

СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ №3 (17)

ISSN (Ukrainian ed. Online) 2523-4161

SPORTIVNYE IGRY №3 (17)

СПОРТИВНІ ІГРИ №3 (17)



Науковий журнал

Харків – 2020

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ХАРКІВСЬКА ДЕРЖАВНА АКАДЕМІЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ**

**СПОРТИВНІ ІГРИ
SPORTYVNI IHRY
СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ
ЕЛЕКТРОННИЙ НАУКОВИЙ ЖУРНАЛ**

Виходить 4 рази на рік
Видається з 2016 року

№3 (17)

Харків
Харківська державна академія фізичної культури
2020

2020. Спортивні ігри, № 3 (17), 125.

Видання Харківської державної академії фізичної культури; кафедри спортивних та рухливих ігор. Включено до Переліку електронних наукових фахових видань України категорії «Б», в яких можуть публікуватися результати дисертаційних робіт на здобуття наукових ступенів доктора і кандидата наук (Наказ МОН України №975 від 11.07.2019)

Видається за постановою Вченої ради ХДАФК від 25.05.2020 р. протокол №5

Головний редактор:

Помещикова І. П., кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент (Україна, Харків, Харківська державна академія фізичної культури)

Члени редакційної колегії:

Ашанін В. С. кандидат фіз.-мат. наук, доцент, (Україна, Харків, Харківська державна академія фізичної культури)

Врублевський Є. П., доктор педагогічних наук, професор (Білорусь, Гомель, Гомельський державний університет ім. Ф. Скорини)

Лебедєв С. І., кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент (Україна, Харків, Харківська державна академія фізичної культури)

Мішин М. В., кандидат наук з фізичного виховання і спорту, (Україна, Харків, Харківська державна академія фізичної культури)

Несен О. О., кандидат наук з фізичного виховання і спорту, (Україна, Харків, Харківський педагогічний університет ім. С. Г. Сковороди)

Пасько В. В., кандидат наук з фізичного виховання і спорту, (Україна, Харків, Харківська державна академія фізичної культури)

Перевозник В. І. кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент (Україна, Харків, Харківська державна академія фізичної культури)

Перцухов А. А. кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент (Україна, Харків, Харківська державна академія фізичної культури)

Ровний А. С. доктор наук з фізичного виховання та спорту; професор (Україна, Харків, Харківська державна академія фізичної культури)

Філенко Л. В. кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент (Україна, Харків, Харківська державна академія фізичної культури)

Шевченко О. О. кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент (Україна, Харків, Харківська державна академія фізичної культури)

Спеціалізоване видання з проблем спортивних та рухливих ігор

Рік заснування: 2016 (з 2004 видавався як матеріали науково-практичної конференції «Актуальні проблеми спортивних ігор і єдиноборств у вищих навчальних закладах»)

Область і проблематика: У збірнику представлені статті з проблем організації навчально-тренувального процесу із використанням спортивних ігор в закладах освіти, ДЮСШ; вдосконалення підготовки спортсменів у спортивних іграх в сучасних умовах; стану фізичної, техніко-тактичної та психологічної підготовленості спортсменів у спортивних іграх; ефективності змагальних показників; організації патріотичного виховання молоді України в процесі занять спортивними іграми; вдосконалення процесу фізичного виховання з використанням спортивних і рухливих ігор.

Для аспірантів, докторантів, магістрів, тренерів, спортсменів, викладачів навчальних закладів, вчителів середніх шкіл.

Журнал включено до бази даних: **ROAD** (Directory of Open Access scholarly Resources); **PBN** (Polish Scholarly Bibliography); **Google Scholar**, **NBUV** (Національна бібліотека імені В. І. Вернадського, електронний фонд), **Index Copernicus**, **OUCI** (Open Ukrainian Citation Index).

Адреса редакції: вул. Клочківська, 99, каб. 204, 61168, г. Харків, Україна.

Телефон: +380679710657 **E-mail:** pomeshikovaip@ukr.net; i.pomeshikova@khdafk.com

Електронна версія журналу розміщена на сайті:

<http://www.sportsscience.org/index.php/game/index>

ЗМІСТ

Гант О. Є., Чжоу М. Діагностика когнітивних функцій баскетболістів 12-14 років для індивідуалізації психологічної підготовки	4-13
Грубар І. Я., Грабик Н. М. Морфологічні показники футболістів різного амплуа	14-24
Кравченко І. М., Гладов В. В., Прокопова Л. І. Методика підвищення рівня загальної фізичної підготовленості студентів-футболістів, які займаються в групах Підвищення спортивної майстерності	25-32
Остапенко Ю. О., Остапенко В. В. Спортивні ігри у професійному становленні студентів економічного профілю	33-42
Пасічник В. М. Сутність ігрової діяльності у формуванні особистості дітей дошкільного віку	43-57
Піддубний О. Г., Палевич С. В., Цимбалюк Ж. О., Мусієнко А. В. Історичні аспекти використання спортивних та рухливих ігор у фізичній підготовці військовослужбовців Збройних Сил України	58-68
Помещикова І. П., Чуча Н. І., Ляхова Т. П., Телешик Н. С. Розвиток руху ветеранів баскетболу	69-81
Радченко О. В., Дмитрук В. С., Ковальчук В. Я. Актуальні проблеми студентського волейболу в Україні	82-90
Стрикаленко Є. А., Шалар О. Г., Гузар В. М., Бойченко А. В. Ефективність експериментальної програми швидкісно-силової підготовки футболістів 13-14 років із використанням блоків спеціально підібраних вправ	91-102
Тарасевич О. Особливості гендерних схожостей і відмінностей у спортсменів, що спеціалізуються в спортивних іграх	103-114
Шевченко О. О., Мерзлікін М. В., Чуча Н. І. Порівняльний аналіз показників моторної функціональної асиметрії у студентів спортивної спеціалізації бадмінтон, теніс	115-124
Вимоги до статей	125

Діагностика когнітивних функцій баскетболістів 12-14 років для індивідуалізації психологічної підготовки

Гант О. Є., Чжоу М.

Харківська державна академія фізичної культури

Анотація. **Мета дослідження** - вивчення індивідуальних особливостей продуктивності когнітивних функцій баскетболістів 12-14 років, для подальшої розробки програми індивідуальної психологічної підготовки спортсменів. **Матеріал та методи дослідження:** аналіз науково-методичної літератури, психодіагностичний метод (методика «Таблиці Шульте», проба «Запам'ятовування 10 слів»). Було проведено психодіагностичне обстеження баскетболістів 12-14 років дитячої команди громадської організації «Спортивне товариство «Юніор». Дослідження проводилося в два етапи, в період змагань, та після змагань. Визначено особливості мнестичних функцій та функцій уваги у юних спортсменів на різних етапах змагально-тренувальної діяльності. Було встановлено, що у баскетболістів 12-14 років змагальна діяльність, характеризується функціональним зниженням продуктивності когнітивних функцій і психічної працездатності. Показано, що всі психічні дисфункції, які мали місце у юних спортсменів в період змагань, поверталися до меж вікової норми, після проведення змагань. Структуру когнітивних дисфункцій в період змагань у баскетболістів 12-14 років визначають звуження обсягів безпосередньої і довготривалої пам'яті, зниження продуктивності процесу запам'ятовування, дефекти селективності, звуження обсягів довільної уваги, порушення процесів концентрації, розподілу і переключення. Також показано, що психічна працездатність, у баскетболістів 12-14 років, в умовах змагальної діяльності характеризується процесами гальмування. Після змагань, у баскетболістів 12-14 років має місце гиперстенічний варіант астенії, настрої та стан юних спортсменів змінюється в межах доби, з переважанням процесів збудження, подразливості, надмірної чутливості.

Ключові слова: баскетбол; когнітивні функції; увага; пам'ять; психологічна підготовка

Вступ. В дитячо-юнацькому баскетболі відбувається як формування фундаменту загальної та спеціальної фізичної підготовки, так і становлення особистості баскетболістів, які в подальшому будуть забезпечувати досягнення ними високих спортивних результатів. Звідси – гостра необхідність в реалізації психологічної підготовки юних спортсменів. Важливим напрямом в сучасній психологічній спортивній науці, є вивчення як соціально-психологічних чинників успішності психологічного супроводу юних спортсменів, зокрема ігроків спортивних команд, так і діагностика продуктивності когнітивних функцій кожного гравця в команді та визначення індивідуальної траєкторії психологічної підготовки.

