• навчання відбувається в умовах, максимально наближених до реальної практичної діяльності студентів;

• методи активного навчання засновані на колективному ухваленні рішень;

• ігрова діяльність у процесі використання цих методів будується на моделях реальних систем;

• гра забезпечує досить оптимальний режим для занять;

• методи активного навчання дають змогу спеціальними засобами створити так звану керовану емоційну напругу студентів, іншими словами, ігри відбуваються в атмосфері емоційного підйому.

Розглядаючи ігри в системі педагогічних засобів, зауважимо, що для ігрової діяльності характерне повільне згасання мотивації студентів і регулярна зміна ситуації, що підтримують домінанту орієнтовного рефлексу. При цьому стабільно виявляється активізація функції ретикулярної формації стовбура мозку, що відсуває момент розвитку гальмування й забезпечує високий тонус ЦНС і високу працездатність студентів на заняттях [1, с. 24].

Застосування інноваційних засобів фізичної культури в підготовчій частині заняття будь-якої спрямованості насамперед повинно відображати специфіку цього виду вправ і сприяти розвитку певних рухових здібностей студентів. У підготовчу частину занять легкоатлетичної спрямованості можуть уводитись вправи з аеробіки, наближені до техніки бігу, стрибків, метань. Для розвитку рухливості суглобів можна використовувати вправи джаз-, фанк-аеробіки тощо. На заняттях з гімнастики застосовуються степ-аеробіка, вправи на гімнастичних м'ячах, скіп-аеробіка, шейпінг. На заняттях з ігровою спрямованістю в підготовчій частині, залежно від поставлених завдань, використовується класична аеробіка з різними переміщеннями приставними, перехресними кроками, з раптовими зупинками, стрибками, вправи зі степ-аеробіки на гімнастичній лаві. Коли погодні умови не дають змогу виходити на вулицю, то в залі проводяться вправи з силової аеробіки з гумовими бинтами під музику, терра-аеробіки з набивними м'ячами, вправи зі степ-аеробіки на лавах, скіп-аеробіки, класичної аеробіки, фолк-аеробіки.

Для виконання завдань основної частини заняття застосовують спеціально розроблені комплекси вправ з різних напрямів фітнесу (силові, танцювальні види аеробіки високої інтенсивності, стретчинг, класична аеробіка, степ-аеробіка та ні.), спрямовані на розвиток витривалості, стрибучості, сили, гнучкості та інших рухових здібностей. Наприкінці заняття для зняття напруженості, підвищення емоційного стану застосовуються фітнес-технології: стретчинг, йога-аеробіка, дитячі ритмічні танці для емоційної розрядки студентів і позитивних вражень від заняття фізкультурою [5, с. 53].

Література:

1. Гружевский В. А. Целесообразность использования инновационных технологий в формировании личностно-ориентированной мотивации студентов к физическому воспитанию. Педагогика, психология и медико-биологические проблемы физического воспитания и спорта. Харьков: Харьковское областное отделение НОК Украины, 2014. С. 19–24.
2. Лясота Т. І., Левицька О. М. Інноваційні технології в системі фізичного виховання студентів. Молодий вчений. 2017. № 3. 1. С. 202–205.
3. Наскалов В. М., Жернакова Н. И. Инновационные технологии в физическом воспитании студентов вузов как путь к здоровьесбережению. Научные ведомости. Белгород: НИУ «БелГУ», 2010. (Медицина. Фармация; 22). С. 36–45.
4. Остапчук О. Інноваційні процеси в освіті: пошук істини триває. Підручник для директора. 2003. № 4. С. 3–8.
5. Погадаев М. Е., Амирова Л. Ф., Ситников О. А. Нетрадиционные средства физической культуры в системе общего образования: методическое пособие. Уфа: ИРО РБ, 2014. 63 с.

Науковий керівник:
кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент Поліщук Віталій Валентинович.

