

## Формирование мотивации у курсантов военных вузов к занятию греко-римской борьбой и рукопашным боем

Дутчак Павел Романович, кандидат педагогических наук, доцент,  
профессор кафедры «ПП и РБ»,

Цуркан Олег Валерьевич, кандидат педагогических наук, доцент,  
доцент кафедры «ПП и РБ»

Военный институт физической культуры (г. Санкт-Петербург)

**Аннотация.** В статье рассматриваются методы формирования устойчивых мотивов и интереса к систематическим занятиям единоборствами (греко-римская борьба, рукопашный бой) у курсантов военных учебных заведений на занятиях по физической подготовке.

**Ключевые слова:** греко-римская борьба, рукопашный бой, мотивация, единоборства, спортивная тренировка, физическая подготовка.

В современной профессиональной литературе посвященной формированию мотивации к физической тренировке основное внимание уделено вопросу изучения мотивов, связанных с занятием спортом высших достижений. Однако, в настоящее время наблюдается некоторое снижение физической подготовленности курсантов и офицеров, особенно младших возрастных групп. В качестве одной из основных причин, вероятно, выступает то, что в период обучения у курсантов слабо формируются устойчивые мотивы и интерес к систематическим занятиям физической подготовкой и спортом, тогда как заслуживающим внимания важным средством подготовки личного состава к овладению профессиональными навыками всегда рассматривались физическая подготовка и спорт. На наш взгляд, в настоящее время данная проблема является одной из главных в области физической подготовки в вооруженных силах. В целом, можно утверждать, что существует дефицит как теоретических разработок, так и практических рекомендаций по формированию мотивации военнослужащих к систематическому физическому совершенствованию в единоборствах. Снижение мотивации вызвано отсутствием общественно-значимых мотивов в подростковом возрасте, таких как подготовка к защите Родины, овладение воинской профессией, престиж спортивных достижений и ограниченная доступность спортивных секций, возможностей для самореализации в спорте и дороговизна спортивного инвентаря и экипировки. Таким образом, самым доступным видом досуга у современной молодежи предпринимательского возраста является пассивная деятельность перед телевизором, компьютером и т.д. Тогда как именно в возрасте 10-18 лет происходит активный рост и развитие организма, наращивание мышечной массы, гормональное перестроение, формирование опорно-двигательного аппарата, закладываются привычки. В связи с этим, высокое значение в структуре мотивации физической подготовки и спорта должно отводиться моральному стимулированию. В настоящее время, наблюдается несоответствие между значением мотивационного фактора в целях улучшения физической подготовленности и местом, которое мотивация занятий физической подготовкой и спортом занимает в практике командиров, воспитателей и преподавателей. Таким обра-

зом, даже при условии сдачи нормативов по физической подготовке при поступлении в высшее военное заведение, курсанты слабомотивированны на дальнейшее занятие спортом и поддержание

Данную проблему можно отнести к числу главных проблем физической подготовки военнослужащих. В данной работе предпринята попытка практического анализа реально существующих в практике мотивационных аспектов процесса физической подготовки курсантов военных учебных заведений. Изучение особенностей развития, динамика и условия формирования мотивации занятий единоборствами в процессе физической подготовки курсантов высшего военного-учебного заведения.

В статье предпринята попытка систематизировать и обозначить комплекс психолого-педагогических воздействий, обеспечивающих формирование у военнослужащих позитивной мотивации регулярных занятий по физической подготовке. Так как при формировании у курсантов достаточно прочной мотивации к регулярным занятиям физической подготовкой и спортивной тренировкой может быть осуществлено посредством поэтапного использования психолого-педагогических воздействий, основывающихся на учете особенностей двигательной активности, обусловленной требованиями военной специальности. На этапах предварительной и начальной спортивной подготовки осуществлялось моделирование оптимального уровня физического и нравственного здоровья, формирование интереса к занятиям борьбой, воспитание сознательного отношения к тренировочному процессу.

Уровень проявления интереса к учебной и тренировочной деятельности является наиболее объективным критерием эффективности педагогического и тренировочного процесса у курсантов. Выявление интереса к тому или иному виду спорта или спортивной деятельности позволяет создать такие педагогические условия, при которых полученные знания и навыки, например по приемам борьбы или приемам преодоления полосы препятствий, легкоатлетические привычки (бег, плавание, ходьба на лыжах, поднятие гирь и т.д.) становятся убеждением военнослужащего, основой его всестороннего физического развития. Вместе с тем анализ ряда научных трудов, связанных с решением данной проблемы, показал,

что многие вопросы формирования интереса у военнослужащих к занятиям спортом в условиях военного учебного заведения во время самостоятельной подготовки остаются не решенными, особенно, если это касается единоборств в целом и греко-римской борьбы в частности.