Баскетбол має ряд найцікавіших особливостей, що роблять цю гру по-своєму своєрідною і привабливою. По-перше, тут кожний гравець часто володіє м'ячем, бере участь у загальних ігрових діях. По-друге, кожний баскетболіст повинен діяти з повною віддачею сил, встигаючи оборонятися і атакувати. Крім того, під час гри у баскетбол м'яч практично весь час знаходиться в грі, яка проходить без вимушених зупинок. Особливо важливо, що великий об'єм рухів у баскетболі обумовлений високою психічною активністю, яка є важливим фактором, що детермінує високу результативність в тренувальній та змагальній діяльності.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. В сучасному світі, ми маємо змогу спостерігати масове залучення дітей різних вікових груп до спортивної та фізкультурно-оздоровчої діяльності

(Ажиппо, 2016). Вивчення продуктивності когнітивних функцій, як складової, індивідуальної траєкторії психологічної підготовки юних спортсменів, набуває сьогодні все більшу актуальність у зв'язку з підвищенням вимог до ефективної результативної діяльності в усіх періодах річного макроциклу (Ажиппо, 2016; Ляшенко, Кожанова, & Корж, 2020). Під когнітивними функціями розуміють найбільш складні функції головного мозку, тобто, вони є необхідною складовою повноцінної діяльності людини, і взагалі юного спортсмену, а їх продуктивність, з одного боку, забезпечує високу результативність в спортивній діяльності, з другого, виступає показником психічної працездатності спортсменів (Ажиппо, 2016).

Багато авторів підтверджують факт, що спортивна діяльність, особливо під час змагань, проходить в екстремальних умовах, що вимагає від юних спортсменів надмірних фізичних і психоемоційних зусиль (Ажиппо, 2016; Бадтиева, Павлов, Шарькин, Хохлова, Пачина, & Выборнов, 2018; Ляшенко, Кожанова, & Корж, 2020; Помещикова, Коваль, & Кадигроб, 2016). Оскільки діяльність нервової та ендокринної систем невіддільна один від іншої, стрес безпосередньо впливає на діяльність головного мозку, в тому числі і на продуктивність когнітивних функцій (Бадтиева, Павлов, Шарькин, Хохлова, Пачина, & Выборнов, 2018). Безліч відповідальних питань щодо охорони нервово-психічного здоров'я спортсменів виникає тоді, коли мова йде про юних спортсменів, адже програма їх підготовки вимагає постійної мобілізації ресурсів зростаючого організму (Бадтиева, Павлов, Шарькин, Хохлова, Пачина, & Выборнов, 2018; Sevost'yanova, & Loginova, 2018; Petruhnov, Ruban, Okun, Honcharov, Lytovchenko, Ananchenko, Khatsayuk, Turchunov, & Garkavy, 2019). Успішність виступу спортсменів у сучасних умовах вимагає не тільки високого рівня фізичної й техніко-тактичної підготовки, але й максимальної напруги психічних функцій. У цьому зв'язку, одне з головних місць у системі підготовки спортсменів займає

мотивація на досягнення високого результату. Також слід вказати, що високий рівень мотивації, який детермінує максимальну віддачу на тренуваннях та змаганнях, має місце лише при повному психологічному здоров'ї та максимальній працездатності психічних функцій (Ляшенко, Кожанова, Корж, 2020; Tukayev, Dolgova, Ruzhenkova, Lysenko, Fedorchuk, Gavrilets, Rizun, & Shinkaruk, 2017; Pogodina, & Aleksanyants, 2015). Незважаючи на велику значимість індивідуалізації психологічної підготовки спортсменів, зараз в спортивній психологічній науці практично невивченим залишається питання про характер динаміки продуктивності когнітивних функцій при визначенні індивідуальної траєкторії психологічної підготовки юних спортсменів. Все це і зумовило актуальність нашого дослідження.

Зв'язок дослідження з науковими програмами, планами, темами. Дослідження проводилося за темою дисертаційного дослідження «Індивідуалізація психологічної підготовки баскетболістів 12-14 років протягом річного макроциклу» на здобуття наукового ступеня доктора філософії.

Мета дослідження – вивчення індивідуальних особливостей продуктивності когнітивних функцій баскетболістів 12-14 років, для подальшої розробки програми індивідуальної психологічної підготовки спортсменів.

Відповідно до поставленої мети вирішуються такі завдання:

- дослідити стан продуктивності мнестичних функцій та уваги у баскетболістів 12-14 років;
- простежити динаміку продуктивності мнестичних функцій і уваги у баскетболістів 12-14 років в змагальному і після змагальному періодах.

Матеріал та методи дослідження. Було досліджено спортсменів віком 12-14 років, у кількості 29 осіб, які займаються баскетболом. Для обґрунтування актуальності теми проводили теоретико-методологічний аналіз проблеми. Для вивчення показників продуктивності

когнітивних функцій використовували методику «Таблиці Шульте», пробу «Запам'ятовування 10 слів» (Райгородский, 2012).

За допомогою результатів методики «Таблиці Шульте» оцінювалися такі показники: ступінь впрацьованості і психічна стійкість (за методом А.Ю. Козиревої).

Ступінь впрацьованості (ВР) обчислювалася за формулою:

$$ВР = T_1 / EP,$$

де T_1 - час роботи з 1-шою таблицею.

Психічна стійкість (ПУ) обчислювалася за формулою:

$$ПС = T_4 / EP, \text{ де } T_4 - \text{ час роботи з 4-тій таблицею.}$$

Дослідження проводилося в два етапи: в умовах змагальної діяльності та безпосередньо після завершення змагань. Другий етап дослідження проходив після

змагань, на базі дитячої команди громадської організації «Спортивне товариство «Юніор».

Результати дослідження та їх обговорення. Першим етапом нашого дослідження стало вивчення рівня продуктивності мнестичних функцій у баскетболістів 12-14 років.

Результати, отримані за допомогою проби «Запам'ятовування 10 слів», дозволили оцінити обсяг безпосередньої пам'яті, обсяг відстроченої (довготривалої) пам'яті, особливості процесу запам'ятовування, наявність вербальних контамінацій і повторень. Середні значення показників вербального запам'ятовування, у різні періоди тренувально-змагальної діяльності, отримані в результаті обстеження, представлені в табл. 1

Таблиця 1

Показники вербальної пам'яті баскетболістів 12-14 років, за результатами проби «Запам'ятовування 10 слів»

Параметри для оцінювання	Показники (кількість відтворених слів)		Критерії ймовірності відхилень	
	Період змагань	Після змагань	t	p
	$\bar{X} \pm m$			
Обсяг безпосередньої пам'яті	5,78 ± 0,21	7,51 ± 0,16	6,22	<0,001
Обсяг 2-го відтворення	7,06 ± 0,23	8,51 ± 0,14	5,12	<0,001
Обсяг 3-го відтворення	8,13 ± 0,28	9,30 ± 0,13	3,63	<0,001
Обсяг 4-го відтворення	8,85 ± 0,28	9,96 ± 0,02	3,81	<0,001
Обсяг 5-го відтворення	9,16 ± 0,20	9,96 ± 0,02	3,77	<0,001
Обсяг відстроченої (довготривалої) пам'яті	7,82 ± 0,33	9,30 ± 0,11	4,10	<0,001

Примітка: Достовірність відмінностей за критерієм Стьюдента, $p < 0,001$

(\bar{X} - середнє арифметичне, m - середнє статистичне відхилення)

Як показано в табл. 1, в період змагань, у баскетболістів 12-14 років, обсяг безпосереднього запам'ятовування склав $5,78 \pm 0,21$ слова, що відповідає показникам нижньої межі вікової норми (7 ± 2 слова з 10); проте дані показники достовірно нижче, ніж в період після змагань, коли обсяг першого відтворення склав $7,51 \pm 0,16$ слова ($t=6,22$; $p<0,001$). Обсяг вербального запам'ятовування після п'ятого пред'явлення, в умовах змагальної діяльності, склав $9,16 \pm 0,20$ слова, в період після змагань – $9,96 \pm 0,02$ слова

(відмінності достовірно значимі ($t=3,77$; $p<0,001$)). Відстрочене відтворення слів, у баскетболістів на етапі 12-14 років, в період змагань склало $7,81 \pm 0,33$ слова, що достовірно нижче ($t=4,10$; $p<0,001$), ніж після змагання, коли обсяг тривалої вербальної пам'яті склав $9,30 \pm 0,11$ слів з 10.

