

З'ясовано, які змагання зі стрільби з лука проводилися та в яких приймали участь українські лучники протягом розглянутого періоду.

Перспективи подальших досліджень пов'язані зі збором інформації про змагальну діяльність окремих стрільців з лука для подальшого аналізу.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Антонов С. В., Пітин М. П. Результативність висококваліфікованих стрільців з лука у контрольних вправах із ускладненими умовами виконання. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2011. № 9. С. 8-10.
2. Антонов С., Іваницький Г. Відеоконтроль характеристик техніки пострілу в стрільбі з лука. *Моделювання та інформаційні технології у фізичному вихованні та спорті* : тези доп. XII Міжнар. наук. конф. Львів, 2016. С. 52-54.
3. Виноградський Б. А. Спортивна стрільба з лука: основи й удосконалення спеціальної підготовленості: монографія. Львів : ЛДУФК, 2012. 306 с.
4. Правила спортивних змагань зі стрільби з лука. Федерація стрільби з лука України. Режим доступу: <https://archeryua.com/wp-content/uploads/2022/12/%D0%9F%D1%80%D0%B0%D0%B2%D0%B8%D0%BB%D0%B0-%D0%A4%D0%A1%D0%9B%D0%A3-2022.pdf>
5. Солоненко Є., Ворона В., Ратов А. Аналіз змагальної діяльності збірної команди України зі стрільби з лука з 2013 по 2016 рік. *Фізична культура, спорт та здоров'я нації*. Збірник наукових праць. 2017. Випуск 3. С. 416-422.
6. Федерація стрільби з лука України. Офіційний сайт. Режим доступу: <https://archeryua.com>

Павленко Богдан, Ворона Віта

АНАЛІЗ СУЧАСНИХ ТЕНДЕНЦІЙ РОЗВИТКУ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ У ПРОЦЕСІ ВОЛОНТЕРСЬКОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

*Сумський державний педагогічний університет імені А.С.Макаренка
Навчально-науковий інститут фізичної культури*

Анотація. У роботі було розглянуто сучасні тенденції фізичної культури і спорту у процесі волонтерської діяльності. Визначено новітні характеристики та переваги сучасних волонтерів. Розглянуто, поетапно, організація підготовки волонтерів до діяльності на Олімпійських іграх.

Ключові слова: тенденції, фізична культура і спорт, волонтерська діяльність.

Pavlenko Bohdan, Vorona Vita. Analysis of current trends in the development of physical culture and sports in the process of volunteering.

Abstract. The paper examines current trends in physical culture and sports in the process of volunteering. The newest characteristics and advantages of modern volunteers are identified. The organization of volunteer training for the Olympic Games is considered in stages.

Keywords: trends, physical culture and sport, volunteering.

Постановка проблеми. В сьогоденні спостерігається тенденція інтернаціоналізації волонтерів у спортивній волонтерській службі. Про це свідчать зміни у волонтерських проектах та кількості країн-учасниць організації Олімпійських та Параолімпійських ігор. Наприклад, організація SCULT спільно з Erasmus+ Sport розробили та реалізували проект, спрямований на інтернаціоналізацію спортивного волонтерства. SCULT очолює міжнародний рух спортивних волонтерів, який об'єднує людей різного віку, організаторів спортивних заходів і спортивних клубів на місцевому та міжнародному рівнях.

Вивчення міжнародного досвіду відбору та підготовки олімпійських волонтерів, синтез та узагальнення інформації, дають змогу визначити методи організації підготовки волонтерів, які мають форму самостійних етапів, таких як: етап підготовки; організація відбору; організація навчання.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Своєчасний аналіз сучасних джерел, дозволяє розкрити портрет сучасного волонтера та проаналізувати сучасні тенденції розвитку волонтерства у фізичній культурі і спорті. На цьому наголошується в роботах О. Степанюк, І. Когут [3], І. Boiko, L. Radchenko [5]; J. Detollenaere, S. Willems, S. Baert [6] та інших.

В межах дослідження ми ставили **мету** проаналізувати сучасні тенденції розвитку волонтерства у фізичній культурі і спорті.

