

УДК 37.091.33:796.012.2

DOI <https://doi.org/10.32782/2412-9208-2025-3-34-45>

**DEVELOPING MOTIVATION FOR ENGAGING IN SPORTS DURING
THE PEDAGOGICAL REHABILITATION OF WOUNDED MILITARY
PERSONNEL**

**ФОРМУВАННЯ МОТИВАЦІЇ ДО ЗАНЯТЬ СПОРТОМ У ПРОЦЕСІ
ПЕДАГОГІЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ ПОРАНЕНИХ ВІЙСЬКОВИХ**

Andrii CHUDYK,

PhD in Pedagogy, Associate
Professor,
Professor at the Department of
Physical Training and Sport,
Bohdan Khmelnytskyi National
Academy of the State Border Guard
Service of Ukraine
Shevchenko Str. 46, Khmelnytskyi,
29000, Ukraine

chudykandriy@ukr.net

<https://orcid.org/0000-0002-6818-0082>

Андрій ЧУДИК,

кандидат педагогічних наук, доцент,
професор кафедри фізичного
виховання і спорту,
Національна академія Державної
прикордонної служби України
імені Богдана Хмельницького
вул. Шевченка, 46,
м. Хмельницький, 29000, Україна

Yevhenii KHOTIN,

Teacher at the Department of
Physical Education and Sports,
Bohdan Khmelnytskyi National
Academy of the State Border Guard
Service of Ukraine
Shevchenko Str. 46, Khmelnytskyi,
29000, Ukraine

ehotin8@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0002-7564-2572>

Євгеній ХОТІНЬ,

викладач кафедри фізичного
виховання і спорту,
Національна академія Державної
прикордонної служби України
імені Богдана Хмельницького
вул. Шевченка, 46,
м. Хмельницький, 29000, Україна

Marta SYLIUK,

Cadet,

Bohdan Khmelnytskyi National
Academy of the State Border Guard
Service of Ukraine
Shevchenko Str. 46, Khmelnytskyi,
29000, Ukraine

martasyliuk11@gmail.com
<https://0009-0001-0672-1680>

Марта СИЛЮК,

курсант,

Національна академія Державної
прикордонної служби України
імені Богдана Хмельницького
вул. Шевченка, 46,
м. Хмельницький, 29000, Україна

ABSTRACT

Motivation for sports is an important factor that determines the relationship between the individual and rehabilitation activities and affects the achievement of positive results in the recovery process. Achieving specific successes in physical development and sports exercises, in turn, helps to strengthen the internal motivation of wounded soldiers for further training. To expand the number of servicemen involved in sports, it is necessary to build a certain system of motivation for physical exercises. The article considers the issues of motivation, as well as some issues of psychological preparation during sports in the process of pedagogical rehabilitation of wounded soldiers.

The strength and stability of motivation largely depend on the individual's ability to satisfy their needs through participation in sports activities, to get pleasure from it, to feel their own effectiveness and progress. The level of formed knowledge, skills and abilities, as well as understanding the importance of sports in their own recovery, directly determine the capabilities of a serviceman in achieving rehabilitation goals.

Motivation plays a key role in the process of pedagogical rehabilitation, because it determines the level of activity, perseverance and readiness to overcome physical and psychological difficulties. There is a feedback principle between motivation and success in sports rehabilitation: the higher the results, the stronger the desire for further improvement.

The most powerful motivator for wounded soldiers is the desire to improve their own condition, regain physical fitness, restore self-confidence and feel like a full-fledged member of society. Analysis of modern scientific sources allows us to identify the main motivational factors that influence wounded soldiers in the process of playing sports, as well as the psychological mechanisms of forming and maintaining this motivation in conditions of pedagogical rehabilitation. In the future, it is advisable to focus on the development of pedagogical technologies that contribute to the activation of internal motives and the formation of a positive attitude towards sports activities as a component of the recovery process.

Key words: *sports, rehabilitation, adaptive physical training, military personnel, motivation.*

Вступ. Мотивація відіграє ключову роль у процесі педагогічної реабілітації, адже саме вона зумовлює рівень активності, наполегливості та готовності долати фізичні й психологічні труднощі. Між мотивацією та успіхом у спортивній реабілітації простежується принцип зворотного зв'язку: що вищі результати, то сильніше прагнення до подальшого вдосконалення. Саме позитивна мотивація виступає потужним чинником,

що стимулює військових до систематичних занять, сприяє подоланню психологічних бар'єрів, відновленню віри у власні можливості та досягненню реабілітаційних цілей. Різноманітність засобів, методів і педагогічних підходів, що використовуються у спортивно-реабілітаційному процесі, дозволяє зробити його більш індивідуалізованим та привабливим для учасників.