Формирование интереса к занятиям греко-римской борьбой у курсантов является вполне закономерным и обусловленным требованиями дальнейшего прохождения службы и спецификой предъявляемых служебно-боевых задач. По данным ряда исследователей юношеский возраст, до 18 лет является оптимальным для начальной подготовки в данном виде спорта. (В.С. Бегидов, В.Н. Селуянов, С.В. Воробьев, О.И. Дюшко, С.В. Казанцев и др.) Знание и умение использовать в боевой ситуации приемы греко-римской борьбы, борьбы в партере и рукопашного боя являются основой выживания и сохранения здоровья военнослужащего. Кроме того, для военнослужащих это наиболее профессионально-востребованный навык, требующий сформированного интереса у курсантов к дополнительным тренировкам во время самостоятельной подготовки. В ходе педагогического наблюдения была применена адаптированная методика оценки результатов педагогических наблюдений, предложенная профессором С. В. Новаковским, результаты сводились и анализировались в таблицах, в которых каждому курсанту выставлялась оценка исходя из 10-балльной системы:

Курсант полностью выполнил все двигательные задачи учебно-тренировочного занятия, показав при этом высокий уровень двигательной активности - 10 баллов.

Курсант полностью выполнил все двигательные задачи учебно-тренировочного занятия, двигательная активность при этом была ниже его реальных возможностей - 9 баллов.

Курсант выполнил все двигательные действия на учебно-тренировочном занятии, но небрежно, значительно ниже своих реальных физических и технических возможностей - 8 баллов.

Некоторые физические действия курсант выполнил не достаточно эффективно, не доводил тактико-технические действия - ТТД, до логического конца - 7 баллов.

Курсант не выполнил на учебно-тренировочном занятии до половины ТТД, проявил при этом не дисциплинированность - 6 баллов.

Курсант не выполнил на учебно-тренировочном занятии более половины ТТД, проявил при этом не дисциплинированность и небрежность - 5 баллов.

Курсант выполнил с оценкой «удовлетворительно» не более 40% двигательных действий, проявил низкую дисциплину на учебно-тренировочном занятии - 4 балла.

Курсант присутствует на учебно-тренировочном занятии в качестве наблюдателя по причине медицинского отвода по болезни или отсутствовал на занятии в связи с нахождением на соревнованиях, учебно-тренировочных сборах, суточном наряде - 1-3 балла.

Формирование интереса у курсантов к занятиям борьбой осуществляется с учетом системно-деятельностного подхода к содержанию и структуре

тренировочного процесса при формировании интереса, достижения конечного положительного результата, предусматриваемого в учебно-тренировочном процессе на фоне оздоровительного эффекта и лично-ориентированного прогнозирования спортивного результата.

Формированию мотивации к занятиям борьбой у курсантов предполагает воспитание навыка самостоятельной тренировки на основе овладения теоретическими знаниями в области физической подготовки. При этом в процессе теоретической и практической подготовки военнослужащих при формировании у них интереса к занятиям борьбой возникает необходимость оперировать образовательной информацией, относящейся к истории, теории и содержанию тренировочного процесса.

Формирования мотивации у курсантов к занятиям борьбой являлось частью всего учебно-тренировочного процесса, так же как и воспитание сознательного отношения к тренировочному процессу, потребность к участию в различных соревнованиях по РБ и греко-римской борьбе, воспитание стремления к достижению оптимального физического состояния.

Формирование у курсантов мотивации к занятиям борьбой в условиях обучения в высшем военном учебном заведении предусматривало создание оптимальных педагогических условий, позволяющих достичь каждому из них оптимального уровня физической подготовленности, принимать активное участие в обсуждении спаррингов и поединков одноклассников, быть лично заинтересованными в спортивных успехах, участвовать в спортивных мероприятиях института, вузов МО РФ, города и т.д.