Отже, у баскетболістів 12-14 років, обсяги вербальної короткочасної і довготривалої пам'яті, в період змагальної діяльності були достовірно нижче

($t = 3,77$; $p < 0,001$), ніж після проведення змагань.

На підставі результатів, отриманих за допомогою проби «Запам'ятовування 10 слів», нами були смодульовані «криві запам'ятовування», що відображають динаміку процесу вербального заучування, у баскетболістів 12-14 років, в змагальний період і в період після змагань. «Крива запам'ятовування», в період змагань у баскетболістів 12-14 років, в цілому має такий вигляд 5,78; 7,06; 8,13; 8,85; 9,16. У період після змагань, «крива запам'ятовування» наступна: 7,51; 8,51; 9,30; 9,96; 9,96. І в змагальний період і після змагань «криві запам'ятовування», у обстежуваних юних спортсменів, мають характер поступово висхідних ліній. З кожним наступним відтворенням кількість правильно названих слів, баскетболістами 12-14 років, збільшується. Аналіз «кривих запам'ятовування», які відображають рівень психічної працездатності у баскетболістів 12-14 років, показав, що у обстежених юних спортсменів в період змагань в цілому збережена довільна регуляція діяльності, проте продуктивність довільного запам'ятовування вербального матеріалу, в умовах змагань, була достовірно нижче, ніж в період після змагань ($p < 0,001$).

Аналізуючи результати проби на запам'ятовування слів, в умовах змагальної діяльності 11 (37,93%) обстежених баскетболістів 12-14 років не повторили 10 слів навіть після 5-ти кратного пред'явлення (в нормі, 10 слів повинно бути відтворено за 3 повтори). Лише 5 (17,24%) юних спортсменів

запам'ятали весь ряд слів після третьої спроби, і 13 (44,83%) баскетболістів 12-14 років – після 4-5 спроб. У період після змагань, 13 (44,83%) обстежених спортсменів відтворили 10 слів після третьої спроби, і 14 (48,28%) спортсменів запам'ятали весь ряд слів до четвертого відтворення.

Таким чином, у 82 % у баскетболістів 12-14 років, в умовах змагальної діяльності, мають місце функціональні дисфункції вербальної пам'яті у вигляді звуження обсягів і зниження міцності запам'ятовування, а також у вигляді зниження продуктивності довільного запам'ятовування вербального матеріалу.

Таку особливість мнестичних функцій юних спортсменів, слід враховувати тренерам дитячих команд, при формуванні інструкцій та підказок команді під час змагань (інструкції повинні бути у вигляді простих речень, без складних оборотів).

При вивченні вербальної пам'яті, у баскетболістів 12-14 років, в умовах змагальної діяльності, у них також були виявлені дефекти селективності мнестичних функцій. При відтворенні ряду слів юні спортсмени повторювали вже названі слова, а також називали «зайві» слова (слова, що не були представлені для запам'ятовування). Дані дефекти селективності спостерігалися як при безпосередньому відтворенні, так і при відстроченому. Кількість «зайвих» слів була в межах від одного до п'яти. Детальніше отримані дані представлені в табл. 2.

Таблиця 2

Частота дефектів селективного запам'ятовування у баскетболістів 12-14 років, в умовах змагальної діяльності, за результатами проби «Запам'ятовування 10 слів»

Види відтворення	Помилки при відтворенні	Баскетболісти 12-14 років n = 29	
		абс. вів.	%
Безпосереднє	контамінації	14	48,27
	повторення слів	18	62,06
Відстрочене	контамінації	8	27,59
	повторення слів	8	27,59

Як показано, в табл. 2, в умовах змагальної діяльності, при безпосередньому відтворенні ряду, 13

(44,83%) обстежених називали «зайві» слова, і 19 (65,16%) баскетболістів 12-14 років повторювали вже названі слова. При

відстроченому відтворенні вербальні контамінації був і відзначений і у 9 (31,03%) спортсменів, повтори названих словах мали місце у 7 (24,14%) обстежених. Отже, дефекти селективності і мнестичних функцій, у вигляді вербальних контамінацій і повторів частіше мали місце при безпосередньому відтворенні.

Таким чином, у баскетболістів 12-14 років, в умовах змагальної діяльності, мають місце функціональні легкі дефекти короткочасної і довготривалої вербальної пам'яті, деяке зниження продуктивності запам'ятовування. Також

відзначаються такі мнестичні порушення, як дефекти селективності і, у вигляді вербальних контамінацій і повторів, які частіше мали місце при безпосередньому відтворенні. Дані мнестичної дисфункції, у баскетболістів 12-14 років, носили функціональний характер і піддавалися редукції після змагань.

Результати, отримані за допомогою методики «Таблиці Шульте», дозволили оцінити обсяги довільного уваги, розподіл і перемикання його функцій, у баскетболістів 12-14 років. Середні значення, отримані в результаті обстеження, представлені в табл. 3

Таблиця 3

Результати дослідження функцій довільної уваги баскетболістів 12-14 років

Параметри для оцінювання (час, витрачений на таблицю)	Показники в секундах		Критерії ймовірності відхилень	
	Змагальний період	Після змагань	t	p
	$\bar{x} \pm m$			
1 таблиця	42,20 ± 2,00	36,26 ± 2,13	2,67	<0,05
2 таблиця	47,36 ± 2,69	40,72 ± 3,12	2,64	<0,05
3 таблиця	49,56 ± 2,76	44,59 ± 3,73	1,71	> 0,05
4 таблиця	49,59 ± 3,87	42,59 ± 5,11	1,53	> 0,05
5 таблиця	50,96 ± 2,70	45,59 ± 3,78	1,77	> 0,05
ефективність роботи	47,93 ± 1,28	43,14 ± 1,11	2,20	<0,01

Примітка: Достовірність відмінностей за критерієм Стьюдента, $p < 0,05$ (\bar{x} – середнє арифметичне, m - середнє статистичне відхилення)

Як показано в табл. 3, в умовах змагальної діяльності, темп виконання завдань за «таблицями Шульте», у обстежених баскетболістів 12-14 років, був нерівномірним. Середній вихідний рівень (42,20±2,00 с – час, виконання завдання за першою таблицею), а далі поступове і неухильне зниження показників, без коливань у бік поліпшення (47,36±2,69 с – час, виконання завдання по 2 таблиці; 49,56±2,76 с – час, виконання завдання по 3 таблиці; 49,59±3,87 с – час, виконання завдання по 4 таблиці; 50,96±2,70 с – час, виконання завдання по 5 таблиці).

Ці результати свідчать про те, що в умовах змагальної діяльності, у обстежених баскетболістів 12-14 років відбувається збільшення в порівнянні з нормативними значеннями часу необхідного на виконання завдання за «таблицями Шульте». (В «нормі» відшукування чисел по кожній з таблиць

складає – 40-45 с. При цьому, пошук чисел повинен йти рівномірно, або має відбуватися прискорення темпу сенсомоторних реакцій при роботі з наступними таблицями). У багатьох випадках збільшення загального часу у баскетболістів 12-14 років обумовлено не тим, що вони повільно шукали числа, а окремими «випадковими» затримками. Тобто, обстежені називали і показували ряд чисел з достатньою швидкістю, а потім раптом ніяк не могли знайти одне яке-небудь число (часто заявляючи, що такого числа в таблиці взагалі немає).

Слід зазначити, що в умовах змагальної діяльності, 25 % обстежених спортсменів, допускали в роботі з таблицями різні помилки: пропускали окремі числа, однозначне число, яке потрібно було знайти, показували в двозначному числі, до складу якого воно входить. Нерівномірний темп виконання

завдання і збільшення кількості помилок, з кожною наступною таблицею, свідчать про прогресуюче послаблення інтенсивності уваги в процесі роботи.

У період після змагань, у обстежених баскетболістів 12-14 років, вихідний рівень виконання завдань по «таблицями Шульте» ($36,26 \pm 2,13$ с) достовірно вище, ніж в умовах змагальної діяльності ($t=2,68$; $p<0,05$). Час, виконання завдання по другій таблиці склав – $40,72 \pm 3,11$ с, що достовірно менше, ніж в умовах змагальної діяльності ($t=2,65$; $p<0,05$). Далі спостерігається деяке зниження темпу сенсомоторних реакцій при роботі з наступними таблицями: $44,59 \pm 3,73$ с – час, виконання завдання по третій таблиці; $42,59 \pm 5,11$ – час, виконання завдання по четвертій таблиці; $45,59 \pm 3,78$ с – час, виконання завдання по п'ятій таблиці. Дані результати знаходяться в межах вікової норми.