Результати дослідження. Місія Спортивного волонтерського руху SCULT полягає у збільшенні кількості спортивних волонтерів у Європі до 2030 року. Щоб вирішити цю проблему, рух SCULT розробив інноваційну модель, яка систематично поєднує інформацію про волонтерів та їхні інтереси з можливостями волонтерства в країні та за кордоном. Модель використовує прозору та активну волонтерську спільноту та рішення для полегшення пошуку партнерів і покращення спілкування між волонтерами та організаторами спортивних подій. За період дії проекту, у 2017-2018 роках, організація об'єднала 25 000 волонтерів, взяла участь у восьми міжнародних спортивних заходах з волонтерами з різних країн, а також організувала дві масштабні мережеві конференції SCULT Fest, щоб мотивувати, активізувати та навчати зацікавлених сторін з усього світу. SCULT має п'ять міжнародних партнерів у проекті: Університетський коледж Північної Данії (DEN), Литовський спортивний університет (LTU), Європейський волонтерський центр CEV (BEL), Університет прикладних наук Haag Helium (FIN) і Тартуський марафонський клуб (EST).

Отже, можна сказати, що реалізація таких проектів сприяє інтернаціоналізації волонтерства, міжнародній співпраці та глобалізації спортивного волонтерського руху [8].

На рисунку 1 наведемо новітні характеристики та переваги сучасних волонтерів.



Рис. 1. Новітні характеристики та переваги сучасних волонтерів

Водночас сучасні тенденції волонтерства вводять нові визначення, що слугують масовому поширенню та популярності волонтерства в усьому світі, зокрема: корпоративне, ситуаційне, електронне, сімейне, міжнародне волонтерство.

Корпоративне волонтерство є однією з найбільш швидкозростаючих сфер в західному світі. Це відбувається, коли організації та підприємства беруть на себе зобов'язання перед своїми співробітниками бути волонтерами. У сфері корпоративного волонтерства компанія заохочує працівників вкладати свій час і знання як волонтери для участі в різноманітних заходах, і волонтерство може здійснюватися в межах або поза офіційним робочим навантаженням і часом працівника. Корпоративне волонтерство покращує залучення до волонтерських організацій, допомагає надавати співробітникам інформацію про необхідні види діяльності, служить фінансовим і людським ресурсом [2].

Іншим різновидом є епізодичне волонтерство – одноразовий чи короткочасний акт. За останні кілька десятиліть люди перейшли від колективного до рефлексивного підходу до волонтерства та бажання стати волонтером швидко та безкоштовно. Організації, які залучають волонтерів, повинні надавати можливості для впровадження цього формату, а також традиційних методів. Це особливо важливо для залучення молодих волонтерів [1].

Електронне волонтерство (онлайн або віртуальне) – коли люди працюють волонтерами з дому або зі свого офісу, використовуючи цифрові пристрої та інтернет мережу. Вони або надають послуги онлайн, або виконують роботу, яку можна надіслати організації без їхньої фізичної присутності [7].

Сімейне волонтерство – заняття разом з іншими членами родин, зазвичай разом з дітьми. Це дозволяє поєднувати можливість перебувати з сім'єю та працювати на покращення суспільних цінностей. Хоч даний вид є ще недостатньо поширеним, але він є перспективним напрямком за рахунок своєї доступності. Виявлено, що цей різновид волонтерства спонукає дітей займатися волонтерством у майбутньому [4].

Міжнародне волонтерство – коли волонтери працюють за межами своєї країни з метою комбінованої подорожі. Зазвичай даний вид волонтерства орієнтований на країни, що розвиваються, і приваблює переважно молодь. Незважаючи на його дороговизну і складну доступність, він є популярним та привабливим [6]. На рисунку 2 узагальнено та представлено сучасні тенденції розвитку спортивного волонтерства [3].