Проблематика мотивації до занять спортом та фізичною активністю посідає важливе місце у сучасних наукових дослідженнях, зокрема у контексті педагогіки, психології та фізичної реабілітації. В українській науковій спільноті спостерігається зростання інтересу до цього напрямку, що відображається у працях низки вчених, які розкривають різні аспекти мотиваційних процесів, їх структуру, чинники формування та педагогічні умови розвитку. Попри наявність численних досліджень, недостатньо вивченими залишаються питання ефективності педагогічних методів формування позитивної мотивації.

Наукова **актуальність** теми зумовлена потребою комплексного аналізу мотиваційних механізмів у спортивно-реабілітаційному процесі, адже саме мотивація виступає сполучною ланкою між педагогічними впливами, психологічною підтримкою та практичними результатами реабілітації.

Формування позитивної мотивації до занять спортом передбачає поєднання зовнішніх (суспільних, колективних) і внутрішніх (особистісних) мотивів, що забезпечує активну участь у реабілітаційному процесі та сприяє більш якісному засвоєнню нових рухових навичок. Водночас результати, досягнуті в процесі занять спортом, посилюють мотивацію, створюючи ефект позитивного зворотного зв'язку: чим відчутніші успіхи у фізичному та психологічному відновленні, тим вищою стає готовність продовжувати діяльність. Мотивація у цьому контексті розглядається не лише як результат педагогічного впливу, а як активний чинник розвитку особистості військовослужбовця, його ціннісних орієнтацій та соціальної адаптації. Таким чином, постає необхідність наукового аналізу феномену мотивації до занять спортом у контексті педагогічної реабілітації поранених військових, визначення її специфічних особливостей, провідних факторів формування та шляхів педагогічного впливу на підвищення ефективності цього процесу.

Мета та завдання статті – теоретично обґрунтувати та визначити педагогічні умови формування мотивації до занять спортом у процесі педагогічної реабілітації поранених військовослужбовців, а також виявити чинники, що сприяють активізації внутрішньої мотивації до фізичної активності як засобу фізичного, психологічного та соціального відновлення.

Методи та методики дослідження. Для досягнення мети та вирішення завдань дослідження було використано комплекс взаємопов'язаних теоретичних і емпіричних методів, що забезпечили всебічне вивчення процесу формування мотивації до занять спортом у поранених військовослужбовців у контексті педагогічної реабілітації. Теоретичні методи включали аналіз, синтез, порівняння та узагальнення наукових джерел з галузей педагогіки, психології, фізичної реабілітації, спортивної мотивації та адаптивної фізичної культури. Отримані результати було проаналізовано у світлі сучасних наукових підходів до відновлення психофізичного стану військовослужбовців, що зазнали поранень, із урахуванням принципів гуманізму, індивідуального підходу та системності педагогічного впливу.

Результати та дискусії. Мотивація як психічне явище має різні інтерпретації. Її розглядають як сукупність чинників, що підтримують, спрямовують і визначають поведінку людини; як систему мотивів або як внутрішнє спонукання, яке активізує діяльність організму та визначає її спрямованість [5, с. 91]. Також мотивацію трактують як процес психічної регуляції діяльності, дію мотиву або механізм, що зумовлює виникнення, напрям і способи реалізації певних форм активності. Мотивація – це внутрішній психологічний процес, який зумовлений потребами людини та спонукає її до дій і досягнення певних результатів. Мотиваційний компонент діяльності розглядається як сукупність провідних чинників, що визначають активність особистості. До них належать потреби, мотиви, інтереси, установки, ціннісні орієнтації, спрямованість, ідеали та рівень домагань. У структурі спортивної діяльності мотивація виконує низку ключових функцій: виступає пусковим механізмом активності; забезпечує підтримання оптимального рівня залученості у тренувальний і змагальний процес; регулює зміст діяльності та вибір засобів для досягнення бажаних результатів.

