

кинестезического и вестибулярного анализаторов, позволит поднять эмоциональный настрой, интерес к освоению приемов, создать более яркий и точный сенсорно-перцептивный образ (модель) техники действий во взаимодействии с партнером, их пространственно-временных характеристик, сформировать специализированное восприятие («чувство партнера»), повышающее сенсорные возможности двигательной деятельности занимающихся.

Библиографический список

1. Горелик, А.В. Эволюция боевых приемов борьбы в органах внутренних дел РФ (правоприменительные и организационно-тактические аспекты) / А.В. Горелик, А.А. Евтушенко // Научный компонент. – 2019. – № 2 (2). С. 54-65.

2. Кравчук, А.И. Проблемы интерпретации отдельных пунктов Наставления по организации физической подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации по вопросам необходимости нанесения расслабляющего удара / А.И. Кравчук // Актуальные проблемы борьбы с преступлениями и иными правонарушениями. – 2018. – № 18-2. – С. 100-101.

3. Osipov, A. et al. Analysis level of the special proficiency of cadets and officers of the Internal Affairs authorities of Russian Federation to the physical interdictory effort by criminals // Journal of Physical Education and Sport. – 2017. – № 2. – P. 602-607.

А.А. Евтушенко

МОТИВАЦИЯ К ЗАНЯТИЯМ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ НА НАЧАЛЬНОМ ЭТАПЕ ОБУЧЕНИЯ КАК ОДИН ИЗ ЗНАЧИМЫХ ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКИХ ПРОЦЕССОВ В СИСТЕМЕ ПОДГОТОВКИ В ВУЗАХ МВД РОССИИ

Организовать учебный, учебно-тренировочный, а также тренировочный процессы, процесс физического воспитания, обеспечить успешное выступление спортсменов на соревнованиях преподавателю по физической подготовке в рамках отведенного на это программой первоначального обучения время невозможно без знаний психологических закономерностей в поведении человека в различных ситуациях. Все это говорит о необходимости систематического изучения психологии как важного предмета для преподавателей по физической подготовке.

Наряду с широким развитием и дальнейшим совершенствованием организованных форм занятий по физической подготовке решающее значение имеют самостоятельные занятия физическими упражнениями. Тем более в связи с изменением в программах первоначального обучения на

данный момент эта форма обучения является как никогда актуальной. Всестороннее развитие физических способностей людей с помощью организованной двигательной активности (физической подготовки) помогает сосредоточить все внутренние ресурсы организма на достижении поставленной цели, повышает работоспособность, укрепляет здоровье.

Исходя из общепсихологической теории деятельности как специфической активности личности, занятия по физической подготовке включают следующие три компонента: мотивацию; упражнения; результаты деятельности. Мотивацию образуют потребности, цели, мотивы, интересы.

Цели, решаемые в процессе физического воспитания, сводятся к физическому совершенствованию личности и формированию физической культуры личности в процессе физической подготовки.

Задачами физической подготовки являются:

- 1) укрепление здоровья, гармоническое развитие личности;
- 2) формирование необходимых двигательных навыков прикладного характера;
- 3) использование игрового и соревновательного методов способствует эффективности занятий по физической подготовке, укрепляет мотивацию. При этом игра и соревнование выступают как методы, а не как обязательный компонент деятельности при развитии физических качеств и волевых усилий;
- 4) занятия по физической подготовке при обучении носят обязательный характер;
- 5) развитие у занимающихся интереса к физической культуре и спорту и формирование потребности в физических упражнениях.

Мотивация (от латинского) – это побуждение к действию; динамический процесс физиологического и психологического плана, управляющий поведением человека, определяющий его направленность, организованность, активность и устойчивость; способность человека через труд удовлетворять свои потребности. Мотив не только определяет поведение человека (например, выбор вида спорта), но и во многом обуславливает конечный результат [1].

Мотив как внутренняя побудительная сила возникает под влиянием внешних воздействий. В качестве внешних воздействий могут выступать: 1) привлекательность конкретных физических упражнений, преломляемая через двигательные способности, темперамент и другие свойства личности. Поэтому одних слушателей привлекают упражнения на гимнастических снарядах, других – упражнения игрового характера (футбол, волейбол, баскетбол и др.), третьих – силовые упражнения, в том числе в тренажерном зале; 2) высокая активность занятий физическими упражнениями товарищей по учебной группе; 3) разнообразие и доступность спортивной базы (спортивные площадки, бассейны, стадионы и т.д.); 4) про-

паганда физической культуры и спорта; 5) умело организованные занятия по физической подготовке, способные увлечь заниматься не только в учебное, но и в свободное время. Все эти факторы, воздействующие на обучающихся, создают благоприятные условия для возникновения у них мотивации к занятиям по физической подготовке, в том числе и к самостоятельной работе [1].

