

ЛІНГВІСТИЧНІ ТА ПСИХОЛОГО-ОСВІТНІ АСПЕКТИ ЮРИДИЧНОЇ І ПРАВООХОРОННОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

УДК 37.091.33:796.012.2

DOI: 10.31733/2078-3566-2023-1-355-363



Юлія РОДИНА[©]
кандидат наук
з фізичного
виховання і спорту,
доцент
(Придніпровська
державна академія
фізичної культури і
спорту,
м. Дніпро, Україна)



Юрій ВЕЛИКИЙ[©]
викладач
(Дніпропетровський
державний
університет
внутрішніх справ,
м. Дніпро, Україна)

ПРО ДОЦІЛЬНІСТЬ УРАХУВАННЯ В ОСВІТНЬОМУ ПРОЦЕСІ ТИЖНЕВОЇ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ КУРСАНТІВ ЗВО

Досліджено самооцінку рівня фізичної підготовленості до обраної спеціальності, мотиваційні пріоритети у виборі видів спорту, режим тижневої рухової активності курсантів Дніпропетровського державного університету внутрішніх справ. Встановлено протиріччя між об'єктивною необхідністю вивчення курсантами значної кількості інформації в стислі терміни, з одного боку, та вирішенням завдань із удосконалення рівня фізичної підготовленості, розвитку професійно значущих рухових якостей, дотриманням факторів здорового способу життя – з іншого. Акцентовано на недостатньому обсязі оздоровчої рухової активності та необхідності раціональної організації аудиторних і позанавчальних занять з курсантами (слухачами), врахування мотиваційних пріоритетів у виборі видів спорту, розроблення спеціальних програм і фізичних комплексів для розвитку професійно значущих рухових якостей здобувачів, які навчаються за спеціальністю «Право».

Ключові слова: курсанти, фізична підготовленість, мотиваційні пріоритети, режим рухової активності.

Постановка проблеми. За результатами дослідження, проведеного Т. Круцевич, в Україні за період 2006–2012 років понад утричі збільшилася кількість студентів, які мають відхилення у стані здоров'я та віднесені до спеціальної медичної групи. Вчена зазначає, що головними причинами катастрофічного стану здоров'я та фізичної підготовленості студентів вищих навчальних закладів є збільшення витрат часу на навчальну діяльність, зміна способу життя, недостатня рухова активність. Нестача рухової активності сучасної студентської молоді складає майже 70 % [12]. В юнацькому віці спостерігається низький рівень фізичного розвитку та функціональних тренувань [11]. Авторка акцентує увагу на тому, що за даними фактичного матеріалу Всесвітньої організації охорони здоров'я, середня тривалість життя у нашій країні складає 67,5 років (чоловіків – 61,7, жінок – 73,4), що на 11,7 років менше, ніж у економічно розвинених і соціально благополучних європейських державах [6; 12].

Аналіз публікацій, в яких започатковано вирішення цієї проблеми. На проблеми у стані здоров'я, недостатній рівень фізичної підготовленості, важливість

© Ю. Родина, 2023
ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0003-1747-2517>
jalodari24@gmail.com

© Ю. Великий, 2023
ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0003-4386-7555>
great170512@gmail.com

удосконалення рухових якостей здобувачів закладів вищої освіти зі специфічними умовами навчання (далі – ЗВО) протягом останнього десятиліття звертали увагу науковці, фахівці з фізичної підготовки та спорту: В. Бондаренко, Ю. Компонієц, О. Ярещенко (2012), С. Попов, А. Мартишко, О. Рябуха (2013), А. Улановський, О. Моргунов (2014), А. Магльований, Д. Миргород, О. Коломійцева, В. Ведерніков (2015), К. Трішин, Т. Носкова (2016), О. Кузенков, В. Білик, А. Кийко, В. Колісніченко, К. Бутенко (2019), М. Логвиненко, В. Колесніков, А. Забора, О. Моргунов, О. Ярещенко (2020), Ю. Павлова, А. Андерс, Т. Дух, В. Швець, В. Крижановський (2021), Р. Сорокін, О. Журавель (2022).

Аналіз досліджень останніх років [1; 5; 10; 13–16; 22] свідчить, що негативна тенденція у стані здоров'я і фізичної підготовленості має місце не тільки серед студентів вищів, а і здобувачів ЗВО. З проблемою низького рівня фізичної підготовленості юнацької молоді стикаються посадові особи як на етапі відбору на посади курсантів, слухачів, так і під час підготовки здобувачів у ЗВО.

За обґрунтованими результатами дослідження Ю. Веренги (2014), фізична підготовленість у понад 40% абітурієнтів на вступ до ЗВО є низькою і з року в рік погіршується. Як зазначає автор, жоден із поліцейських, які проходили курси початкової підготовки при ЗВО, не мали високого рівня фізичного здоров'я [13]. За даними М. Потопа (2019), О. Моргунова, О. Ярещенко (2020), лише 47 % курсантів ЗВО відвідують секції у позанавчальний час, і лише 19 % респондентів задоволені своєю фізичною формою [16; 18; 21].

Слід зазначити, що наслідками впровадження в освітній процес ЗВО кредитно-модульної технології навчання є активізація дослідницької роботи, збільшення обсягів годин на самостійну й індивідуальну роботу здобувачів за рахунок зменшення обсягу годин на практичні дисципліни. Починаючи з 2017 року, практичні дисципліни (спеціальна фізична, тактико-спеціальна, вогнева підготовка) віднесено до вибіркового компонента освітньо-професійних програм (далі – ОПП) підготовки здобувачів та відмінено практику проведення в ЗВО обов'язкових щотижневих занять із фізичної підготовки з курсантами (слухачами).