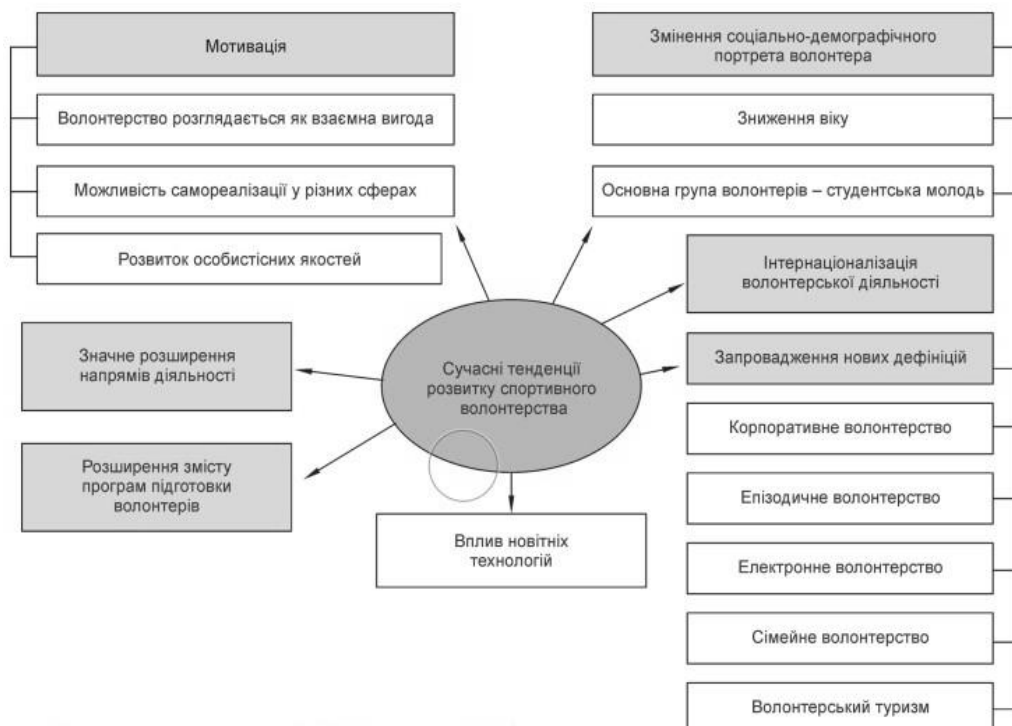


Рис. 2. Сучасні тенденції розвитку спортивного волонтерства [3]

Сучасні тенденції у спортивній волонтерській діяльності посилюють її роль і значення, що, в свою чергу, забезпечує високий рівень організації та проведення змагань. Важливим фактором сучасного волонтерського руху є зміна мотиваційних чинників, які спонукають до занять волонтерською діяльністю. Тобто, волонтерство більше не є лише благодійним актом допомоги іншим, а стає вільним обміном за згодою, де є взаємна вигода, яка приносить користь волонтерам, громаді і суспільству загалом.

Вивчення міжнародного досвіду відбору та підготовки олімпійських волонтерів, синтез та узагальнення інформації, дають змогу визначити методи організації підготовки волонтерів, які мають форму самостійних етапів, таких як: етап підготовки; організація відбору; організація навчання. Інформацію представимо у вигляді таблиці 1.

Таблиця 1.

Організація підготовки волонтерів до Олімпійських ігор

Етапи	Терміни етапу
Підготовчий: <ul style="list-style-type: none"> ○ визначення мети, завдань і формату проведення майбутнього спортивно-масового олімпійського заходу ○ складання переліку об'єктів, на яких необхідна допомога волонтерів ○ визначення оптимальної кількості волонтерів для забезпечення якості проведення заходу ○ визначення бюджету для організації відбору, підготовки і забезпечення ефективної роботи волонтерів ○ визначення умов роботи волонтерів ○ складання переліку організацій, на яких буде покладено забезпечення підготовки волонтерів 	Не пізніше, ніж за два роки до проведення заходу
Організація відбору	
Ознайомчий етап: <ul style="list-style-type: none"> ○ створення на сайті заходу сторінки, присвяченої волонтерській діяльності ○ розміщення на інтернет-сторінці заходу вимог до кандидатів у волонтери (вік, кваліфікація, знання мов, стан здоров'я тощо) ○ розміщення на інтернет-сторінці заходу анкети для бажаючих здійснювати добровільну допомогу в організації та проведенні майбутнього заходу ○ опис умов роботи (орієнтовний графік роботи, умови харчування, проживання, медичний супровід тощо) 	За два роки до проведення заходу
Попередній відбір: <ul style="list-style-type: none"> ○ обробка анкет кандидатів ○ складання попередніх списків ○ здійснення контакту з кандидатами, проведення співбесіди ○ формування основного і резервних списків 	Не пізніше, ніж за півтора року до проведення заходу
Основний відбір: <ul style="list-style-type: none"> ○ тестування кандидатів (психологічне, мовне, підготовленості) ○ складання списків волонтерів 	За рік до початку заходу
Організація підготовки	
Організація: <ul style="list-style-type: none"> ○ розробка програм навчання і тестування знань ○ підготовка педагогічних кадрів ○ підготовка дидактичного матеріалу 	За два роки до початку заходу
Основна підготовка: <ul style="list-style-type: none"> ○ проведення модульного навчання кандидатів ○ оцінка засвоєння матеріалу, що вивчався 	За півроку до початку заходу
Інструктаж на об'єктах роботи: <ul style="list-style-type: none"> ○ проведення інструктажу на об'єктах майбутньої роботи ○ організація роботи волонтерів на попередніх тестових змаганнях, що проходять на об'єктах 	За тиждень до початку заходу