Мотиваційний вплив у педагогічній реабілітації пов'язаний із формуванням умов для розвитку внутрішньої мотивації, з урахуванням домінуючих рис особистості, попереднього досвіду, психоемоційного стану та соціальних потреб військовослужбовців. Так, О. Волков у своїх дослідженнях акцентує увагу на ролі психоемоційного стану у мотиваційних процесах і підкреслює взаємозв'язок між мотивацією та саморегуляцією у спортсменів різного рівня підготовки. Учений доводить, що ефективне формування стійких мотиваційних установок можливе лише за умов наявності цілісної системи психологічної підтримки, яка забезпечує гармонійний розвиток особистості спортсмена [1].

У свою чергу, В. Іванова наголошує на соціальній зумовленості мотивації до фізичної активності, виділяючи серед провідних чинників підтримку родини, друзів, колективу, а також вплив культурного серед-

овища й інформаційного простору. Особливу роль, за її спостереженнями, відіграють соціальні медіа, які формують у молодого покоління ставлення до спорту як до ефективного засобу самовираження, самореалізації й особистісного зростання [4].

Результати досліджень О. Гречаного та його колег підкреслюють, що мотивація визначає не лише вибір напряму спортивної діяльності, але й впливає на досягнення кінцевих результатів, виступаючи ключовим чинником успішності у фізичній реабілітації [2]. У контексті педагогічної реабілітації поранених військовослужбовців це означає, що відновлення фізичних і психологічних функцій неможливе без глибокого розуміння мотиваційної структури особистості, її потреб, ціннісних орієнтацій та соціальних детермінант участі у спортивній діяльності.

З вищесказаного доходимо висновку, що формування мотивації до занять спортом у процесі педагогічної реабілітації є складним і багатогранним явищем, що зумовлюється впливом низки внутрішніх та зовнішніх чинників. До внутрішніх належать індивідуально-психологічні особливості особистості, рівень саморегуляції, усвідомлення власних потреб, наявність особистих цілей і прагнення покращити фізичний стан чи загальне самопочуття. Зовнішні фактори охоплюють соціальну підтримку, створення сприятливого педагогічного середовища, доступність спортивної інфраструктури, а також позитивну популяризацію спорту через медіа та суспільні ініціативи.

Внутрішня мотивація посідає провідне місце у забезпеченні стійкої залученості до спортивної діяльності, особливо в контексті реабілітації поранених військовослужбовців. Вона базується на внутрішніх потребах та інтересах особистості, зокрема на бажанні вдосконалювати свої фізичні здібності, досягати поставлених цілей, відчувати задоволення від самого процесу тренувань і поступового відновлення. Дослідження свідчать, що особи з розвиненою внутрішньою мотивацією більш схильні до тривалого підтримання фізичної активності навіть за відсутності зовнішніх стимулів, таких як соціальне схвалення чи зовнішній контроль.

Психологи, які досліджують мотиваційні процеси у спорті, трактують це явище з різних підходів, виокремлюючи внутрішню, зовнішню та мотивацію досягнення [3, с. 87]. Хоча зовнішня мотивація може бути досить потужною, справжній інтерес до занять спортом формується насамперед завдяки внутрішній мотивації. Вона виникає тоді, коли зовнішні стимули та цілі узгоджуються з особистісними характеристиками людини, її здібностями, темпераментом і рівнем соціальної адаптації. Важливо, щоб мотиви й цілі були для спортсмена реалістичними та відповідали його внутрішнім ресурсам, а також щоб він усвідомлював власну відповідальність за їх досягнення. Успішна реалізація поставлених цілей

посилило відчуття натхнення, викликає бажання продовжувати тренування з власної ініціативи, формуючи внутрішню мотивацію та стійкий інтерес до занять. Інтерес, у свою чергу, виступає постійним каталізатором енергії: він сприяє легшому виконанню завдань, підсилює волю зусилля, розвиває терпіння, наполегливість і цілеспрямованість.

З психологічної точки зору у структурі мотивації виділяють два рівні: особистісний та ситуативний. Особистісна мотивація є стрижневою характеристикою психіки, яка визначає загальну спрямованість діяльності та інтерес до неї, тоді як ситуативна пов'язана з реакцією на конкретні зовнішні умови. Вона виконує функцію когнітивного механізму прогнозування наслідків дій і забезпечує адекватну поведінкову реакцію відповідно до ситуації [3, с. 88].