У результаті реформування ЗВО кількість практичних занять, згідно з ОПП, не перекривають необхідного обсягу рухової активності курсантів (слухачів), призводять до протиріччя між наявним і необхідним обсягом фізичного навантаження, вибором форм та методів рухової активності здобувачів протягом навчального дня.

У зв'язку з цим виникає потреба в дослідженні рівня самооцінки фізичної підготовленості до обраної спеціальності курсантів ЗВО, їхніх мотиваційних пріоритетів у виборі видів спорту, режиму тижневої рухової активності та визначенні факторів, що перешкоджають активним заняттям фізичною культурою.

Сучасні світові тенденції розвитку людської цивілізації, процеси глобалізації, євроінтеграційні прагнення нашої держави змушують вносити коректив до системи підготовки здобувачів ЗВО. В умовах Болонського процесу кредитно-модульна технологія навчання передбачає подальшу гуманізацію, демократизацію освітнього процесу та інтеграцію в єдиний європейський простір вищої освіти. У європейській вищій освіті, на відміну від вітчизняної, під час підготовки фахівців пріоритет надається особистісно орієнтованим компонентам, що сприяють розвитку особистості та збереженню здоров'я.

Об'єктивним є і той факт, що значна кількість випускників ЗВО не досягає необхідного рівня психофізичної готовності до майбутньої професійної діяльності. Водночас в основі системи професійно-прикладної фізичної підготовки фахівців ЗВО до майбутньої спеціальності завжди буде залишатися базовий рівень фізичної підготовки. Зважаючи на це, оздоровча рухова активність має суттєвий вплив на розвиток рухових якостей студентської молоді та підтримання їхнього здоров'я.

Як стверджують вітчизняні та закордонні вчені і науковці, рухова активність є фізіологічною потребою людини, а оптимальним обсягом рухової активності молоді має бути 12-14 годин на тиждень, з достатнім фізіологічним навантаженням. З огляду на ці постулати фахівці й дослідники всього світу занепокоєні невідповідністю реального обсягу рухової активності з біологічними нормами, необхідними для повноцінного розвитку людини, особливо в період незакінченого статевого розвитку. Для дотримання цих вимог у більшості шкільних навчальних закладів США, крім обов'язкових уроків, передбачено проведення трьох додаткових занять і щотижневі спортивні змагання [19].

Аналіз закордонних досліджень останніх років свідчить, що активізація рухової активності є ефективним засобом не тільки підвищення працездатності, а і поліпшення якості життя, профілактики нервово-психічних станів, укріплення фізичного і психічного здоров'я. Проте малорухливий спосіб життя містить принаймні у два рази більший ризик серйозних захворювань і передчасної смерті [23–28].

Результатами досліджень вітчизняних вчених М. Лінець, В. Платонова (2003) доведено, що при збільшенні навчального навантаження, що перевищує адаптаційні можливості та працездатність людини, динаміка працездатності буде мати тенденцію до зниження і призводити до прогресивного підвищення стомлюваності. При цьому автори зазначають, що початкова стадія перевантаження буде характеризуватися негативними емоціями, зниженням здатності до концентрації уваги та підвищенням збудливості [19].

Слід зазначити, що в освітньому процесі ЗВО має місце авторитарні суб'єктно-об'єктні відносини між науково-педагогічними працівниками (далі – НПП) і курсантами (слухачами). Під час проведення практичних дисциплін використання НПП нормативно-командних методів викладання не дозволяє враховувати мотиваційні пріоритети юнацької молоді у виборі бажаних видів спорту. На рухову активність молоді може впливати неправильний підхід у використанні засобів фізичного виховання та виборі видів спорту, неврахування особливостей фізичної підготовки жіночого контингенту. Саме на важливості вибору рухової активності молоддю акцентував увагу канадський вчений Джеймс Гевін (1997), який встановив позитивний вплив на особистість людини процесу вибору бажаного виду спорту [4].

За результатами досліджень Т. Левченко (2011), Д. Кисленко (2013), І. Жданової, І. Ластовець (2014), О. Луценко (2015), Л. Захаренко, О. Малоголової, Т. Юрченко-Шеховцової (2018) встановлено, що мотиваційні пріоритети курсантів ЗВО мають свої вікові особливості, індивідуальний характер, відіграють ключову роль у поведінці студентської молоді та задоволенні її потреб [7–9].

Важливими є рекомендації вітчизняних вчених, науковців і дослідників [2; 12; 17; 19; 20], які визначили проблеми і шляхи подолання негативної тенденції у стані здоров'я і фізичної підготовленості студентської молоді. Для реалізації цих завдань на практиці необхідні: раціональна організація аудиторних і позанавчальних занять, активізація оздоровчої роботи, врахування мотиваційних пріоритетів здобувачів у виборі рухової активності. Для розв'язання зазначеної проблеми виникає необхідність дослідження мотиваційних пріоритетів курсантів ЗВО у виборі видів спорту, обсягу тижневої рухової активності, визначення факторів, що перешкоджають активним заняттям фізичною культурою.