Ефективність роботи (середній час виконання завдання за «Таблицями Шульте»), в умовах змагальної діяльності, склала – $47,93 \pm 1,28$ с, що достовірно нижче ($t=2,20$; $p<0,01$), ніж в період після змагань, коли ефективність роботи склала – $43,14 \pm 1,11$ с.

Таким чином, в умовах змагальної діяльності ефективність роботи, за «Таблицями Шульте» у баскетболістів 12-14 років, достовірно нижче ($t=2,20$; $p<0,01$), ніж у період після змагань. У 52 % обстежених баскетболістів 12-14 років, в період змагань, має місце звуження обсягу довільної уваги легкого ступеня вираженості. Звуження обсягів довільної уваги супроводжується дисфункціями процесів концентрації, розподілу і переключення.

На підставі результатів, отриманих за допомогою методики «Таблиці Шульте», були побудовані графіки – «Криві працездатності», що відображають динаміку психічної працездатності, у баскетболістів 12-14 років. «Крива працездатності» в період змагань, в цілому має такий вигляд: 42,20; 47,36; 49,56; 49,59; 50,96 – середній вихідний рівень і далі поступове і неухильне зниження показників без помітних їх коливань до поліпшення. Тобто крива психічної працездатності, у баскетболістів 12-14 років, в умовах змагальної діяльності представлена гіпостенічним варіантом астенії, тобто психічна працездатність характеризується гальмуванням, має адинамічний характер.

При дослідженні, після змагань, «крива працездатності» обстежених спортсменів, носить зигзагоподібний характер: високий початковий рівень, далі йде деякий спад, і потім тенденція повернення до колишнього рівня. Аналіз «кривої працездатності», яка відображає рівень психічної працездатності обстежених спортсменів, дозволяє зробити висновок, що після змагань, у баскетболістів 12-14 років має місце гіперстенічний варіант астенії, настрій та стан юних спортсменів змінюється в межах доби, з переважанням процесів збудження, подразливості, надмірної чутливості.

За допомогою результатів методики «Таблиці Шульте» так само оцінювалися такі показники: ступінь впрацьованості і психічна стійкість (за методом А. Ю. Козиревої).

Детальніше отримані дані, представлені в табл. 4.

Таблиця 4

Показники психічної стійкості і ступеня впрацьованості баскетболістів 12-14 років (в балах)

Параметри для оцінювання	змагальний період	після змагань
ступінь впрацьованості	0,88	0,83
психічна стійкість	1,02	0,98

Як показано в табл. 4, в умовах змагальної діяльності, показник ступеня

впрацьованості, обстежених спортсменів склав – $0,88 < 1,0$; показник

впрацьованості після змагань – $0,83 < 1,0$. Показник психічної стійкості в умовах змагальної діяльності – $1,02 > 1,0$, що свідчить про низьку психічну стійкість. Після змагань показник психічної стійкості – $0,98 < 1,0$, що вказує на хорошу психічну стійкість, відповідно.

Тобто у баскетболістів 12-14 років, як в умовах змагальної діяльності, так і після змагань відзначаються високі показники ступеня впрацьованості. Тоді, як ступінь психічної витривалості в змагальний період, набагато нижче, ніж після змагань.

Висновки. Для баскетболістів 12-14 років, змагальна діяльність, характеризується легким функціональним зниженням продуктивності когнітивних функцій і психічної працездатності. Дефекти мнестичних функцій та функцій уваги у баскетболістів 12-14 років в період змагальної діяльності, носять функціональний характер і піддаються редукції після змагань.

Структуру когнітивних дисфункцій в період змагань у баскетболістів 12-14 років визначають звуження обсягів безпосередньої і довготривалої пам'яті, зниження продуктивності процесу запам'ятовування, дефекти селективності, звуження обсягів довільної уваги,

порушення процесів концентрації, розподілу і переключення. Аналіз кривої психічної працездатності, дозволив зробити висновок, про те, що у баскетболістів 12-14 років, в умовах змагальної діяльності має місце гіпостенічний варіант астенії; після змагань має місце гиперстенічний варіант астенії. Дані результати продуктивності когнітивних функцій юних спортсменів, на різних етапах тренувально-змагальної діяльності слід враховувати при створенні програм психологічної підготовки команди.

Перспективи подальших досліджень у даному напрямку полягають у подальшому вивченні індивідуальних особливостей психологічних характеристик баскетболістів 12-14 років в різні періоди річного макроциклу; розробці програми індивідуальної психологічної підготовки спортсменів протягом річного макроциклу.

Конфлікт інтересів. Автори відзначають, що не існує ніякого конфлікту інтересів.

Джерела фінансування. Ця стаття не отримала фінансової підтримки від державної, громадської або комерційної організації.

СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ

- Ажиппо, О.Ю. (2016). Модель залучення дітей та молоді до фізкультурно-спортивної дозвілєвої діяльності. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*, 1(29), 23-27.
- Гант, О.Є., & Малик, Я.К. (2015). Спортивна діяльність як особливий вид професіонального функціонування людини. *Проблеми екстремальної та кризової психології*, Вип.18, 48-60.
- Бадтиева, В.А., Павлов, В.И., Шарькин, А.С., Хохлова, М.Н., Пачина, А.В., & Выборнов, В.Д. (2018). Синдром перетренованности как функциональное расстройство сердечно-сосудистой системы, обусловленное физическими нагрузками. *Российский кардиологический журнал*, 23 (6), 123-128. doi.org/10.15829/1560-4071-2018-6-180-190
- Ляшенко, В., Кожанова, О., & Корж, Є. (2020). Зв'язок індивідуально-психологічних особливостей спортсменів з результативністю змагальної діяльності. *Слобожанський науково-спортивний вісник*, 1(75), 81-85. doi:10.15391/snsv.2020-1.014
- Помещикова, І.П., Пащенко, Н.О., Кудімова, О.В. (2016). Стан властивостей уваги баскетболістів студентської команди. *Здоров'я, спорт, реабілітація*, 4, 51-56.
- Помещикова, І.П., Коваль, М.В., & Кадигроб, Я.Г. (2016). Вплив рівня функцій уваги на ігрові показники баскетболістів 12–13 років. *Спортивні ігри*, 2(2), 44-46.
- Райгородский, Д.Я. (2012). *Энциклопедия психодиагностики. Психодиагностика детей*, Самара : Бахрах-М.

- Aghyppo, Alexandr, Tkachov, Sergij & Orlenko, Olena (2016). Role of physical education on the formation of a healthy lifestyle outside of school hours. *Journal of Physical Education and Sport*, 16(2), 335-339. doi:10.7752/jpes.2016.02054
- Sevost'yanova, M.S. & Loginova, I.O. (2018). Psychological features of professionally successful athletes of the national teams of Russia: analysis of inter-gender differences. *Pedagogiko-psikhologicheskkiye i mediko-biologicheskkiye problemy fizicheskoy kul'tury i sporta*, Vol. 13, 1, 132-146, doi: 10/14526/01_2018_292 (in Russ)
- Tukayev, S.V., Dolgova, Ye.N., Ruzhenkova, A.O., Lysenko, Ye.N., Fedorchuk, S.V., Gavrilets, Yu.D., Rizun, V.V., & Shinkaruk, O.A. (2017). Typological and personality determinants of stress resistance in extreme sports athletes. *Sportivna meditsina i fizichna reabilitatsiya*, 2, 8-15. [in Russ].
- Petruhnov, A., Ruban, L., Okun, D., Honcharov, A., Lytovchenko, A., Ananchenko, K., Khatsayuk, O., Turchynov, A. & Garkavy, O. (2019). A Quality Factor Of Cardiovascular System Reaction On A Daily Physical Exertion Of Students. *Research Journal of Pharmaceutical, Biological and Chemical Sciences Volume*, Vol. 10, Issue 2, 521-525.
- Pogodina, S.V. & Aleksanyants, G.D. (2015). The heart rate variability and hemodynamic response of the female athletes in the age range of 17-45 years. *Фундаментальные и прикладные науки сегодня. Материалы V международной научно-практической конференции*, 1-1.