У контексті педагогічної реабілітації поранених військових внутрішня мотивація набуває особливої значущості, оскільки вона визначає активну участь у відновлювальному процесі та сприяє подоланню фізичних і психологічних бар'єрів. Поступове залучення до систематичних занять спортом створює умови для формування нових мотиваційних установок, посилення самоконтролю, підвищення самооцінки та відновлення впевненості у власних силах. Ситуаційна мотивація в даному випадку реалізується через педагогічні прийоми, організацію тренувального процесу, використання індивідуально підібраних вправ та адаптивних методик, що відповідають фізичним можливостям та психоемоційному стану військовослужбовців. Її роль полягає у забезпеченні безпосередньої зацікавленості, стимулюванні до активності на конкретному етапі реабілітації та підтриманні тренувальної дисципліни.

Наукові дослідження свідчать, що оптимальне поєднання особистісної та ситуативної мотивації забезпечує стійкий ефект реабілітації: внутрішньо мотивовані військові демонструють більшу самостійність у заняттях, високий рівень психологічної стійкості та здатність до самокорекції, а ефективне використання зовнішніх стимулів (підтримка інструктора, позитивний зворотний зв'язок, соціальна оцінка успіхів) посилює цей процес і сприяє формуванню довготривалої прихильності до фізичної активності [6].

У світлі викладеного, очевидним стає, що ефективність формування мотивації до занять спортом у поранених військовослужбовців значною мірою залежить від правильно організованого педагогічного впливу. Педагогічні умови відіграють ключову роль у створенні сприятливого середовища, яке поєднує стимулювання внутрішньої мотивації, підтримку ситуативної зацікавленості та забезпечення доступності фізичних і психологічних ресурсів для ефективного відновлення.

Результативність тренувального процесу та досягнення спортивних цілей суттєво визначаються наявністю психологічної підтримки. Тренери

та психологи виконують ключову функцію у стимулюванні внутрішньої мотивації, формуванні індивідуальних підходів до кожного спортсмена та виявленні й подоланні потенційних психологічних перешкод. Формування стійкої мотивації до занять спортом у процесі педагогічної реабілітації поранених військовослужбовців потребує системного підходу, який поєднує індивідуалізацію, поступовість навантажень та психологічну підтримку. Педагогічні умови виступають як комплекс факторів, що забезпечують розвиток внутрішньої мотивації, підтримку ситуативного інтересу та формування позитивного ставлення до фізичної активності.

Однією з ключових умов є індивідуалізація тренувального процесу, що враховує фізичні можливості, рівень функціональної готовності, психоемоційний стан та особистісні особливості кожного учасника. В. Шинкарук називає індивідуалізацію фізичних навантажень є одним з основних принципів інклюзивної фізичної підготовки [7, с. 227], оскільки військові, які зазнали поранень, мають різні ступені травм, що визначають рівень їхньої здатності до фізичної активності. З цього виходить, що підбір навантажень має здійснюватися з урахуванням індивідуальних характеристик кожного військовослужбовця, а вправи і методи реабілітації повинні відповідати реальному рівню підготовки, поступово ускладнюватися та давати відчуття досягнення, що сприяє посиленню внутрішньої мотивації.

Важливо підкреслити, що формування спортивної мотивації є складовою психологічної підготовки спортсмена. Основна мета такої підготовки полягає у створенні та посиленні мотиваційної спрямованості особистості, що досягається через поглиблення взаємозв'язку між учасником тренувального процесу та самою спортивною діяльністю, її результатами, а також взаємодією з тренером, партнерами та власним «Я». У цьому контексті психологічна підготовка тісно пов'язана з іншими аспектами спортивної діяльності, оскільки фізичні вправи та відновлювальні заходи розглядаються не лише з позиції фізичних навантажень, а й у взаємодії з психічним станом спортсмена.

Соціальна взаємодія також виступає важливим педагогічним чинником: підтримка колег, тренерів і членів реабілітаційної групи підсилює мотивацію до регулярних занять, сприяє розвитку командного духу, взаємоповаги та почуття приналежності до спільноти. Крім того, наявність позитивних моделей поведінки серед однолітків або наставників формує орієнтири для наслідування та стимулює активну участь у спортивному процесі.