Метою є дослідити самооцінку рівня фізичної підготовленості до обраної спеціальності курсантів ЗВО, мотиваційні пріоритети у виборі видів спорту, режим тижневої рухової активності, визначити фактори, що перешкоджають активним заняттям фізичною культурою.

Виклад основного матеріалу. У сучасних умовах особливої актуальності набуває моніторинг способу життя студентської молоді, вивчення мотиваційних пріоритетів та задоволення її потреб. Дослідження думки курсантів II, IV курсу для підрозділів Національної поліції Дніпропетровського державного університету внутрішніх справ (далі – ДДУВС) дає можливість отримати важливу інформацію про самооцінку рівня їхньої підготовленості, мотиваційні пріоритети під час вибору видів спорту та оздоровчих заходів для планування обсягу тижневої рухової активності, використання засобів фізичного виховання під час проведення індивідуальних занять. Оптимальний руховий режим курсантів може сприяти поліпшенню якості освітнього процесу, а його відсутність – створювати проблеми в навчанні.

На нашу думку, інформативним показником буде дослідження думки курсантів IV курсу (n=45) щодо самооцінки рівня фізичної підготовленості після проходження ними стажування у органах Національної поліції України. Аналіз результатів опитування курсантів засвідчив, що рівнем фізичної підготовленості до обраної професії були задоволені 42 % опитаних курсантів; скоріше так, ніж ні – 11 %; не задоволені – 27 %; не змогли точно відповісти – 20 %. Причиною недостатнього рівня фізичної підготовленості 38 % курсантів вважають недостатній обсяг практичних занять, передбачених ОПП за спеціальністю «Право».

Для вивчення особливостей організації фізичної підготовки курсантів у межах освітнього процесу ДДУВС нами було проаналізовано зміст ОПП. Під час навчання

здобувачів у ЗВО за спеціальністю «Право» ОПП вимагає проходження курсантами 37 обов'язкових компонентів (180 кредитів), 26 вибіркових компонентів (60 кредитів), до яких віднесено практичні дисципліни: спеціальна фізична, тактико-спеціальна, вогнева підготовка. Наявна система освітнього процесу ЗВО характеризується вивченням здобувачами значної кількості гуманітарних дисциплін, що передбачає опанування ними великої кількості інформації у стислі терміни.

Для визначення ступеня розумового і фізичного навантаження курсантів протягом навчального дня нами було розроблено опитувальники, що містили питання: «Які частини тіла зазнають великі навантаження?», «В яких частинах тіла відчувається втома наприкінці навчального дня?». Під час освітнього процесу стомлення очей відчували 49 % курсантів IV курсу (n=45), зниження гостроти слуху – 31 %, погіршення у сприйнятті, процесі переробки інформації та зниження уваги – 47 %. На II курсі (n=21) відчували стомлення очей 53 % курсантів, погіршення у сприйнятті, процесі переробки інформації, зниження уваги мали 19 %, зниження гостроти слуху спостерігали 9 %. Слід зазначити, що дискомфорт і перевантаження м'язів хребта під час аудиторних занять відчували 45 % курсантів IV курсу і 43 % II курсу.

Експрес-опитування засвідчило, що тривалість навчального дня, разом із підготовкою курсантів до занять, складає від 8 до 10 годин на добу і характеризується монотонією, гіпоксією, довготривалим перебуванням в одноманітному положенні, високим емоційним напруженням, концентрацією уваги, тривалою розумовою діяльністю, що збільшується на 4-му курсі.

Серед курсантів IV курсу (n=45) наприкінці навчального дня відчували втому м'язів: нижніх кінцівок – 95 %; хребта – 58 %, верхніх кінцівок – 20 %; тулуба – 13 %, не відчували втоми – 7 %. Серед курсантів II курсу (n=21) відчували втому м'язів: нижніх кінцівок – 62 %; хребта – 24 %; тулуба – 14 %; верхніх кінцівок – 9 %, не відчували втоми – 5 %.

Під час педагогічного спостереження та шляхом опитування курсантів встановлено, що протягом доби основний потік інформації курсанти отримують через зоровий аналізатор, під час роботи з комп'ютером, мобільним телефоном. Поза сидіння характеризується нахилом тулуба і голови уперед, статичним напруженням м'язів шиї, спини, плечового поясу. Протягом навчального дня під час сидіння нижні кінцівки знаходяться в неактивному стані, для верхніх кінцівок характерно обмежені за амплітудою рухи.

На практичних заняттях у курсантів IV курсу (n=45) великі навантаження отримують м'язи: нижніх кінцівок – 62 %, тулуба і верхніх кінцівок – 20 %. Серед курсантів II курсу (n=21) навантаження нижніх кінцівок мали 67 %, верхніх кінцівок – 38 %, тулуба – 19 %. За результатами проведеного опитування курсантів II і IV курсів, порівняльного аналізу, педагогічного спостереження встановлено, що найбільш детренованими є м'язи ока, хребта, тулуба та нижніх кінцівок. Результати експрес-опитування курсантів щодо рівня навантаження на опорно-руховий апарат та втомлюваності протягом навчального дня узагальнено в табл. 1.