Організаційний аналіз процесу відбору та підготовки волонтерів в Україні звертає увагу на відсутність єдиної системи спортивного волонтерства в нашій країні. Звернувши

увагу на дослідження експертів Національного олімпійського комітету України [5] можна визначити, що до волонтерської допомоги залучаються студенти вищих навчальних закладів, спортивних федерацій, дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спортивних товариств тощо. Проте саме частка студентської молоді, значно перевищує решту населення, задіяного у волонтерській діяльності.

Висновки. Пріоритетними напрямками розвитку волонтерської діяльності є: розробка заходів, спрямованих на заохочення волонтерів до волонтерської допомоги; популяризація волонтерського руху в засобах масової інформації; створення центрів підготовки волонтерів; спеціальні розділи на сайтах спортивних закладів, присвячені специфіці волонтерства в рамках майбутніх спортивно-масових заходів та спортивних змагань; включення теми «Спортивне та олімпійське волонтерство» в освітні програми закладів освіти ВНЗ; розробка спеціальних освітніх програм щодо висвітлення спортивного волонтерства та їх впровадження в роботу спортивних закладів; проведення досліджень з проблем спортивного волонтерства у науково-дослідних інститутах і закладах вищої освіти; налагодження зв'язку між спортивними, місцевими та регіональними громадськими волонтерськими організаціями для здійснення співпраці з підготовки добровольців.

Перспективи подальших досліджень пов'язані зі збором інформації про розвиток та вплив волонтерства на фізичну культуру і спорт.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Бондаренко А., Вдовцов Ю. Посібник по роботі з волонтерами. Київ, 2021. 164 с.
2. Організаційний комітет Олімпійських та Паралімпійських ігор в Лондоні 2012. Офіційний сайт. Режим доступу: <https://web.archive.org/web/20121230133038/http://www.london2012.com/>
3. Степанюк О., Когут І. Сучасні тенденції розвитку спортивного волонтерства. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2022. №3. С. 102-107.
4. Antonelli V., Bellioni A., Carbone A. Sport facilities managment. Roma. 1983;(2), 200 p.
5. Boiko I., Radchenko L. Volunteerism in the Olympic sport. Science in Olympic Sports. 2018. №4. pp. 32-38. DOI:10.32652/olympic2018.4_3
6. Detollenaere J., Willems S., Baert S. Volunteering, income and health. PLoS ONE. 2017. №12(3). e0173139. DOI: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0173139>
7. Move It Blog. Take part in the E-volunteering questionnaire. DOI: <http://moveit-org.com/take-part-in-the-e-volunteering-questionnaire/>
8. SCULT Foundation. Офіційний сайт організації. Режим доступу: <https://www.scult.com/world/events>

Панченко Андрій

ФІЗІОЛОГІЧНІ ТА БІОМЕХАНІЧНІ МЕХАНІЗМИ КООРДИНАЦІЇ УДАРНИХ ДІЙ У СПОРТСМЕНІВ-ЄДИНОБОРЦІВ

*Сумський державний педагогічний університет імені А.С. Макаренка
Навчально-науковий інститут фізичної культури*

Анотація. *Основою для досягнення високих результатів у спортивному карате є точність та швидкість реалізації рухів в умовах постійно мінливої ситуації. Якщо врахувати, що не малою особливістю цього виду спорту є сила ударних дій, то саме ефективність і раціональність управління точністю ударних рухів і є фізіологічною основою вдосконалення майстерності для цього виду спорту. В основі складно-координаційної діяльності лежить найскладніша взаємодія вестибулярного аналізатора, системи пропріоцепторів (динамічний аналізатор), органів зору та нервової системи. Основою координації рухів є тимчасова та просторова організація процесів збудження та гальмування у м'язовому апараті, яка забезпечує виконання рухового завдання. Досліджуючи дані механізми, ми можемо зробити висновок, що більшість дослідників теми дуже тісно пов'язують удосконалення спортивної техніки та розробку нових підходів до тренувального процесу.*

Ключові слова: *карате; удар; аналізатор; регуляція; руховий стереотип.*