Ще одним значущим компонентом є поступове досягнення видимих результатів, що створює ефект успіху. Досягнення навіть невеликих цілей у фізичній підготовці або у спортивних іграх підтримує відчуття контролю над власним розвитком, підвищує самооцінку та формує

стійку внутрішню мотивацію. Зазначається, що з ускладненням спортивного життя відбувається поява нових мотивів, це сприяє появі нових цілей. Виникає постійний взаємозв'язок між мотиваційними та емоційними чинниками. Так, прагнення спортсмена досягти нової мети супроводжується конструктивною емоцією незадоволеності, а після її досягнення з'являється відчуття емоційного задоволення. Тренеру необхідно враховувати динаміку мотивації вчинків підопічних, приділяючи особливу увагу спрямованості мотивів, оскільки саме вона визначає поведінкові прояви спортсменів. Крім того, важливо систематично аналізувати емоційну діяльність учасників тренувального процесу, роблячи ті чи інші мотиви особистісно значущими та адаптованими до конкретного етапу підготовки.

До загальних властивостей особистості, що впливають на мотивацію та ефективність занять, відносять темперамент, емоційно-вольові якості, соціальні навички та інші психофізіологічні характеристики. Особливо важливим є стан нервової системи, який визначає стійкість до стресу та надійність виконання завдань. Психологічна підготовка у процесі реабілітації поранених військових включає ряд ключових аспектів: концентрацію уваги, контроль емоцій, розвиток стресостійкості, самоконтроль та відновлення після психоемоційного напруження. Ці аспекти спрямовані на оптимізацію психологічного стану учасників реабілітації та посилення їхньої мотивації до систематичних занять спортом.

Таким чином визначаємо, що ефективна психологічна підготовка дозволяє військовослужбовцям управляти своєю увагою, контролювати емоції, адаптуватися до змінних умов тренувального процесу та впевнено виконувати завдання, що сприяє відновленню фізичних і психологічних ресурсів. Особливу роль вона відіграє у подоланні страху перед поверненням до активної фізичної діяльності після травм, формуванні позитивного психологічного налаштування та підтриманні внутрішньої мотивації.

Як відзначає І. Якімчук, виділяються більш конкретні варіанти мотивації, пов'язані з заняттями різними видами спортивної діяльності [8, с. 214], які в контексті реабілітації можна адаптувати під фізичні вправи та відновлювальні програми: забезпечення циклічності навантажень, контроль рухових дій, а також ситуативні завдання, що стимулюють активність.

Однією з причин ослаблення мотивації у може стати недостатнє відновлення працездатності після тренувальних занять, що у свою чергу, негативно впливає на психоемоційний стан, на досягнення планованих спортивних результатів і на відношення до подальших тренувань і до процесу реабілітації загалом. Інтеграція психологічної підготовки в процес занять спортом у реабілітації поранених військовослужбовців може

значно підвищити ефективність відновлювальних заходів та сприяти досягненню оптимальних результатів у фізичній діяльності. Доступ до внутрішніх ресурсів, контроль емоцій та підтримання психологічного комфорту є важливими чинниками формування стійкої мотивації та активної участі в реабілітаційному процесі.

Негативно на мотивацію можуть впливати постійний психоемоційний тиск, тривога, перевантаження до стану втоми, а також травми, непередбачувані невдачі або конфліктні ситуації. Для запобігання зниженню мотивації та підтримання працездатності доцільним є застосування психорегуючих методик, таких як релаксаційні вправи, дихальні техніки та відновлювальний масаж. Поєднання психорегуючого тренування з масажем є ефективним засобом підтримки мотивації, оскільки сприяє відновленню фізичних і психологічних ресурсів, підвищує стійкість до стресу та зменшує відчуття перевантаження. Відновлювальні сеанси проводяться індивідуально після кожного заняття, тривалість яких становить близько 40 хвилин, що дозволяє максимізувати ефект і забезпечити подальшу активну участь у реабілітаційних заходах.

Висновки. Таким чином, формування мотивації до занять спортом у процесі педагогічної реабілітації поранених військовослужбовців є складним і багатогранним процесом, який визначається поєднанням внутрішніх та зовнішніх чинників. Мотивація виступає як чинник підвищення рівня фізичної підготовки, а також як ключовий механізм психологічного відновлення, соціальної адаптації та формування активної життєвої позиції. Це підкреслює необхідність системного підходу до розробки педагогічних програм, що враховують індивідуальні особливості, потреби та потенціал кожного військовослужбовця. Систематична психологічна підтримка та педагогічні умови, що передбачають індивідуалізацію тренувального процесу, поступове досягнення результатів, соціальну взаємодію та регулярний зворотний зв'язок, дозволяють сформувати внутрішню мотивацію, підвищити концентрацію уваги, стресостійкість, самоконтроль і ефективність відновлювальних заходів. Інтеграція психорегуючих методик, таких як релаксаційні вправи, дихальні техніки та відновлювальний масаж, у тренувальний процес забезпечує оптимізацію психофізіологічного стану учасників реабілітації, сприяє збереженню працездатності та підтримує мотивацію до систематичних занять фізичною активністю.