Отечественная школа спортивной борьбы ориентирована на сохранение и укрепление здоровья, формирование строгого соблюдения принципа оздоровительной направленности тренировок, так на тренировках по греко-римской борьбе с начинающими спортсменами предусматривалось постепенное увеличение физических нагрузок со строгим дозированием объема и интенсивности выполняемых упражнений. К подбору упражнений был рекомендован индивидуальный подход, а в ряде случаев и исключение упражнений, которые в силу индивидуальных особенностей могли нанести вред здоровью начинающего спортсмена. Традиционно, за состоянием здоровья начинающих спортсменов осуществлялся постоянный контроль, принимались во внимание, как видимые признаки утомления, жалобы на усталость, нежелание выполнять заданные упражнения, так и объективные признаки утомления (более высокая, чем обычно, частота пульса и более длительное её восстановление) с последующим комплексным врачебно-физиологическим обследованием.

В настоящее время, при проведении тренировок по греко-римской борьбе и рукопашному бою, инструкторами и преподавателями кафедры большое внимание уделяется концептуальной модели формирования ценностных ориентаций курсантов-борцов на сохранение собственного здоровья, строгую последовательность в разучивании и доведении тактико-технических действий борьбы до автоматизма.

Действия инструктора (педагога, тренера) по управлению тренировочным процессом, систематическое применение педагогических и психологических приемов на основе базовой установки - «не навреди себе» и «не навреди своему товарищу (сопернику)» оказывают на компонент мотивации, определяющий эффективность. Курсант знает, что в ходе тренировки не будет испытывать болезненных ощущений от ударов и приемов, доверяет занятиям внутри группы. Поведенческая активность формирует у курсантов интерес к занятиям борьбой, обеспечивает эффективность тренировочной и соревновательной деятельности. Формирование мотивации на занятия единоборствами рассматривается как фактор воспитания личности борцов, нацеленности на достижение личных успехов в учебе, спорте и в повседневной жизни.

Изучая полученные в ходе педагогического наблюдения анкеты, возможно заключить, что моделирование осознанного отношения к своей физической подготовленности как к ценности, сознательное отношение к тренировочному процессу, развитию интереса и желания к активному участию в спортивных мероприятиях, в целом позволяет повысить мотивацию к тренировочной деятельности, так как позволяет достигнуть высокого социального статуса и оптимальной физической формы.

#### **Литература:**

1. Стоян К.В., Формирование мотивации физической подготовки у курсантов военных вузов : Дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 : Краснодар, 2002 249 с. РГБ ОД, 61:03-13/1040-6
2. Цуркан О.В., Формирование психологической готовности к выполнению военно-профессиональных действий средствами рукопашного боя при обучении военнослужащих. Материалы Международной научно-практической конференции «Актуальные проблемы физической культуры и спорта в современных социально-экономических условиях», ФГБОУ ВО Чувашская ГСХА, г. Чебоксары, «Перфектум», 2020, - с 568, ISBN 978-5-6044269-1-3.
3. Цуркан О.В., Дутчак П.Р Прикладное значение защитных и актуальных действий борьбы в партере при обучении и тренировке курсантов на занятиях по рукопашному бою. Сборник статей по материалам XXXIV международной научно-практической конференции «Научный форум: педагогика и психология» № 10 (34). Декабрь 2019 г. Издательство «МЦНО» с.75
4. Организация и методика обучения базовым видам физкультурно-спортивной деятельности, разделам служебно-прикладной физической подготовки и военно-прикладным видам спорта: преодоление препятствий: Учебник; под общ. ред. А.Х. Ариткулова. –СПб.: МО РФ, 2015. – 352 с

Структура мотивации занятий единоборствами в рамках физической подготовки определяется особенностями военной специальности курсантов, успешное овладение физическими упражнениями имеет закономерную динамику развития в процессе обучения. Неустойчивая, аморфная, противоречивая структура мотивации занятий физической подготовкой, характерная для курсантов первого курса, к концу обучения приобретает стабильность, профессиональную направленность при одновременном ослаблении ряда входящих в них мотивов. Наблюдаемые изменения структуры мотивации недостаточны для обеспечения уровня физической подготовленности курсантов, соответствующего требованиям военной службы.

Следует подчеркнуть значимость формирования у курсантов устойчивой и действенной мотивации занятий единоборствами, основанной на учете реальных потребностей и интересов курсантов и требований военной службы. Уделяя внимание компонентам профессионально-прикладной подготовки и спортивной тренировки, эффективность подтверждается улучшением показателей физической подготовленности курсантов и изменениями структуры мотивации занятий физической подготовкой на разных этапах обучения.