Стаття надійшла до редакції: 15.05.2020

Опубліковано: 01.06.2020

Аннотация. Гант Е. Е., Чжоу М. Диагностика когнитивных функций баскетболистов 12-14 лет для индивидуализации психологической подготовки. Цель исследования - изучение индивидуальных особенностей продуктивности когнитивных функций баскетболистов 12-14 лет, для дальнейшей разработки программы индивидуальной психологической подготовки спортсменов. **Материал и методы исследования:** анализ научно-методической литературы, психодиагностический метод (методика «Таблицы Шульте», проба «Запоминание 10 слов»). Было проведено психодиагностическое исследование баскетболистов 12-14 лет детской команды общественной организации «Спортивное общество «Юниор». Исследование проводилось в два этапа, в период соревнований и после соревнований. Определены особенности мнестических функций и функций внимания у юных спортсменов на различных этапах тренировочно-соревновательной деятельности. Было установлено, что у баскетболистов 12-14 лет соревновательная деятельность, характеризуется функциональным снижением продуктивности когнитивных функций и психической работоспособности. Показано, что все психические дисфункции, которые имели место у юных спортсменов в период соревнований, стабилизировались в пределы возрастной нормы, после проведения соревнований. Структуру когнитивных дисфункций в период соревнований у баскетболистов 12-14 лет определяют сужение объемов непосредственной и долговременной памяти, снижение продуктивности процесса запоминания, дефекты селективности, сужение объемов произвольного внимания, нарушение процессов концентрации, распределения и переключения. Также показано, что психическая работоспособность, у баскетболистов 12-14 лет, в условиях соревновательной деятельности характеризуется процессами торможения психических функций. После соревнований, у баскетболистов 12-14 лет имеет место гиперстенический вариант астении, настроение и состояние юных спортсменов менялось в пределах суток, с преобладанием процессов возбуждения, раздражительности, чрезмерной чувствительности.

Ключевые слова: баскетбол; когнитивные функции; внимание; память; психологическая подготовка.

Abstract. *Gant O.E, Zhou M. Diagnosis of cognitive functions of basketball players of 12-14 years for individualization of psychological training.* The purpose of the research is to study the individual characteristics of the performance of cognitive functions of basketball players aged 12-14 for further development of a program of individual psychological training of athletes during the annual macrocycle. Material and methods of research: analysis of scientific and methodical literature, method "Schulte tables", test "Memorization of 10 words". A psychodiagnostic examination of basketball players aged 12-14 and the children's team of the Junior Sports Association was conducted. The study was conducted in two types, during the competition, and after the competition. Peculiarities of mnemonic functions and attention functions of young athletes at different stages of competitive training activity are determined. It was found that basketball players aged 12-14 years are competitive, characterized by a functional decrease in the productivity of cognitive functions and mental performance. It is shown that all mental dysfunctions that occurred in young athletes during the competition, returned to the age limit after the competition. The structure of cognitive dysfunctions during competitions in basketball players 12-14 years is determined by the narrowing of direct and long-term memory, reduced productivity of the memory process, selectivity defects, narrowing of the amount of random attention, impaired concentration, distribution, and switching. It is also shown that mental performance, in basketball players 12-14 years, in conditions of competitive activity is characterized by inhibition processes. After competitions basketball players aged 12-14 have a hypertensive variant of asthenia, the mood and condition of young athletes changes within a day with a predominance of excitement, irritability, hypersensitivity.

Keywords: *basketball; cognitive functions; warning; memory; psychological training.*

References

- Aghyippo, O.Yu. (2016). Model zaluchennya ditej ta molodi do fizkulturno-sportivnoyi dozvillyevoyi diyalnosti [Model of involvement of children and young people in sports and physical leisure activity]. *Fizichne vihovannya, sport i kultura zdorov'ya u suchasnomu suspilstvi* [Physical education, sports and culture of health in modern society], no 1(29), 23-27. [in Ukrainian].
- Gant, O.Ye., & Malik, Ya.K. (2015). Sportivna diyalnist yak osoblivij vid profesionalnogo funkcionuvannya lyudini [Sports activity as a special type of professional human functioning]. *Problemi ekstremalnoyi ta krizovoyi psihologiyi* [Problems of extreme and crisis psychology], *Vip.18*, 48-60. [in Ukrainian].
- Badtieva, V.A., Pavlov, V.I., Sharykin, A.S., Hohlova, M.N., Pachina, A.V., & Vybornov, V.D. (2018). Sindrom peretrenirovannosti kak funkcionnoe rasstrojstvo serdechno-sosudistoj sistemy, obuslovennoe fizicheskimi nagruzkami [Overrunning syndrome as a functional disorder of the cardiovascular system due to physical stress], *Rossijskij kardiologicheskij zhurnal* [Russian cardiological journal], no 23 (6), 123-128. [In Russian].
- Lyashenko, V., Kozhanova, O., & Korzh, Ye. (2020). Zv'yazok individualno-psihologichnih osoblivostej sportsmeniv z rezultativnistyu zmagalnoyi diyalnosti [Connection of individual psychological features of sportsmen with performance of competitive activity], *Slobozhanskij naukovno-sportivnij visnik* [Slobozhanskyi herald of science and sport], 1(75), 81-85. [in Ukrainian].
- Pomeshikova, I.P., Pashenko, N.O., Kudimova, O.V. (2016). Stan vlastivostej uvagi basketbolistiv studentskoyi komandi [State of attention properties of student team basketball players], *Zdorove, sport, rehabilitaciya* [Health, sport, rehabilitation], no 4, 51-56. [in Ukrainian].
- Pomeshikova, I.P., Koval, M.V., & Kadigrob, Ya.G. (2016). Vpliv rivnya funkcij uvagi na igrovi pokazniki basketbolistiv 12-13 rokiv [Impact of the level of attention functions on the game performance of 12-13 year old basketball players], *Sportivni igri*, [Sportivni igri], no 2(2), 44-46. [in Ukrainian].
- Rajgorodskij, D.Ya. (2012). Enciklopediya psihodiagnostiki. Psihodiagnostika detej [Encyclopedia of psychodiagnostics. Psychodiagnostics of children]. Samara : Bahrah-M. [In Russian].

- Aghyppo, Alexandr, Tkachov, Sergij & Orlenko, Olena (2016). Role of physical education on the formation of a healthy lifestyle outside of school hours. *Journal of Physical Education and Sport*, 16(2), 335-339. doi:10.7752/jpes.2016.02054
- Sevost'yanova, M.S. & Loginova, I.O. (2018). Psychological features of professionally successful athletes of the national teams of Russia: analysis of inter-gender differences. *Pedagogiko-psikhologicheskiye i mediko-biologicheskiye problemy fizicheskoy kul'tury i sporta*, Vol. 13, 1, 132-146, doi: 10/14526/01_2018_292 (in Russ)
- Tukayev, S.V., Dolgova, Ye.N., Ruzhenkova, A.O., Lysenko, Ye.N., Fedorchuk, S.V., Gavrilets, Yu.D., Rizun, V.V., & Shinkaruk, O.A. (2017). Typological and personality determinants of stress resistance in extreme sports athletes. *Sportivna meditsina i fizichna reabilitatsiya*, 2, 8-15. [in Russ].
- Petruhnov, A., Ruban, L., Okun, D., Honcharov, A., Lytovchenko, A., Ananchenko, K., Khatsayuk, O., Turchynov, A. & Garkavy, O. (2019). A Quality Factor Of Cardiovascular System Reaction On A Daily Physical Exertion Of Students. *Research Journal of Pharmaceutical, Biological and Chemical Sciences Volume*, Vol. 10, Issue 2, 521-525.
- Pogodina, S.V. & Aleksanyants, G.D. (2015). The heart rate variability and hemodynamic response of the female athletes in the age range of 17-45 years. *Fundamental'nye i prikladnye nauki segodnja. Materialy V mezhdunarodnoj nauchno-prakticheskoy konferencii* [Basic and applied sciences today. Materials In the international scientific-practical conference], 1-1.

Відомості про авторів / Information about the Authors

Гант Олена Євгенівна: кандидат психологічних наук, доцент, Харківська державна академія фізичної культури: вул. Клочківська 99, Харків, 61058, Україна.

Гант Елена Евгеньевна: кандидат психологических наук, доцент, Харьковская государственная академия физической культуры: ул. Клочковская 99, 61058, г. Харьков, Украина.

Helen Gant: candidate of Psychological Sciences, Associate Professor Kharkiv State Academy of Physical Culture: Klochkivska str. 99, Kharkiv, 61058, Ukraine.

<https://orcid.org/0000-0001-7729-4914>

E-mail: lenaagant@gmail.com

Чжоу Миньюй: аспирант, Харківська державна академія фізичної культури: вул. Клочківська 99, Харків, 61058, Україна.