Подальші наукові дослідження у цій сфері можуть бути спрямовані на лонгітюдний аналіз мотиваційних процесів з метою оцінки динаміки внутрішньої мотивації та її впливу на ефективність реабілітації. Важливим є також розроблення та апробація адаптивних педагогічних програм, що враховують індивідуальні фізичні, психоемоційні та соціальні

особливості поранених військовослужбовців, а також інтеграцію сучасних технологій, таких як віртуальні тренажери та цифрові платформи для моніторингу прогресу та стимулювання мотивації.

Література

1. Волков О. О. Психологічні особливості формування мотивації до занять спортом у молоді. *Науковий вісник Національного університету фізичного виховання і спорту України*. 2019. № 1. С. 45–50.
2. Гречаний О. М. Основні мотиви зацікавленості школярів у заняттях бойовим хортингом. Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матеріали Міжнар. наук.-практ. конф, м. Ірпінь, 3–4 січ. 2022 р. Ірпінь, 2022. С. 74–90.
3. Іваненко В. Особливості розуміння психологічної сутності мотивації досягнення в спортивній діяльності. *Науковий вісник мелітопольського державного педагогічного університету, серія: педагогіка*. 2017. № 1 (18). С. 86–90.
4. Іванова В. В. Вплив соціальних чинників на мотивацію до занять спортом серед студентської молоді. *Фізична культура, спорт та здоров'я нації*. 2020. Вип. 2. С. 112–118.
5. Перепелиця, А., Фокіна, Є., & Ковальчук, В. Мотивація як фактор впливу в спортивній діяльності. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2022. №4. С. 89–94.
6. Сучасні тенденції та перспективи розвитку фізичної підготовки та спорту Збройних Сил України, правоохоронних органів, рятувальних та інших спеціальних служб на шляху євроатлантичної інтеграції України: тези VIII Міжнародної науково-практичної конференції (Київ, 27 листопада 2024 р.). Національний університет оборони України. Київ : НУОУ, 2024. 472 с.
7. Шинкарук В. Кулікова А. Методика проведення занять з інклюзивної фізичної підготовки військових, які отримали важкі поранення. *Olympicus*. 2025. № 1. С. 226–231.
8. Якимчук І. В. Формування мотивації в спортивній діяльності. *Сучасні проблеми фізичного виховання, спорту та здоров'я людини*: матеріали VI інтернет-конференції, м. Одеса, 17–18 листопада 2022 р. Одеса, 2022. С. 213–218.

References

1. Volkov, O. O. (2019). Psykholohichni osoblyvosti formuvannia motyvatsii do zaniat sportom u molodi [Psychological features of motivation formation for engaging in sports among youth]. *Naukovyi visnyk Natsionalnoho universytetu fizychnoho vykhovannia i sportu Ukrainy*, (1), 45–50. [in Ukrainian].
2. Hrechanyi, O. M. (2022). Osnovni motyvy zainteresovanosti shkoliariv u zaniattiakh boiovym khortingom [Main motives of schoolchildren's interest in combat khorting]. *Boiovyi khorting ta diialnist pravookhoronnykh orhaniv Ukrainy: materialy Mizhnar. nauk.-prakt. konf., m. Irpin, 3–4 sich. 2022*. 74–90. [in Ukrainian].
3. Ivanenko, V. (2017). Osoblyvosti rozuminnia psykholohichnoi sutnosti motyvatsii dosiahnennia v sportyvni diialnosti [Features of understanding the psychological essence of achievement motivation in sports activity]. *Naukovyi visnyk Melitopolskoho derzhavnoho pedahohichnoho universytetu, seria: Pedahohika*, (1(18)). 86–90. [in Ukrainian].
4. Ivanova, V. V. (2020). Vplyv sotsialnykh chynnykiv na motyvatsiiu do zaniat sportom sered studentskoi molodi [Influence of social factors on motivation to engage in sports among student youth]. *Fizychna kultura, sport ta zdorovia natsii*, (2), 112–118. [in Ukrainian].