Людмила Прокопова (Суми, Україна),
Роман Дульський (Охтирка, Україна)

ФОРМУВАННЯ МОТИВАЦІЇ У ПІДЛІТКІВ ДО ЗАНЯТЬ ЛЕГКОЮ АТЛЕТИКОЮ В ШКІЛЬНІЙ СПОРТИВНІЙ СЕКЦІЇ

На сучасному етапі легка атлетика є не лише інструментом покращення здоров'я та підвищення рівня фізичної підготовленості дітей шкільного віку, а й засобом їх підготовки до реалій життя. Легка атлетика поєднує різновиди бігових вправ, стрибкових, метання, які сприяють розвитку всієї м'язової системи, органів дихання і кровообігу, підсилюють обмін речовин в організмі. Заняття легкою атлетикою розвивають силу, витривалість, швидкість, спритність, сприяють вихованню сміливості, рішучості, кмітливості й уміння орієнтуватися на місцевості. Зважаючи на значний вплив легкої атлетики на організм дитини важливою стає константа мотивації, як заохочувального елемента.

Проблему мотивації дітей до занять фізичними вправами вивчає багато науковців. Так Іваній І. В., Сергієнко В. М. [3, с. 63] стверджують, що мотиваційна діяльність школяра є основним компонентом у

процесі організації навчальної діяльності. Така діяльність відображає інтерес учнів до занять, їх активне й усвідомлене відношення до навчання. Вчені (С. Моісеєв, 2009; Н. Козловська, 2010; В. Сластенін, 2012, С. Самоненко, 2012; О. Фролова, 2019)доводять, що саме тому так важливо формувати в учня мотиви, які необхідні для раціоналізації його навчальної діяльності, і підвищення ефективності педагогічних дій, які відрізняються високим ступенем інтересу до занять фізичною культурою і спортом та переконанням у доцільності цих занять.

Пріоритетність мотивів спортивної діяльності дітей шкільного віку розглядалась багатьма відомими психологами і педагогами (Пуні А. Ц., 1959; Леонтьєв А. Н., 1975; Ільїн Є. П., 2000; Лисак І. М., 2005; Саїнчук М. М., 2012.Антонець В., 2016; Пруднікова М., 2019 тощо). Слід зазначити, що автори намагалися впорядкувати різноманітні мотиви занять спортом, класифікувати їх на основі різних критеріїв.

Так, Пуні А.Ц. [6] вказував, що у фізкультурній діяльності проявляється єдність біологічної, соціальної і культурної істоти. Він розглядав психологічні аспекти підготовки спортсменів, їх мотиви до занять різними видами спорту, спілкування з людьми.

Ільїн Є.П. відзначав, що на початковому етапі занять спортом мотивами можуть бути:прагнення до самовдосконалення, прагнення до самовираження і самоствердження, соціальні установки, задоволення духовних і матеріальних потреб [4, с. 67].

Американський психолог Б.Дж. Кретті серед мотивів, що спонукають займатися спортом, виділяв прагнення до стресу і його подолання. Це один із найсильніших мотивів спортивної діяльності, який переконує, що треба боротися, щоб подолати перешкоди, піддавати себе впливу стресу, змінювати обставини і домагатися успіху. Прагнення до досконалості; підвищення соціального статусу; потреба бути членом спортивної команди, групи, частиною колективу; отримання матеріальних заохочень – це мотиви, які спонукають людину працювати над собою, досягати успіху [5, с. 103].

Різна ієрархія мотивів, різні часи і умови, але вчені однаково вказують, що мотиви – це потужні регулятори, які підтримують і стимулюють інтелектуальні, моральні, вольові і фізичні зусилля людини, пов'язані з досягненням мети. Однак, не зважаючи на велику кількість публікацій, ми дійшли висновку, що вивченню мотивації підлітків до занять легкоатлетичними видами спорту в шкільній секції уваги приділяється недостатньо.

Метою нашої статті є вивчити мотиви підлітків до занять легкою атлетикою в умовах секційних занять школи.

У дослідженні взяли участь підлітки 11-12 років (24 дівчини та 25 хлопців) міста Охтирка Сумської області.

В ході дослідження застосовували методи теоретичного аналізу наукової, методичної, спеціальної літератури, узагальнення практичного досвіду щодо зазначеної проблеми.

Для виявлення основних мотивів, які спонукають підлітків до занять легкою атлетикою, проведено анкетування (за Івоніною Г. Ф.) [9]. Анкета була адаптована до нашого дослідження і включала 30 тверджень, які характеризували ставлення підлітків до занять з легкої атлетики. Індивідуальна оцінка кожного твердження визначалась за 5-бальною шкалою, найбільший бал відповідав позитивному відношенню.