Чжоу Миньюй: аспирант, Харьковская государственная академия физической культуры; ул. Клочковская 99, 61058, г. Харьков, Украина.

Zhou Mingyu: graduate student, Kharkiv State Academy of Physical Culture: Klochkivska str. 99, Kharkiv, 61058, Ukraine.

<https://orcid.org/0000-0003-3335-2443>

E-mail: 1139093866@QQ.com

Морфологічні показники футболістів різного амплуа

Грубар І. Я., Грабик Н. М.

Тернопільський національний педагогічний університет імені Володимира Гнатюка

Анотація. *Покращення якості підготовки футболістів, упровадження в практику ефективних засобів та методів тренування, вказують на необхідність спеціального вивчення та пошуку принципово нових підходів до організації тренувального процесу. Перш за все, треба орієнтуватися на стабільні, мало змінні в ході розвитку фактори, яким відповідають морфологічні показники. Мета дослідження – визначити морфологічні показники футболістів різного ігрового амплуа з наступним їх урахуванням у побудові тренувального процесу. Матеріал і методи дослідження.* Для досягнення мети і вирішення поставлених завдань, нами використовувалися такі методи дослідження: аналіз та узагальнення літературних джерел; педагогічні спостереження та експеримент; антропометричні методи дослідження; статистична обробка результатів. У процесі дослідження було обстежено 40 футболістів різної кваліфікації та ігрового амплуа, групи ПСМ з футболу, які тренуються при ТНПУ ім. Володимира Гнатюка. З них 3 голкіпери (7,5%), 13 захисників (32,5%), півзахисників – 17 (42,5%) та 7 нападників, що становить 17,5% від загальної кількості обстежених футболістів. Стаж занять футболістів становить від 1 до 10 років. **Результати дослідження.** У процесі дослідження представлені результати антропометричних обстежень 40-ка футболістів різних ігрових амплуа. Виявлені морфологічні особливості та встановлені відмінності структури тіла голкіперів, оборонців, півоборонців та нападників а саме, голкіпери характеризуються найбільшою довжиною, масою тіла, масо-ростовим індексом, найдовшими тулубом і руками, найбільшим індексом форми грудної клітки та кінцівок, довжиною рук, ніг, плеча, передпліччя, стегна і гомілки та шириною плеч. Тоді як, нападникам властива найбільша кількістю найменших значень досліджуваних показників, у той же час, вони мають великий індекс кінцівок та довгий тулуб. Підсумовуючи вище подане, можна сказати, що між футболістами різного ігрового амплуа є певні морфофункціональні відмінності, тому що, під час гри виконують різні функції залежно від ігрового амплуа, проте слід відмітити і деякі спільні риси будови тіла такі як, вузький таз, довгі ноги. **Висновки.** Аналіз науково-методичної літератури показав, що одним із важливих критеріїв підготовки спортсменів у будь-якому виді спорту є антропометричні дані, а рівень спортивної майстерності обумовлений великою кількістю чинників, серед яких особливе місце належить будові тіла спортсмена. Із обстежених нами футболістів різного амплуа можна сказати, що вони мають властиві їм габаритні розміри тіла та характерні розбіжності, які залежать від ігрового амплуа; достатньо чітко диференціюються морфологічні особливості тілобудови футболістів, що необхідні для кожного ігрового амплуа; тотальні розміри тіла (маса, ріст та показники периметра грудної клітки), у поєднанні з парціальними ланками та пропорціями тіла можуть бути використані для первинного формування ігрових ліній.

Ключові слова: морфологічні показники; тренувальний процес; футболісти; пропорції тіла, ігрові амплуа; модельні характеристики.

Вступ. Характерною особливістю сучасного спорту є науково обґрунтований пошук талановитих дітей і молодих людей, яким до снаги великі тренувальні та змагальні навантаження і найвищі темпи спортивного удосконалення. Футбол –

один із найпоширеніших та найулюбленіших видів спорту як серед дітей, так і серед дорослого населення. Він сприяє розвитку рухових якостей, морфологічних особливостей будови тіла, удосконаленню обміну речовин, системи кровообігу, дихання, виділення (Мартиросов, 2004; Дулібський, 2001).

Удосконалення системи підготовки спортсменів високої кваліфікації неможливо без пошуку принципово нових підходів до організації тренувального процесу, а також використання сучасних досягнень спортивної науки у практичній роботі тренера. Потреба у покращенні якості підготовки футболістів, втілення у практику ефективних організаційних засобів та методів тренування, вказують на необхідність проведення спеціального вивчення та аналізу різних аспектів даної проблеми (Марченко, 1995; Шамардин, 2012).

Одним із важливих і складних питань у керуванні підготовкою футболістів є розробка та вивчення модельних характеристик, які включають морфофункціональні моделі, що відображають морфологічні особливості організму та можливості окремих систем та їх частин, які забезпечують відповідний рівень підготовленості та змагальної діяльності. Підбір раціональних засобів та методів підготовки, планування тренувальних та змагальних навантажень, а також вибір ефективних позатренувальних факторів, допомагають оптимізувати ці параметри. (Шамардин, 2002).

У результаті аналізу науково-методичної літератури з футболу виявлено, що до проблеми фізичної підготовленості, технічної та тактичної підготовки футболістів зверталися чисельні науковці та тренери-практики М. С. Бриль, В. Пшибильські, Г. А. Лисенчук, (Бриль, 1980; Пшибильські, 1998; Лисенчук, 2003).

Вивчення матеріалів, що характеризують особливості футболу та його вплив на організм спортсменів дозволяє стверджувати, що сучасний футбол розвивається шляхом підвищення вимог до всіх сторін підготовленості футболістів. У процесі змагальної боротьби на організм спортсменів діють значні за величиною і тривалістю навантаження, які вимагають максимальної мобілізації можливостей організму та висувають серйозні вимоги до підготовленості футболістів. Проте необхідно пам'ятати, що поряд із

вдосконаленням техніко-тактичної підготовленості, важливим завданням навчально-тренувального процесу є продумане підвищення функціональних можливостей футболістів. У результаті довгострокової адаптації до фізичних навантажень виявляються специфічні функціональні зміни, що підкріплюються морфологічною та функціональною перебудовами у системах організму (Лисенчук, 1996; Савастянова, 1997; Грубар, 2018).

У процесі вивчення та розробки модельних характеристик змагальної діяльності, важлива однаковість думок фахівців щодо поняття окремих епізодів змагальної діяльності. Цей процес обумовлений тим, що знаючи певні характеристики, можна планувати загальну стратегію підготовки спортсмена. Вона включає: підбір раціональних засобів і методів підготовки, планування тренувальних та змагальних навантажень, а також вибір ефективних поза тренувальних чинників, які допомагають оптимізувати ці параметри (Платонов, 1997).

Сучасний рівень розвитку футболу, коли підвищується конкуренція на міжнародній і внутрішній спортивній арені, зростають вимоги до майстерності спортсмена, як ніколи раніше стоїть завдання стосовно граничної мобілізації функціональних резервів і максимального розвитку індивідуальних задатків гравця для демонстрації найвищих спортивних можливостей (Шамардин, 2012; Грубар, 2012а; 2012b).

Ефективність управління процесом тренування тісно пов'язана з моделюванням – використанням моделей для визначення різних характеристик спортивного тренування, в раціоналізації способів побудови її структурних частин. Не всі об'єкти та явища спортивного тренування в силу їх складності та безлічі факторів вдається представити у вигляді достатньо повних моделей. Тому часто використовують окремі показники, які зазвичай позначаються як модельні характеристики (Годик, 2006).

Водночас, за значної уваги щодо питання окремих напрямів підготовленості футболістів, аналіз науково-методичної літератури вказує на недостатність інформації про морфологічні та антропометричні показники та модельні характеристики футболістів. Більша частина досліджень стосується тотальних розмірів, а про довготні ланки, периметри та пропорції тіла, конституційні особливості описані мало. Сьогодні у теорії та практиці футболу розроблено й широко застосовуються інформативні моделі фізичної, психологічної, техніко-тактичної підготовленості, що охоплюють не тільки загальні характеристики, властиві футболістові взагалі, а й такі, що враховують специфіку змагальної діяльності гравців на окремій ігровій позиції, тобто амплу футболіста (Дулібський, 2001; Мартиросов, 2004; Савастянова, 1997; Савка, Радько, & Воробйов, 2007; Голомазов, 2003).

Мета дослідження – визначити морфологічні показники футболістів різного ігрового амплу з наступним їх урахуванням у побудові тренувального процесу.