Таблиця 1

Експрес-опитування курсантів щодо рівня навантаження на опорно-руховий апарат (ОРА) та розумову працездатність протягом навчального дня

ОРА, розумова працездатність	II курс		IV курс	
	Оцінка навантаження (% курсантів)	Втомлюваність (% курсантів)	Оцінка навантаження (% курсантів)	Втомлюваність (% курсантів)
Увага, сприйняття, переробка інформації	19	-	47	2
Слуховий аналізатор	9	-	31	-
Зоровий аналізатор	53	-	49	-
Хребет	43	24	45	58
Тулуб	19	14	20	13
Верхні кінцівки	38	9	20	20
Нижні кінцівки	67	62	62	95

Характерними є результати педагогічного спостереження за поставою і позою сидіння курсантів за партою на першій (8:30–9:50) і п'ятій (16:00–17:30) парах, виконання ними статичних вправ та техніки прицілювання зі зброєю без патрону на

заняттях із вогневої підготовки наприкінці навчального дня. Після 15-20 хвилин роботи в статичному положенні курсанти мають бажання присісти на стілець, за партою сидять «напівлежачи», під час відпрацювання практичних вправ їх локомоції не раціональні, виконуються великою групою м'язів, відбувається швидке стомлення. Слід зазначити, що під час виконання статичної пози на одній нозі із закритими очима за методикою Є. Бондаревського понад 80% курсантів II курсу були неспроможні утримувати рівновагу тіла більш ніж 15 секунд.

Сучасні наукові дослідження доводять, що обмеження або відсутність рухової діяльності негативно впливає на розвиток молодих організмів і нормальне існування зрілих: розвиваються різного роду захворювання, прискорюються й активізуються процеси старіння. Все це посилюється, якщо гіподинамічний режим здобувачів поєднується із систематичними розумовими, емоційними напруженнями і перенапруженнями [29]. Слід зазначити, що в основі концепції гармонійного розвитку людини лежить єдність фізичних і когнітивних здібностей людини. Через це помилково розвивати окремо мозок від тіла і тіло від мозку людини [19].

Для вивчення особливостей мотиваційних пріоритетів курсантів до занять фізичною культурою, ступеня їх залученості до занять фізичними вправами у позанавчальний час нами було проведено анкетування, в якому взяли участь 64 курсанта II, IV курсів, які навчаються в ДДУВС за спеціальністю «Право».

За результатами анкетування, не займаються фізичною культурою у позанавчальний час 55 % (n=43) курсантів IV курсу і 29 % (n=21) курсантів II курсу. Тижневий обсяг рухової активності курсантів II курсу, які регулярно займаються (71 %), складає 4 години, курсантів IV курсу (45 %) – 2 години, що свідчить про зниження режиму рухової активності на старших курсах.

Курсанти II курсу чоловічої статі (n=7) віддають перевагу: єдиноборствам – 57 %, дозованій ходьбі – 28 %, атлетичній гімнастиці – 15 %. Дівчата (n=8) віддають перевагу заняттям на тренажерах – 37 %, ранковій гімнастиці – 28 %, бігу – 28 %. 3-поміж мотивів, що спонукають курсантів II курсу до регулярних занять фізичними вправами, слід зазначити такі: удосконалення форм тіла – 33 %; зниження зайвої маси – 27 %; активний відпочинок – 20 %; спілкування з друзями – 13 %; розваги – 7 %. Курсанти IV курсу чоловічої статі (n=13) віддають перевагу: заняттям на тренажерах – 77 %, єдиноборствам – 23 %. Дівчата (n=11) віддають перевагу ранковій гімнастиці – 36 %, фітнес-аеробіці – 28 %, йозі – 18 %, оздоровчому бігу – 18 %. Мотивами, що спонукають курсантів IV курсу до регулярних занять фізичними вправами, є: зниження зайвої маси – 54 %; удосконалення форм тіла – 27%; активний відпочинок – 19 %.

Аналіз пріоритетів курсантів у виборі форм організації фізичної підготовки свідчить, що переважна більшість курсантів II курсів (73 %) віддають перевагу груповій формі занять, а 62 % курсантів IV курсу – заняттям у групах за інтересами. Зміна пріоритетів у формах проведення занять на старших курсах може бути продиктована формуванням індивідуального стилю діяльності, виробленням власної незалежної системи еталонів, самооцінювання та статевим дозріванням.

Серед причин і труднощів, що перешкоджають регулярним заняттям фізичною культурою, курсанти II курсу назвали такі: брак часу (82 %), перевантаженість аудиторними заняттями в один день (15 %), відсутність бажаних фізкультурно-оздоровчих секцій (9 %), участь у господарських роботах (5 %), відсутність бажання (4 %), підвищена емоційна напруга (2 %). Курсанти IV курсу зазначили серед основних причин, що перешкоджають регулярним заняттям, ступінь розумового навантаження (68 %), відсутність бажаних секцій (66 %) та бажання (58 %).

За результатами опитування, секції, що існують у ЗВО (бокс, фрі-файт, дзюдо, рукопашний бій, пневматична стрільба, практична стрільба, поліатлон, гирьовий спорт), не користуються попитом у більшості здобувачів, їх відвідує невелика кількість курсантів. Переважна більшість курсантів II і IV курсів займається оздоровчими заходами поза межами навчального закладу, за умови достатнього вільного часу. Проте вивчення мотиваційної складової щодо занять фізичною культурою засвідчило недооцінку з боку 100% курсантів застосування фізичних вправ задля вдосконалення значущих психофізичних якостей, необхідних у майбутній професійній діяльності.