По степени проявления возникшие мотивы могут быть постоянно проявляющимися и носить устойчивый характер или ситуативными (временными). Чтобы мотивы закрепились и были устойчивыми, слушатель должен получать удовольствие от занятий и определенные (планируемые) результаты.

По характеру направленности мотивы занятий физическими упражнениями подразделяются на процессуальные и результативные. Процессуальные мотивы реализуются в процессе занятий по физической подготовке: слушатель удовлетворяет потребность в движениях, получает наслаждение от процесса деятельности (азарт, соперничество, мышечные ощущения, приподнятость настроения, чувство удовлетворения от выполнения сложных упражнений и от победы, в том числе и над самим собой). Формированию именно этой мотивации должно быть уделено постоянное внимание на практических занятиях по физической подготовке.

Результативные мотивы направлены на результат деятельности. В процессе занятий как физической культурой, так и спортом слушатели стремятся к какому-то результату, достигнуть который можно в течение длительных и систематических тренировок.

Мотивы этой группы могут быть направлены на:

1) самосовершенствование (укрепление здоровья, улучшение телосложения, устранение дефектов в фигуре, развитие физических и волевых качеств);

2) самовыражение и самоутверждение (стремление стать ловким и сильным, быть не хуже других, выступать в спортивных соревнованиях и т.п.).

Мотивы, направленные на результат деятельности, возникают под влиянием внутренних факторов (самооценки, убеждения, желания и др.). Укрепление их обусловлено достигаемыми результатами. Формированию таких мотивов в большей мере способствуют занятия в спортивных секциях, где спортивное соревнование является необходимым компонентом [1]. Кроме того, направленность и особенности содержания в программе по физической подготовке в вузах обусловлены выполнением ряда общекультурных и специфических функций, реализуемых с учетом специфических требований избранной профессии [2].

Занятия по физической подготовке должны быть интересными. Если у занимающихся сформирован глубокий и устойчивый интерес к спорту

и к здоровому образу жизни, то это уже залог его воспитательного воздействия. Любовь к спорту заставляет занимающихся отказываться от вредных привычек и воспитывать у себя многие положительные качества. Особенно важно сформировать интерес слушателей к занятиям на начальном этапе обучения, так как их занятия не всегда мотивируются осознанием важности того, что они делают. Занятия, особенно на первоначальном этапе, должны быть построены так, чтобы занимающиеся получали от них удовольствие и были скорее больше игрой, а не кропотливой трудоемкой работой, которая для начинающих неинтересна [3].

Таким образом, сегодня нужно совершенствовать традиционные формы обучения и применять новые формы и методы проведения занятий по физической подготовке для формирования у занимающихся устойчивой мотивации к занятиям по физической подготовке. Слушатели, выходящие из стен вуза, должны быть подготовлены как физически, так и морально. Процесс становления личности обучающегося должен смещаться на самовоспитание, что связано с завершением формирования самосознания. В.А. Сухомлинский указывал, что истинное воспитание совершается тогда, когда есть самовоспитание. Личностный подход в физическом воспитании предполагает, что личность педагога имеет большое значение в формировании положительных качеств у занимающихся. К.Д. Ушинский указывал, что в воспитании все должно основываться на личности воспитателя, потому что воспитательная сила изливается только из живого источника человеческой личности [3].

Завершением воспитания обучающихся является сформированная личность, которая должна обладать как устойчивым внутренним мотивационным ядром, способным выдерживать информационные перегрузки и быстрые изменения среды, так и психологической гибкостью, лабильностью, способностью и усваивать новую информацию, и продуцировать новое.

Библиографический список

1. Общая и спортивная психология : учебник для высших физкультурных учебных заведений / под ред. Г.Д. Бабушкина, В.М. Мельникова. – Омск: СибГАФК, 2000. – С. 169-176.
2. Теория и методика физической культуры : учебник / под ред. Ю.Ф. Курамшина. – 3-е изд., стереотип. – М.: Советский спорт, 2007. – С. 275.
3. Физическое воспитание в вузе : тексты лекций / под ред. М.М. Чубарова. – 3-е изд., стереотип. – М.: МГИУ, 2005. – 214 с.