Завдання дослідження: 1. Проаналізувати літературні джерела з обраної проблеми;
2. Визначити морфологічні показники у футболістів різного амплу, типи пропорції тіла за П. Н. Башкіровим та В. В. Бунаком; складові компоненти тіла (м'язову, жирову, кісткову маси).

Матеріал і методи дослідження. Для досягнення мети і вирішення поставлених завдань, нами використовувалися такі **методи дослідження:** аналіз та узагальнення літературних джерел; педагогічні спостереження; антропометричні методи дослідження; статистична обробка результатів.

У процесі дослідження було обстежено 40 футболістів різної кваліфікації та ігрового амплу, групи ПСМ з футболу, які тренуються при ТНПУ ім. Володимира Гнатюка. З них 3 голкіпери (7,5%), 13 захисників (32,5%), півзахисників – 17 (42,5%) та 7 нападників,

що становить 17,5% від загальної кількості обстежених футболістів. Стаж занять футболістів становить від 1 до 10 років.

Результати дослідження та їх обговорення. Важливість процесу моделювання у спорті загалом та у футболі зокрема не підлягає сумніву. Без використання моделей неможливо забезпечити ефективність таких складових навчально-тренувального процесу як прогнозування, контроль, надійність відбору та організації на різних етапах багаторічної підготовки спортсменів.

Враховуючи те, що різні ігрові позиції (амплу) висувають неоднакові вимоги до спеціальної фізичної підготовленості футболістів, у процесі відбору дуже важливо орієнтуватися на ті якості, які є важливими для даного амплу. На спеціалізацію, скажімо, заднього або переднього центрального захисника варто орієнтувати підлітків із зростом вище середнього, з великими силовими можливостями м'язів ніг; крайнього захисника – підлітків з невеликим індексом маси та зросту, високими можливостями киснево транспортної системи. Довжина тіла в даному випадку не має істотного значення.

У спорті морфологічні показники виступають однією з умов досягнення максимального результату та одним з основних критеріїв спортивного відбору. Тотальні розміри тіла поряд із досконалою технікою дають переваги провідним спортсменам різних видів спорту.

Отримані нами у процесі дослідження результати свідчать, що середні значення довжини тіла футболістів різних ігрових амплу суттєво не відрізняються, окрім голкіперів – $185 \pm 4,6$ см. У нападників вони становлять: $175 \pm 3,0$ см, $176 \pm 1,1$ см – у захисників та $174 \pm 1,3$ см у півзахисників. За даними цього показника встановлена статистично достовірною різниця $p < 0,05$ між голкіперами і захисниками, голкіперами і півзахисниками.

Усі обстежувані нами футболісти, мали однакові середні значення показника

маси тіла, окрім голкіперів, маса тіла яких становить $72 \pm 16,3$ кг.

Відповідно до описаних попередніх показників (ріст та маса тіла), середні значення масо-ростового індексу у футболістів знаходиться в межах вікової

норми, але були відмінності у спортсменів різних амплуа. Виявлено, що найбільший масо-ростовий показник мають голкіпери – $391 \pm 24,2$ г/см, а найнищі встановлені у нападників – $376 \pm 16,9$ г/см (табл.1).

Таблиця 1

Середні значення морфологічних показників футболістів різного ігрового амплуа

Показники	Ігрові амплуа				p					
	Н (n=7)	Г (n=3)	З (n=13)	П (n=17)	Н-Г	Н-З	Н-П	Г-З	Г-П	З-П
	$\bar{X} \pm m$									
Довжина тіла, см	175 $\pm 3,0$	185 $\pm 4,6$	176 $\pm 1,1$	174 $\pm 1,3$	>0,2	>0,5	>0,5	<0,05	<0,05	>0,5
Маса тіла, кг	66 $\pm 3,3$	72 $\pm 6,3$	66 $\pm 1,3$	66 $\pm 1,4$	>0,5	>0,5	>0,5	>0,2	>0,5	>0,5
Масо-ростовий індекс, г/см	376 $\pm 16,9$	391 $\pm 24,2$	377 $\pm 6,1$	379 $\pm 5,9$	>0,5	>0,5	>0,5	>0,5	>0,5	>0,5
Периметр грудної клітки (см)	86,4 $\pm 3,0$	90,7 $\pm 5,0$	85,7 $\pm 1,3$	86,4 $\pm 1,3$	>0,5	>0,5	>0,5	>0,5	>0,5	>0,5
Довжина тулуба, см	53,4 $\pm 2,4$	63,3 $\pm 3,4$	58,6 $\pm 0,9$	59,1 $\pm 1,3$	<0,05	>0,1	<0,05	>0,2	>0,5	>0,5
Довжина грудної клітки, см	36,6 $\pm 0,9$	38 $\pm 0,8$	35,7 $\pm 0,5$	35,9 $\pm 0,7$	>0,5	>0,5	>0,5	<0,05	>0,1	>0,5
Індекс форми грудної клітки, %	145 $\pm 7,9$	142 $\pm 3,9$	143 $\pm 3,8$	148 $\pm 2,4$	>0,5	>0,5	>0,2	>0,5	>0,5	>0,5
Довжина руки, см	75,1 $\pm 1,4$	80,7 $\pm 2,1$	77,7 $\pm 0,7$	76,2 $\pm 0,8$	>0,1	>0,1	>0,5	>0,1	<0,05	>0,2
Довжина ноги, см	98,4 $\pm 1,1$	105 $\pm 2,3$	98,2 $\pm 0,6$	98,4 $\pm 1,0$	<0,05	>0,5	>0,5	<0,02	<0,05	>0,5
Ширина плеч, см	38,9 $\pm 2,1$	43 $\pm 0,8$	40,8 $\pm 0,6$	41,3 $\pm 0,8$	>0,1	>0,5	>0,5	>0,5	>0,2	>0,5
Плечовий показник, %	94 $\pm 1,7$	93,2 $\pm 3,3$	91,2 $\pm 0,8$	93,6 $\pm 1,4$	>0,5	>0,2	>0,5	>0,5	>0,5	>0,5
Ширина тазу, см	26,9 $\pm 0,6$	27,7 $\pm 1,7$	28,3 $\pm 0,4$	28,3 $\pm 0,4$	>0,5	>0,2	>0,5	>0,5	>0,5	>0,5
Довжина плеча, см	34,3 $\pm 1,8$	38,3 $\pm 0,4$	33,3 $\pm 0,6$	33,3 $\pm 0,5$	>0,1	>0,5	>0,5	<0,001	<0,001	>0,5
Довжина передпліччя, см	25,9 $\pm 1,2$	27,3 $\pm 0,8$	26,0 $\pm 0,4$	25,8 $\pm 0,3$	>0,5	>0,5	>0,5	>0,1	>0,1	>0,5
Довжина стегна, см	52 $\pm 1,2$	53,2 $\pm 2,7$	52,4 $\pm 1,0$	50,7 $\pm 0,4$	>0,5	>0,5	>0,5	>0,5	>0,5	>0,2
Довжина гомілки, см	42,3 $\pm 1,5$	44,7 $\pm 2,1$	44,1 $\pm 1,0$	42,4 $\pm 0,4$	>0,5	>0,5	>0,5	>0,5	>0,1	>0,2
Індекс кінцівок дм ²	7,84 $\pm 0,5$	7,36 $\pm 0,2$	7,28 $\pm 0,1$	7,01 $\pm 0,1$	>0,5	>0,5	>0,2	>0,5	>0,2	>0,5
Комплексний показник тулуба см ² /кг	90,5 $\pm 2,9$	87,9 $\pm 3,3$	92,0 $\pm 1,6$	92,1 $\pm 1,3$	>0,5	>0,5	>0,5	>0,5	>0,5	>0,5

Примітки: Н – Нападник; Г – Голкіпер; З – Захисник; П – Півзахисник

Обхватні розміри тіла, тобто периметр грудної клітки (ПГК в спокої) у гармонійно збудованого футболіста повинен перевищувати 5 см різниці між

периметром грудей та половиною довжини тіла.

Аналізуючи отримані результати досліджень ПГК встановлено, що найбільшим він був у воротарів –

90,7±5,0 см, у нападаючих і півзахисників середні значення цього показника були відповідно 86,4±0,3 та 86,4±1,3 см, а найменший у захисників 85,7±1,3 см.

Таким чином, виходячи з вище сказаного ми бачимо залежність тотальних розмірів тіла від ігрового амплуа футболістів у команді. Найвищі показники тотальних розмірів тіла мають голкіпери а найнижчі півзахисники.