Висновки. На підставі проведеного дослідження слід констатувати, що мають місце протиріччя між об'єктивною необхідністю вивчення курсантами значної кількості інформації в стислі терміни, з одного боку, та вирішенням завдань із удосконалення

рівня фізичної підготовленості, розвитку професійно значущих рухових якостей, дотриманням факторів здорового способу життя – з іншого. Пріоритетними мотивами під час оздоровчої рухової активності курсантів є не підготовка до майбутньої професійної діяльності, а покращення стану здоров'я, удосконалення форм тіла, зниження зайвої маси, активний відпочинок, спілкування з друзями. Заняття фізичною культурою курсантів II і IV курсів не мають системного характеру, проходять без потрібного аеробного навантаження, а отже, потребують корекції, розроблення спеціальних програм і комплексів для розвитку м'язів ока, кистей пальців рук, передпліччя, шиї, стопи, гомілки, тазу, хребта, тулуба і грудо-черевної діафрагми.

Результати проведеного дослідження буде використано при формуванні системи спеціально організованої рухової активності курсантів ЗВО, з урахуванням їхнього психофізіологічного стану, що і є перспективою подальших досліджень.

Список використаних джерел

1. Бондаренко В. В. Формування рухових умінь та навичок курсантів вищих навчальних закладів МВС України у процесі занять зі спеціальної фізичної підготовки : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.02. Чернівці, 2012. 219 с.
2. Великий Ю. М. Особливості удосконалення професійно-орієнтованої психофізичної підготовки слідчих Національної поліції. *Вісник Прикарпатського університету*. 2022. № 1. С. 32–41.
3. Вереньга Ю. В. Стан фізичної підготовки працівників МВС України на етапі професійного становлення. *Слобожанський науково-спортивний вісник*. 2014. № 3. С. 31–35.
4. Гевін Джеймс. Біг, карате, характер. *Олімпійська арена*. 1997. № 2. С. 40–41.
5. Грибан Г. П. Життєдіяльність та рухова активність студентів. Житомир : Вид-во Рута, 2009. 593 с.
6. The European health report 2005: public health action for healthier children and populations. *World Health Organization : iris*. URL : <https://apps.who.int/iris/handle/10665/107349>.
7. Жданова І. В., Ластовець І. В. Психологічні особливості мотивації до гармонійного розвитку курсантів ВНЗ МВС України. *Проблеми екстремальної та кризової психології*. 2014. № 16. С. 54–59.
8. Захаренко Л. М., Малоголова О. О., Юрченко-Шеховцова Т. І. Дослідження особливостей навчальної мотивації курсантів випускного курсу. *Право і безпека*. 2018. № 2. С. 36–42.
9. Кисленко Д. Формування мотивації курсантів вищих навчальних закладів МВС України до систематичних занять із фізичного виховання. *Молодіжний науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки*. 2013. Вип. 11. С. 37–41.
10. Коломійцева О. Э. Особенности прикладной физической подготовленности студентов первого курса юридического высшего учебного заведения. *Слобожанський науково-спортивний вісник*. 2015. № 1. С. 65–69.
11. Круцевич Т. Ю. Теория и методика физического воспитания : учеб. : в 2-х т. / под ред. Т. Ю. Круцевич. Киев : Олимпийская литература, 2003. 392 с.
12. Круцевич Т., Пангелова Н. Сучасні тенденції щодо організації фізичного виховання у вищих навчальних закладах. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2016. № 3. С. 109–114.
13. Логвиненко М. Л. Гендерний підхід до фізичної підготовки жінок-курсантів у закладах вищої освіти системи Міністерства внутрішніх справ України: теоретичне осмислення. *Молодий вчений*. 2020. № 2. С. 243–246.
14. Миргород Д. О., Коломійцева О. Е. Стан та перспективи удосконалення системи фізичного виховання правознавців. *Слобожанський науково-спортивний вісник*. 2015. № 2. С. 124–127.
15. Моргунов О. А. Удосконалення фізичної підготовки правоохоронців МВС України на початковому етапі навчання. *Честь і закон*. 2014. № 2. С. 46–49.
16. Моргунов О. А., Ярещенко О. А. Фізична підготовка курсантів закладів вищої освіти зі специфічними умовами навчання ВМС України. *Підготовка поліцейських в умовах реформування системи МВС України*. Харків, 2020. С. 177–179.
17. Москаленко Н., Єлісеєва Д. Інноваційні підходи до теоретичної підготовки старшокласників у самостійних заняттях з фізичного виховання. *Спортивний вісник Придніпров'я*. Дніпро. 2016. № 3. С. 146–150.
18. Павлова Ю. О., Андрес А. С., Дух Т. І., Крижановський В. О., Швець В. Л. Сучасний стан організації фізичної підготовки курсантів закладів вищої освіти органів внутрішніх справ. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова*. 2021. № 3. С. 95–101.
19. Пилипей Л. П. Теоретико-методичні основи професійно-прикладної фізичної культури студентів вищих навчальних закладів : дис. ... д-ра. наук з фізичного виховання і спорту : 24.00.02. Київ, 2010. 513 с.
20. Пічурін В. В. Теоретико-методологічні основи психофізичної підготовки студентів інженерних спеціальностей в процесі фізичного виховання : монографія. ПДАФКіС, 2017. 393 с.
21. Потопа М. О. Особливості фізичної підготовки майбутніх працівників національної

поліції України як складова службової підготовки : *Гуманітарні та природничі науки: актуальні питання : збірник матеріалів науково-практ. конф.* (м. Івано-Франківськ, 25-26 жовтня 2019 р.). 2019. С. 172–175.