Аналізуючи результати анкетування, слід відмітити неоднорідність відповідей на окремі характеристики відношення учнів до занять з легкої атлетики. Так, у твердженні «я приймаю участь у змаганнях лише тоді, коли змагаються мої друзі і знайомі» у хлопців спостерігається поступове зниження у той час, як у дівчат навпаки збільшення в 11 і 12 років. Середньостатистичне значення оцінки цього мотиву складає 1.1 бали. Такий же бал (найнижчий) було виставлено за твердження «під час канікул, щоб постійно рухатися, мене повинен хтось контролювати».

При визначенні твердження «мені подобаються фізкультурно-спортивні свята і змагання, які пов`язані з боротьбою і суперництвом» у хлопців спостерігається середньостатистичне зниження оцінки від 5,0 до 4,8 бали (11-12 років).У дівчат цей показник, навпаки підвищується з 4,6 до 4,8 бали.

В результаті аналізу задоволення від занять легкою атлетикою слід відмітити, що у хлопців і дівчат спостерігається незначне збільшення з 4,9 до 5,0 балів і з 4,8 до 5,0 балів відповідно.

Відносно необхідності займатися легкою атлетикою заради досягнення високих спортивних результатів у хлопців показники були вищими і змінювалися суттєвіше ніж у дівчат – з 4,2 до 4,7 бали.

Надаючи характеристику твердженню «я завжди з нетерпінням чекаю на заняття з легкої атлетики тому, що вони зміцнюють моє здоров`я» слід зазначити, що у дівчат спостерігається збільшення від 11до 12 років з 3,0 до 3,7 бали, тоді як у хлопців зниження – з 3,6 до 3,1. Таке твердження, з одного боку відображає інтерес підлітків до занять легкою атлетикою, їх активне і свідоме ставлення до здійснюваної діяльності, а з іншого, усереднена оцінка вказує на необхідність підвищення ефективності педагогічного впливу та збільшення теоретичних знань про вплив легкоатлетичних вправ на організм, на зміцнення здоров'я. Крім того, мотиви відвідування занять з легкої атлетики можуть мати різну причинну обумовленість. По-перше, це мотиви, які пов'язані з процесом діяльності (задоволення потреби у руховій активності та задоволення від гострих вражень через суперництво); мотиви, пов'язані з результатом діяльності (задоволенням у самовдосконаленні, самовираженні, самоствердженні). По-друге, це мотиви, які пов'язані з дією певних зовнішніх (ситуації) і внутрішніх (інтереси) факторів. По-третє, особливу роль відіграють переконання, оскільки вони характеризують світогляд підлітка, надають його вчинкам значущості і спрямованості.

Підтвердженням цього є оцінка за твердження «заняття з легкої атлетики мені необхідні, щоб надалі використати їх знання, умінні і навички». Негативну оцінку виставили, як хлопці так і дівчата, її середньостатистичний показник становив 2,1 бали.

Досить позитивно оцінили так само хлопці і дівчата твердження «в спортивній секції є всі умови для спілкування з цікавими людьми» – середньостатистична оцінка від 4,5 до 4,8 бали відповідно в 11 і 12 років.

Відносно твердження «я хочу займатися легкою атлетикою тому, що це модно і престижно» оцінки неоднозначні: з одного боку дівчата визначають оцінку, як «скоріше так, ніж ні», а з іншого бажають займатися спортом, щоб гарно виглядати та мати красиву статуру. Середньостатистичний бал становить 3,4 бали. У хлопців цей показник дещо нижчий і відповідає шкалі «згоден частково», становить – 3,1 бали.

Необхідно відмітити, що при аналізі твердження щодо самостійних занять, які вже стали звичкою, спостерігається зменшення оцінки у хлопців з 3,6 до 3,2 бали, у дівчат суттєве зменшення – з 3,4 до 2,3 бали.

На основі отриманих даних анкетування було з’ясовано, що в учнів 11-12 років спостерігається неоднорідність у твердженнях щодо ставлення до занять легкою атлетикою у шкільній спортивній секції (табл. 1).