5. Perepelytsia, A., Fokina, Ye., & Kovalchuk, V. (2022). Motyvatsiia yak faktor vplyvu v sportyvni diialnosti [Motivation as a factor of influence in sports activity]. *Teoriia i metodyka fizychnoho vykhovannia i sportu*, (4), 89–94. [in Ukrainian].

6. Suchasni tendentsii ta perspektyvy rozvytku fizychnoi pidhotovky ta sportu Zbroinykh Syl Ukrainy, pravookhoronnykh orhaniv, riatuvalnykh ta inshykh spetsialnykh sluzhnb na shliakhu yevroatlantychnoi intehtatsii Ukrainy. (2024). *Natsionalnyi universytet oborony Ukrainy*. Kyiv: NUOU. [Modern trends and prospects for the development of physical training and sports of the Armed Forces of Ukraine, law enforcement agencies, rescue and other special services on the path of Ukraine's Euro-Atlantic integration: Proceedings of the 8th International Scientific and Practical Conference (Kyiv, November 27, 2024).] [in Ukrainian].

7. Shynkaruk, V., & Kulikova, A. (2025). *Metodyka provedennia zaniat z inkluziinoi fizychnoi pidhotovky viiskovykh, yaki otrymaly vazhki poranennia* [Methodology of conducting inclusive physical training for military personnel with severe injuries]. *Olympicus*, (1), 226–231. [in Ukrainian].

8. Yakimchuk, I. V. (2022). Formuvannia motyvatsii v sportyvni diialnosti [Formation of motivation in sports activity]. *Suchasni problemy fizychnoho vykhovannia, sportu ta zdorovia liudyny: materialy VI internet-konferentsii, m. Odesa, 17–18 lystopada 2022*. 213–218. [in Ukrainian].

АНОТАЦІЯ

У статті розглядаються питання мотивації, а також деякі питання психологічної підготовки під час занять спортом у процесі педагогічної реабілітації поранених військових. Мотивація до занять спортом є важливим чинником, що визначає взаємозв'язок особистості з реабілітаційною діяльністю та впливає на досягнення позитивних результатів у процесі відновлення. Для розширення кількості військовослужбовців, які залучаються до занять спортом, необхідно побудувати певну систему мотивації до занять фізичними вправами.

Мета статті – теоретично обґрунтувати та визначити педагогічні умови формування мотивації до занять спортом у процесі педагогічної реабілітації поранених військовослужбовців, а також виявити чинники, що сприяють активізації внутрішньої мотивації до фізичної активності як засобу фізичного, психологічного та соціального відновлення.

Для досягнення мети дослідження було використано комплекс взаємопов'язаних теоретичних і емпіричних методів, що забезпечили всебічне вивчення процесу формування мотивації до занять спортом у поранених військовослужбовців у контексті педагогічної реабілітації.

Аналіз сучасних наукових джерел дозволяє визначити основні мотиваційні фактори, що впливають на поранених військовослужбовців у процесі занять спортом, а також психологічні механізми формування і підтримання цієї мотивації в умовах педагогічної реабілітації. В процесі дослідження було доведено необхідність системного підходу до розробки педагогічних програм, що враховують індивідуальні особливості, потреби та потенціал кожного військовослужбовця. Обґрунтовано, що систематична психологічна підтримка та педагогічні умови, що передбачають індивідуалізацію тренувального процесу, поступове досягнення результатів, соціальну взаємодію та регулярний зворотний зв'язок, дозволяють сформувати внутрішню мотивацію, підвищити концентрацію уваги, стресостійкість, само-

контроль і ефективність відновлювальних заходів. Інтеграція психорегулюючих методик, таких як релаксаційні вправи, дихальні техніки та відновлювальний масаж, у тренувальний процес забезпечує оптимізацію психофізіологічного стану учасників реабілітації, сприяє збереженню працездатності та підтримує мотивацію до систематичних занять фізичною активністю.

У перспективі подальших досліджень доцільно зосередити увагу на розробці педагогічних технологій, що сприяють активізації внутрішніх мотивів та формуванню позитивного ставлення до спортивної діяльності як складової процесу відновлення.

Ключові слова: спорт, реабілітація, адаптивна фізична підготовка, військово-вослужбовці, мотивація.



Дата надходження статті: 28.10.2025

Дата прийняття статті: 25.11.2025

Опубліковано: 29.12.2025