22. Сорокін Р. О., Журавель О. А. Шляхи підвищення якості підготовки слухачів патрульної поліції до застосування заходу поліцейського примусу : *The 9th International scientific and practical conference «Modern research in world science»* (November 28-30, 2022). Lviv, Ukraine. 2022. P. 1924–1927.

23. A Systematic Review of the Relationship Between Physical Activity and Happiness. Zhang, Zhanjia; Chen, Weiyun. *Journal of Happiness Studies*. Vol. 20, apr. 2019. P. 1305-1322. URL : https://www.researchgate.net/profile/Weiyun-Chen-2/publication/323992118_A_Systematic_Review_of_the_Relationship_Between_Physical_Activity_and_Happiness/links/5d17e449a6fdcc2462b0d1af/A-Systematic-Review-of-the-Relationship-Between-Physical-Activity-and-Happiness.pdf.

24. Effects of exercise on mental health. Rohit Adling, Gokul Kale. *International Journal of Physical Education, Sports and Health*. 2016. № 3(3). P. 66–68. URL : <https://www.kheljournal.com/archives/2016/vol3issue3/PartB/3-2-76-584.pdf>.

25. Inverse Association between Physical Inactivity and Mental Health in Men and Women Daniel I. Galper, Madhukar H. Trivedi, Carolyn E. Barlow, Andrea L. Dunn, and James B. Kampert. *Medicine & Science in Sports & Exercise*. 2006. P. 173–178. URL : <https://europepmc.org/article/med/16394971>.

26. Physical activity and psychological well-being / ed. by Stuart JH. Biddle, Kenneth R. Fox, Stephen H. Boutcher. London ; New York : Routledge, 2000. P. 224. URL : <https://www.taylorfrancis.com/books/edit/10.4324/9780203468326/physical-activity-psychological-well-being-ken-fox-steve-boutcher-stuart-biddle>.

27. Physical activity and mental health in a student population Philip Tyson, Kelly Wilson, Diane Crone, Richard Brailsford, & Keith Laws. *Journal of Mental Health*. December 2010. № 19(6). P. 492–499. URL : <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/20812852/>.

28. The effects of physical fitness training on trait anxiety and physical self-concept of female university students. F. Hu"lya Asc. *Psychology of Sport and Exercise*. 2003. № 4. P. 255–264. URL : <https://isiarticles.com/bundles/Article/pre/pdf/61901.pdf>.

29. Sport and globalization: transnational dimensions / ed. R. Giulianotti, R. Robertson. Malben : Blackwell publishing, 2008. 144 p. URL : https://www.academia.edu/7445318/Sport_and_globalization_transnational_dimensions.

Надійшла до редакції 27.02.2023

References

1. Bondarenko, V. V. (2012) Formuvannia rukhovykh umin ta navychok kursantiv vyshchyykh navchalnykh zakladiv MVS Ukrainy u protsesi zaniat zi spetsialnoi fizychnoi pidhotovky [Formation of motor skills and abilities of cadets of higher educational institutions of the Ministry of Internal Affairs of Ukraine in the process of classes in special physical training] : dys. ... kand. ped. nauk : 13.00.02. Chernivtsi. 219 p. [in Ukr.].

2. Velykyi, Yu. M. (2022) Osoblyvosti udoskonalennia profesiino-orientovanoi psykho fizychnoi pidhotovky slidchykh Natsionalnoi politzii [Peculiarities of improving professionally oriented psychophysical training of investigators of the National Police]. *Visnyk Prykarpatskoho universytetu*. № 1. pp. 32–41. [in Ukr.].

3. Verenka, Yu. V. (2014) Stan fizychnoi pidhotovky pratsivnykiv MVS Ukrainy na etapi profesiinoho stanovlennia [State of physical training of employees of the Ministry of Internal Affairs of Ukraine at the stage of professional formation]. *Slobozhanskyi nauko-sportyvnyi visnyk*. № 3. pp. 31–35. [in Ukr.].

4. Hevin, Dzheims. (1997) Bih, karate, kharakter [Running, karate, character]. *Olimpiiska arena*. № 2. pp. 40–41. [in Ukr.].

5. Hryban, H. P. (2009) Zhyttiediialnist ta rukhova aktyvnist studentiv [Vital activity and physical activity of students]. *Zhytomyr : Vyd-vo Ruta*. 593 p. [in Ukr.].

6. The European health report 2005: public health action for healthier children and populations. *World Health Organization : iris*. URL : <https://apps.who.int/iris/handle/10665/107349>.

7. Zhdanova, I. V., Lastovets, I. V. (2014) Psykholohichni osoblyvosti motyvatsii do harmoniinoho rozvytku kursantiv VNZ MVS Ukrainy [Psychological features of motivation for the harmonious development of cadets of universities of the Ministry of Internal Affairs of Ukraine]. *Problemy ekstremalnoi ta kryzovoi psykholohii*. № 16. pp. 54–59. [in Ukr.].

8. Zakharenko, L. M., Maloholova, O. O., Yurchenko-Shekhovtsova, T. I. (2018) Doslidzhennia osoblyvostei navchalnoi motyvatsii kursantiv vypusknogo kursu [Study of the features of educational motivation of cadets of the final course]. *Pravo i bezpeka*. № 2. pp. 36–42. [in Ukr.].