Таблиця 1

Рівень мотивації до занять легкою атлетикою, %

Рівні	11 років		12 років	
	хлопці (n=13)	дівчата (n=12)	хлопці (n=12)	дівчата (n=12)
Зовсім не згоден	1,98	1,01	1,73	0,78
Мені байдуже	11,62	6,24	11,64	9,11
Згоден частково	26,18	20,04	25,78	23,98
Скоріше так, ніж ні	34,26	36,99	32,49	29,99
Згоден повністю	25,96	35,72	28,36	36,14

Так, 1,85 % хлопців і 0,89% дівчат 11-12 років вказали «зовсім не згоден» стосовно ставлення до занять легкою атлетикою, 11,68% хлопців і 7,67% дівчат відповіли «мені байдуже», 25,98% хлопців і 22,01% дівчат – «згоден частково», 33,37% хлопців і 33,49% дівчат – «скоріше так, ніж ні», 27,16% хлопців і 35,93% дівчат – «згоден повністю». Таким чином, за загальною вибіркою досліджуваних, без урахування статі та їх вікової характеристики, було визначено, що 35,03% мають негативні показники на твердження щодо ставлення до занять з легкої атлетики і 64,97% – мають позитивні показники. Отже, можна зазначити, що підлітки 11-12 років у своїй більшості позитивно ставляться до занять легкою атлетикою.

У ході дослідження індивідуальні твердження за критерієм походження були розподілені на групи мотивів, для зручності викладення матеріалу їм присвоєно номерні знаки: самозбереження здоров’я (М1), самовдосконалення (М2), рухова активність (М3), повинність (внутрішній мотив боргу) (М4), оцінка оточуючих (зовнішня стимуляція) (М5), набуття практичних навичок (М6), спілкування (М7), домінування (М8), фізкультурно-спортивні інтереси (М9), суперництво (М10), задоволення від рухів (М11), ігри і розваги (М12), наслідування (М13), звичка (М14), позитивні емоції (М15).Такий розподіл дав можливість визначити значущі і другорядні мотиви. Результати анкетування представлені на рис. 1.

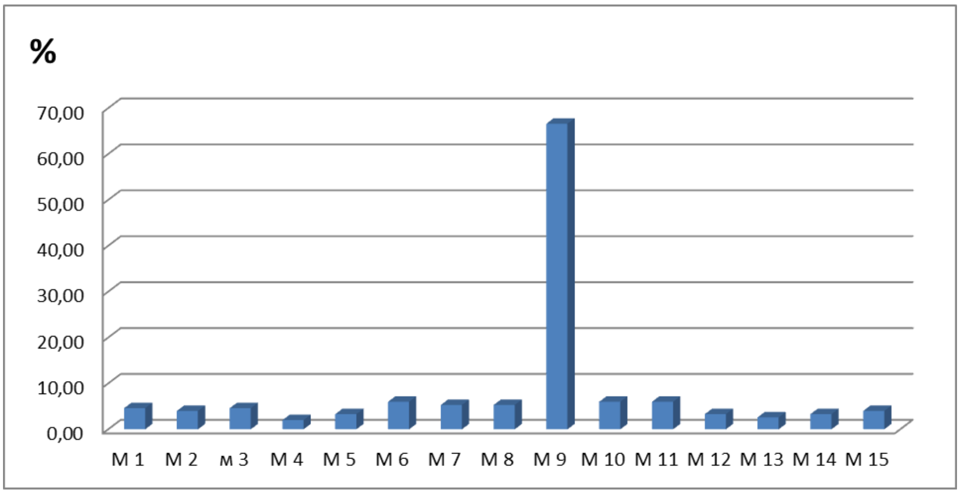

Рис. 1. Ієрархія мотивів підлітків 11-12 років щодо ставлення до занять легкою атлетикою

Констатуючи отримані дані було визначено, що мотив фізкультурно-спортивних інтересів в ієрархії мотивів має найвищі показники і становить 66,6%. Отже, слід зазначити, що потреби, мотиви та інтереси у сфері фізичної культури і спорту мають свої вікові особливості і пов’язані з психологічним розвитком, соціальним формуванням підлітків, соціальними умовами життя.

Мотиви набуття практичних навичок, суперництво, задоволення від рухів займають другу позицію і становлять 6% кожен. Мотиви спілкування та домінування – 5,3%, самозбереження здоров'я, рухової активності – 4,6%, самовдосконалення, позитивні емоції – 4,0%, ігри і розваги, звичка, оцінка оточуючих (зовнішня стимуляція) – 3,3%, наслідування – 2,6%. Найнижчий рівень в ієрархії посідає мотив «повинність» (внутрішній мотив боргу) –2%.

