* : зб. наук. пр. Харків : УІПА, 2010. № 28–29. С. 209–214. URL: <https://repository.kpi.kharkov.ua/handle/KhPI-Press/18139>
3. Грибан Г. П. Фізичне виховання: проблеми та перспективи : монографія. Житомир : Рута, 2020. 384 с. URL: <https://eprints.zu.edu.ua/32273/1/Gryban-monografiya.pdf>
4. Євтушов Ф. М. Вдосконалення процесу формування професійно-прикладних рухових навичок курсантів 1 курсу вищих навчальних закладів МВС України. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету ім. Т. Г. Шевченка*. Чернігів, 2012. № 102. Т. 2. С. 112–114. URL: <http://oaji.net/pdf.html?n=2014/755-1415095804.pdf>
5. Лівак П., Коновал Ю., Максим'як Я. Роль фізичної освіти у формуванні активного способу життя серед української молоді: виклики та перспективи. *Академічні візії*. 2024. Вип. 31. DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.11219431>
6. Митник О. Я. Здоров'язбережувальне освітнє середовище як чинник становлення успішної особистості. *Актуальні проблеми психології розвитку особистості* : матеріали Міжнародної науково-практичної

- конференції. м. Київ, 12–15 травня 2023 року. Український державний університет імені Михайла Драгоманова. Київ, 2023. 133 с. URL: <http://surl.li/wgqqqlr>
7. Невзоров Р. В., Онипченко П. М. Psychological-pedagogical aspects of the organization of preparation of pilot cadet for implementation combat tasks. *Scientific Notes of the Pedagogical Department*. 2017. № 41. Pp. 161–169. URL: <https://periodicals.karazin.ua/pedagogy/article/view/9986>
8. Ногас А. О. Теоретико-методологічні засади формування здорового способу життя за допомогою фізичної культури. *Rehabilitation and Recreation*. 2021. № 9. Pp. 187–192. DOI: <https://doi.org/10.32782/2522-1795.2021.9.2>
9. Осадець М., Головачук В. Фізична культура як фактор формування здорового способу життя особистості. *Physical culture and sport: scientific perspective*. 2024. № 1 (1). С. 178–182. DOI: <https://doi.org/10.31891/pcs.2024.1.27>
10. Пішак О. В. Сучасні тенденції фізичного виховання, спорту та здоров'я людини в національній системі освіти. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова*. Серія 5 : Педагогічні науки: реалії та перспективи. 2021. Вип. 79. Т. 2. С. 53–59. DOI: <https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series5.2021.79.2.11>
11. Попова О. Мотивація досягнення успіху та її роль у формуванні професійної компетентності майбутніх інженерів-бакалаврів. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології*. 2024. № 5 (139). С. 334–344. URL: <https://pedscience.sspu.edu.ua/wp-content/uploads>
12. Про затвердження Положення про організацію службової підготовки працівників Національної поліції України. Наказ МВС України № 50 від 26.01.2016 р. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/go/z0260-16>
13. Рябченко В. Г., Донець І. О., Черезов Ю. О. Фізична культура студента як запорука його здоров'я. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова*. Серія 15. 2022. С. 86–89. DOI: [10.31392/NPU-nc.series15.2022.1\(145\).21](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2022.1(145).21)
14. Танасійчук Ю. М. Формування культури здорового способу життя студентів в освітньому просторі : монографія. Київ, 2020. Том II. URL: <https://dspace.udpu.edu.ua/handle/123456789/14327>
15. Федорина Т. Є., Арабаджи А. Ю., Петренко В. І. Використання інноваційних підходів при проведенні занять з фізичного виховання для студентів НТУ «ХПІ». *Здоров'я нації і вдосконалення фізкультурно-спортивної освіти* : матеріали 1-ї Міжнар. наук.-практ. конф., м. Харків, 3–4 жовтня 2019 р. Харків, 2019. С. 278–279. URL: <https://repository.kpi.kharkov.ua/handle/KhPI-Press/46819>
16. Shcherbak I., Drozhyk L., Boichuk Y., Nizhevska T., Prokopenko I. Increasing Students' Motivation for the Health-Preserving Activities. *Revista Romaneasca pentru Educatie Multidimensionala*. 2021. № 13 (1). Pp. 247–261. DOI: <https://doi.org/10.18662/rrem/13.1/371>

Антіпова Ж. І., Барсукова Т. О., Кучеренко Г. В.

Стаття поширюється на умовах ліцензії відкритого доступу (CC BY)

Дата першого надходження статті до видання: 12.02.2026

Дата прийняття статті до друку після рецензування: 04.03.2026

Дата публікації (оприлюднення) статті: 16.04.2026