9. Kyslenko, D. (2013) Formuvannia motyvatsii kursantiv vyshchyykh navchalnykh zakladiv MVS Ukrainy do systematichnykh zaniat iz fizychnoho vykhovannia [Formation of motivation of cadets of higher educational institutions of the Ministry of Internal Affairs of Ukraine to systematic classes in

physical education.]. *Molodizhnyi naukovyi visnyk Skhidnoevropeiskoho natsionalnoho universytetu imeni Lesi Ukrainky*. Vyp. 11. pp. 37–41. [in Ukr.].

10. Kolomyitseva O. O. Osobennosti prykladnoi fizycheskoi podhotovlenosti studentov pervoho kursa yurydycheskoho vyssheho uchebnogo zavedenya. *Slobozhanskyi naukovo-sportyvnyi visnyk*. 2015. № 1. pp. 65–69.

11. Krutsevych T. Yu. Teoriya y metodyka fizycheskoho vospytanyia : ucheb. : v 2-kh t. / pod red. T. Yu. Krutsevych. Kyev : Olympyiskaia lyteratura, 2003. 392 p.

12. Krutsevych, T., Panhelova, N. (2016) Suchasni tendentsii shchodo orhanizatsii fizychnoho vykhovannia u vyshchyykh navchalnykh zakladakh [Modern trends in the organization of physical education in higher educational institutions]. *Sportyvnyi visnyk Prydniprovia*. № 3. pp. 109–114. [in Ukr.].

13. Lohvynenko, M. L. (2020) Hendernyi pidkhid do fizychnoi pidhotovky zhinok-kursantiv u zakladakh vyshchoi osvity systemy Ministerstva vnutrishnikh sprav Ukrainy: teoretychne osmyslennia [Gender approach to physical training of women cadets in higher education institutions of the system of the Ministry of Internal Affairs of Ukraine: theoretical understanding]. *Molodyi vchenyi*. № 2. pp. 243–246. [in Ukr.].

14. Myrhorod, D. O., Kolomiitseva, O. E. (2015) Stan ta perspektyvy udoskonalennia systemy fizychnoho vykhovannia pravoznavtsiv [State and prospects for improving the system of physical education of lawyers]. *Slobozhanskyi naukovo-sportyvnyi visnyk*. № 2. pp. 124–127. [in Ukr.].

15. Morhunov, O. A. (2014) Udokonalennia fizychnoi pidhotovky pravookhorontsiv MVS Ukrainy na pochatkovomu etapi navchannia [Improving the physical training of law enforcement officers of the Ministry of Internal Affairs of Ukraine at the initial stage of training]. *Chest i zakon*. № 2. pp. 46–49. [in Ukr.].

16. Morhunov, O. A., Yareshchenko, O. A. (2020) Fizychna pidhotovka kursantiv zakladiv vyshchoi osvity zi spetsyfichnymy umovamy navchannia VMS Ukrainy [Physical training of cadets of higher education institutions with specific conditions of training of the Navy of Ukraine]. *Pidhotovka polityseiskyykh v umovakh reformuvannia systemy MVS Ukrainy*. Kharkiv. pp. 177–179. [in Ukr.].

17. Moskalenko, N., Yelisieieva, D. (2016) Innovatsiini pidkhody do teoretychnoi pidhotovky starshoklasnykiv u samostiinykh zaniattiakh z fizychnoho vykhovannia [Innovative approaches to the theoretical training of high school students in independent classes in physical education]. *Sportyvnyi visnyk Prydniprovia*. Dnipro. № 3. pp. 146–150. [in Ukr.].

18. Pavlova, Yu. O., Andres, A. S., Dukh, T. I., Kryzhanovskyy, V. O., Shvets, V. L. (2021) Suchasnyi stan orhanizatsii fizychnoi pidhotovky kursantiv zakladiv vyshchoi osvity orhaniv vnutrishnikh sprav [The current state of the organization of physical training of cadets of higher education institutions of the internal affairs bodies]. *Naukovyi chasopys NPU imeni M.P. Drahomanova*. № 3. pp. 95–101. [in Ukr.].

19. Pylypei, L. P. (2010) Teoretyko-metodychni osnovy profesiino-prykladnoi fizychnoi kultury studentiv vyshchyykh navchalnykh zakladiv [Theoretical and methodological foundations of professional and applied physical culture of students of higher educational institutions] : dys. ... d-ra. nauk z fizychnoho vykhovannia i sportu : 24.00.02. Kyiv. 513 p. [in Ukr.].

20. Pichurin, V. V. (2017) Teoretyko-metodolohichni osnovy psykho-fizychnoi pidhotovky studentiv inzhenernykh spetsialnostei v protsesi fizychnoho vykhovannia [Theoretical and methodological foundations of psychophysical training of students of engineering specialties in the process of physical education] : monohrafiia. PDAFKiS. 393 p. [in Ukr.].

21. Potopa, M. O. (2019) Osoblyvosti fizychnoi pidhotovky maibutnikh pratsivnykiv natsionalnoi politsii Ukrainy yak skladova sluzhbovoi pidhotovky [Peculiarities of physical training of future employees of the national police of Ukraine as a component of official training] : *Humanitarni ta pryrodnychi nauky: aktualni pytannia : zbirnyk materialiv naukovo-prakt. konf.* (m. Ivano-Frankivsk, 25-26 zhovtnia 2019 r.). pp. 172–175. [in Ukr.].