Висновки. Отже, отримані дані анкетування дали нам можливість структурувати мотиви на основні (М6, М7, М8, М9, М10, М11) – якщо сума балів була більше 8, середньо виражені (М1, М2, М 3, М5, М12, М14, М15) – при сумі балів від 5 до 7 та малозначні (М4, М13) – із сумою балів менше 5, а також визначити чинники, які впливають на залучення підлітків до занять легкою атлетикою. Ці мотиви варто брати до уваги при розробці методики підвищення рівня фізичної підготовленості та покращенні здоров'я. Саме це положення стане перспективою ваших подальших досліджень.

Література:

1. Іваній І. В. Психологія фізичного виховання та спорту: навчально-методичний посібник / І. В. Іваній, В. М. Сергієнко. – Суми: ФОП Цьома С.П., 2016. – 204 с.
2. Ильин Е.П. Психофизиология физического воспитания / Е. П. Ильин. – М.: Физкультура и спорт, 1980. – 199 с.
3. Кретти Б. Дж. Психология в современном спорте / Б. Дж. Кретти. – М.: Физкультура и спорт, 1978. – 224 с.
4. Пуни А.Ц. О некоторых фундаментальных проблемах перспективного плана научно исследовательской работы в области физического воспитания и спорта / А. Ц. Пуни // Теория и практика физической культуры. – 1985. – № 6. – С.10-13.
5. https://xn--j1ahfl.xn--p1ai/library/anketa_motivatciya_uchashihsya_k_zanyatiyam_fizicheskoj_ku_150538.html

Світлана Рєпіна
(Дніпро, Україна)

СУЧАСНІ ПРОБЛЕМИ ПРОФЕСІЙНОГО СПОРТУ

Постановка проблеми: Розвиток сфери професійного спорту залежить від багатьох факторів, і вплив деяких з них, які на перший погляд повинні були стимулювати спортсменів, на даний час - є негативним. Прикладом цього може слугувати фінансування - через недостатній обсяг фінансової підтримки або нераціональне використання наявних коштів даний фактор може негативно впливати на остаточні результати професійних спортсменів. Також негативно впливає недосконала законодавча база у сфері професійного спорту, недостатній медичний контроль тощо. Саме цей негативний вплив і формує основні проблеми у професійному спорті, вирішенням яких міжнародні служби займаються вже досить довгий час.

Формулювання цілей статті. Основними завданнями даної роботи є дослідження впливу негативних зовнішніх факторів на сферу професійного спорту, виявлення її основних проблем та шляхів їх часткового або повного вирішення.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Основою для дослідження стали статистичні дані інформаційних агентств «Reuters», «Dow Jones Telerate» та «Bloomberg» та інформація з офіційних сайтів міжнародних організацій, що займаються питаннями аудиту в досліджуваних країнах, а також наукові статті експертів в області професійного спорту та економіки.

Сфера професійного спорту, в сучасному світі, здебільшого представлена як підприємницька діяльність, яка за рахунок високої видовищності та популярності змагань надає можливість отримувати комерційну вигоду спортивним організаціям, часним підприємцям, державним службам та самим спортсменам [4, с. 845]. Це дозволяє спортсменам займатися лише спортивною діяльністю, удосконалюючи свої навички і отримуючи грошову підтримку, а інвесторам, що фінансово підтримують їх – дивіденди від вкладених коштів. Проте, якою би злагодженою не було би система, у ній все-одно виникають проблеми, що вимагають пошуку рішень.

Однією з найголовніших проблем сучасного професійного спорту згідно інформації представників Міжнародного олімпійського комітету вважається допінг – введення речовин, які тимчасово підсилюють фізичну або психологічну діяльність організму [6]. Для боротьби з ним, ще у 2003 році, на Всесвітній конференції по боротьбі з допінгом у спорті був пройнятий антидопінговий кодекс WADA (World Anti-Doping Agency), який почав функціонувати в 2004 році та став основою для подальшої боротьби з цією проблемою. Пізніше, в листопаді 2007 році була прийнята нова редакція кодексу, яка вступила в силу з 1 січня 2009 року, та діє і зараз [1]. Він включає в себе п'ять міжнародних стандартів: щодо захисту приватної інформації, тестування, по терапевтичному використанню, лабораторний стандарт та загальноприйнятий список заборонених речовин, який постійно оновлюється відповідно до розвитку хімічної та фармацевтичної сфери. Проте, як свідчить статистика, даних обмежень недостатньо для повного вирішення даної проблеми: за даними Світового антидопінгового агентства, щорічно реєструється близько двох тисяч випадків порушення установлених обмежень, щодо вживання стимулюючих речовин,