22. Sorokin, R. O., Zhuravel, O. A. (2022) Shliakhy pidvyshchennia yakosti pidhotovky slukhachiv patrolnoi politsii do zastosuvannia zakhodu polityseiskoho prymusu [Ways to improve the quality of training of patrol police students for the use of police coercion measures] : *The 9th International scientific and practical conference «Modern research in world science»* (November 28-30, 2022). Lviv, Ukraine. pp. 1924–1927. [in Ukr.].

23. A Systematic Review of the Relationship Between Physical Activity and Happiness. Zhang, Zhanjia; Chen, Weiyun. *Journal of Happiness Studies*. Vol. 20, apr. 2019. P. 1305-1322. URL : https://www.researchgate.net/profile/Weiyun-Chen-2/publication/323992118_A_Systematic_Review_of_the_Relationship_Between_Physical_Activity_and_Happiness/links/5d17e449a6fdcc2462b0d1af/A-Systematic-Review-of-the-Relationship-Between-Physical-Activity-and-Happiness.pdf.

24. Effects of exercise on mental health. Rohit Adling, Gokul Kale. *International Journal of Physical Education, Sports and Health*. 2016. № 3(3). P. 66–68. URL: <https://www.kheljournal.com/archives/2016/vol3issue3/PartB/3-2-76-584.pdf>.

25. Inverse Association between Physical Inactivity and Mental Health in Men and Women Daniel I. Galper, Madhukar H. Trivedi, Carolyn E. Barlow, Andrea L. Dunn, and James B. Kampert. *Medicine & Science in Sports & Exercise*. 2006. P. 173–178. URL : <https://europemc.org/article/med/16394971>.

26. Physical activity and psychological well-being / ed. by Stuart JH. Biddle, Kenneth R. Fox,

Stephen H. Boutcher. London ; New York : Routledge, 2000. P. 224. URL: <https://www.taylorfrancis.com/books/edit/10.4324/9780203468326/physical-activity-psychological-well-being-ken-fox-steve-boutcher-stuart-biddle>.

27. Physical activity and mental health in a student population Philip Tyson, Kelly Wilson, Diane Crone, Richard Brailsford, & Keith Laws. *Journal of Mental Health*. December 2010. № 19(6). P. 492–499. URL: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/20812852/>.

28. The effects of physical fitness training on trait anxiety and physical self-concept of female university students. F. Hu'lya Ascı. *Psychology of Sport and Exercise*. 2003. № 4. P. 255–264. URL: <https://isiarticles.com/bundles/Article/pre/pdf/61901.pdf>.

29. Sport and globalization: transnational dimensions / ed. R. Giulianotti, R. Robertson. Malben : Blackwell publishing, 2008. 144 p. URL : https://www.academia.edu/7445318/Sport_and_globalization_transnational_dimensions.

ABSTRACT

Julia Rodina, Yuriy Velykyi. The expediency of taking into account in the educational process the weekly physical activity of university cadets. The article explores the self-esteem of the level of physical fitness for the chosen specialty, motivational priorities in the choice of sports, the regime of weekly physical activity of cadets of the Dnipropetrovsk State University of Internal Affairs. A contradiction has been established between the objective need for cadets to study a significant amount of information in a short time, with the solution of problems to improve the level of physical fitness, the development of professionally significant motor qualities, and the observance of healthy lifestyle factors.

The priority motives during the recreational physical activity of cadets are not preparation for future professional activities, but improvement of health, improvement of body shape, reduction of excess weight, active rest, communication with friends. Physical education classes of cadets of II and IY courses are not systemic in nature, without the necessary aerobic exercise, requires correction, development of special programs and complexes for the development of the muscles of the eye, hands of the fingers, forearm, neck, foot, lower leg, pelvis, spine, torso and breast-abdominal diaphragm.

The authors focused on the insufficient amount of recreational physical activity, the need for rational organization of classroom and extracurricular activities with cadets (students), taking into account motivational priorities in the choice of sports, developing special programs and physical complexes for the development of professionally significant motor qualities of applicants studying in the specialty «Law». The results of the study will be used in the formation of a system of specially organized motor activity of university cadets, taking into account their psychophysiological state, which is the prospect of further research.

Keywords: *cadets, physical fitness, motivational priorities, mode of physical activity.*

УДК 372.881.111.1

DOI: 10.31733/2078-3566-2023-1-363-368



Олена МОЖАРОВСЬКА®

кандидат педагогічних наук

(Вінницький національний аграрний університет,
Гм. Вінниця, Україна)

НАВЧАННЯ АНОТУВАННЯ ІНШОМОВНИХ ТЕКСТІВ ЯК ОДНОГО З ВИДІВ СПЕЦІАЛІЗОВАНОЇ МОВЛЕННЄВОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

Стаття порушує питання важливості формування навичок анотування іншомовних текстів з метою отримання майбутніми фахівцями необхідної у їхній професійній діяльності інформації. Наголошено на необхідності формування вміння працювати зі словниково-довідниковою літературою. Окреслено мотиви, що змушують майбутніх фахівців технічної та юридичної галузей вчитися знаходити необхідну інформацію й використовувати її за допомогою анотування різноманітної фахової науково-технічної та юридичної літератури.

Зазначається, що анотація є короткою характеристикою змісту твору, друкованої статті чи рукопису. Вона являє собою стислу описову характеристику першоджерела. У ній розкривається тематика даної публікації без повного розкриття її змісту. Анотація дає відповідь на питання, що

© О. Можаровська, 2023

ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0002-1095-3142>

mozharovskaya1968@gmail.com