На кожному етапі багаторічної підготовки футболістів, з метою оптимізації навчально-тренувального процесу, виникає потреба вивчення таких антропометричних показників, котрі в найбільшій мірі сприяють досягненню високого спортивного результату це парціальні розміри ланок тіла футболістів.

Для формування рухових навичок у футболі велике значення мають їх антропометричні дані у першу чергу довготні ланки тіла. У результаті наших досліджень встановлено, що голкіпери за усіма довготними показниками тіла переважили футболістів інших ігрових амплуа, на що вказує статистично достовірна різниця $p < 0,05$.

З наведених в таблиці 1 даних, найменші середні значення довжини тулуба встановлено у нападників 53,4±2,4 см, найбільші у голкіперів – 63,3±3,4 см, у захисників вони склали 58,6±0,9 см та 59,1±1,3 см у півзахисників. Найдовшу грудну клітку мають також голкіпери 38±0,8 см, у нападників середні значення цього показника були 36,6±0,9 см і майже однакову грудну клітку мали захисники та півзахисники – 35,7±0,5 та 35,9± 0,7 см.

Наступний досліджуваний показник індекс форми грудної клітки свідчить про її розвиток. У обстежуваних футболістів цей показник вказує на те, що грудна клітка широка і добре розвинута. Так, найбільше середнє значення цього показника у півзахисників – 148±2,4%, а найменше у нападаючих 142±3,9%.

Деякі автори зазначають, що для футболістів довжина тіла та кінцівок не мають суттєвого значення, тому, що серед них зустрічаються всі конституційні типи,

більшість мають змішаний тип будови тіла.

Найдовші руки були у голкіперів 80,7±2,1 см, а найкоротші у нападників 75,1±1,4 см. Достовірна різниця встановлена між голкіперами та півзахисниками $p < 0,05$.

Оскільки футбол характеризується ударними нижніми кінцівками спортсменів, то викликає інтерес динаміка змін у бік подовження цього показника у голкіперів 105±2,3 см, у досліджуваних інших амплуа, він склав 98,4±1,1 см і між ними встановлена статистично достовірна різниця $p < 0,05$.

Ширина плечей у обстежених, відповідає середнім значенням, відповідно до статистичних даних за цим показником. Плечовий показник був в межах 91,2±0,8 та 93,6±1,4% і вказує на те, що вони не є сутулими і мають нормальну поставу. Щодо ширини таза встановлено, що всі обстежені футболісти, мали вузький таз.

Найдовше плече мали голкіпери 38,3±0,4см а найкоротше захисники та півзахисники, між ними встановлено статистично достовірна різниця $p < 0,05$. За довжиною передпліччя переважали голкіпери і захисники над футболістами інших амплуа. Найдовше стегно та гомілка була теж у голкіперів, а найкоротші – півзахисників.

Індекс кінцівок, що враховує довжину рук і ніг та периметри плеча і стегна найбільший у голкіперів 78,4±0,5дм².

Комплексний показник тулуба найвищий у півзахисників. Він свідчить про перевагу довготних і широтних параметрів над показниками маси тіла.

Таким чином, голкіпери характеризуються найбільшою довжиною тіла, масою тіла, масо-ростовим індексом, найдовшими тулубом і руками, найбільшим індексом форми грудної клітки та кінцівок, довжиною рук, ніг, стегна і шириною плеч.

Нападники характеризуються найбільшою кількістю найменших значень досліджуваних показників, у той же час, мають великий індекс кінцівок та довгий тулуб.

Підсумовуючи вище подане, можна відмітити, що між футболістами різних ігрових амплуа є відмінності. Найбільшу довжину та масу тіла за Л. Волковим мають голкіпери, далі захисники, нападники та півзахисники. Тут, наші дані узгоджуються із даними інших дослідників, тому що, футболісти під час гри виконують різні функції залежно від амплуа, проте можна відмітити і деякі спільні риси будови тіла (вузький таз, довгі ноги).

У процесі дослідження ми визначали та порівнювали пропорції тіла футболістів різного ігрового амплуа за

методиками, які частіше використовуються в спортивній практиці. Так, за П.Н. Башкіровим ми визначали три крайні форми індивідуальної анатомічної мінливості будови тіла футболістів: доліхоморфну, брахіоморфну та мезомарфну, що характеризується величиною тулуба й кінцівок, шириною плечей та таза, вираженою у відсотках від загальної довжини тіла.

Як вказують дані, приведені у таблиці 2, у обстежуваних нами футболісти не виявлено чистих конституційних типів, про що свідчать і літературні дані.

Таблиця 2

Пропорції тіла футболістів різного амплуа (за П.Н. Башкіровим) (у %)

№ п/п	Ігрові амплуа футболістів	Довжина тулуба	Ширина плечей	Ширина таза	Довжина ноги	Довжина руки	Тип пропорцій тіла
1	Голкіпер n=3	34,3	23,3	15,0	57,0	44,1	Змішаний
2	Нападник n=7	30,4	22,2	15,3	56,2	43,4	Доліхоморфний з ознаками мезоморфії
3	Захисник n=13	33,6	23,2	16,1	55,7	44,3	Змішаний
4	Півзахисник n=17	33,8	23,7	16,2	56,4	44,0	Змішаний

Так, в усіх обстежених виявлено довгий тулуб що відноситься до брахіоморфного типу, окрім нападаючих. У воротарів ширина плечей та довжина руки були середніх розмірів, що відповідає мезоморфному типу, вузький таз та довгі нижні кінцівки, що відповідають доліхоморфному типу. Нападаючі за всіма показниками відносяться до доліхоморфного типу, окрім довжини руки – мезоморфія (середня довжина). Однакові пропорції тіла мають захисники та півзахисники: ширина плечей та довжина руки відповідає середнім розмірам (мезоморфний тип), за шириною таза та довжиною ніг відносяться до

доліхоморфного типу (довгі ноги та вузький таз).

Таким чином, виходячи з вище сказаного наші футболісти мають довгий тулуб, довгі нижні кінцівки та вузький таз, а ширина плечей та довжина руки відповідає середнім розмірам. За цими параметрами встановлено, що нападаючі (17,5%) відносяться до доліхоморфного типу з ознаками мезоморфії, а воротарі, захисники й півзахисники (82,5%) мають змішаний тип пропорцій тіла.

Крім того ми визначали пропорції тіла і за В.В. Бунаком де враховували тільки довжину ноги та ширину плечей (табл. 3).

Таблиця 3

Пропорції тіла футболістів різних амплуа (за В.В. Бунаком)

№ п/п	Ігрові амплуа футболістів	Довжина ноги	Ширина плечей	Типи пропорцій тіла
1	Голкіпер n=3	Велика 57±2,1	Середня 23,3±0,5	Паратейноідний
2	Нападник n=7	Велика 56,2±0,4	Мала 22,2±1,4	Тейноідний
3	Захисник n=13	Велика 55,7±0,2	Середня 23,2±0,3	Паратейноідний
4	Півзахисник n=17	Велика 56,4±0,6	Середня 23,7±0,4	Паратейноідний

Класифікувавши пропорції тіла ми побачили, що як і за попередньої

класифікацією (за П. Н. Башкіровим) наші нападники (17,5%) відносять до

тейноїдного типу, а голкіпери, захисники і півзахисники (82,5%) – до паратейноїдного типу пропорцій тіла. Саме ці критерії, на нашу думку, можна віднести до модельної характеристик футболістів, а разом з тим, спортсмени відповідають загальноприйнятим морфологічним ознакам.

Під складом тіла розуміють співвідношення окремих компонентів (кісткового, м'язового та жирового) маси людського тіла.

Вивчення структури тіла у футболістів різного амплуа показало, що порівнюючи показники кісткової маси найбільші середні значення були у голкіперів (17,0±0,8 кг%), у захисників середні значення цього показника становили 15,2±0,3кг, а у нападників і півзахисників склали відповідно 14,8±1,2 та 14,7±0,2 кг від загальної маси тіла. Між голкіперами та півзахисниками виявлена статистично достовірною різниця $p < 0,05$ (табл. 4).

Таблиця 4

Складові компоненти тіла футболістів різних амплуа (у %)

№ п/п	Компоненти тіла Ігрові амплуа	Жирова маса		М'язова маса		Кісткова маса	
		$(\bar{X} \pm m)$					
		Абсол. вел. (кг)	Відн. вел (%)	Абсол. вел (кг)	Відн. вел (%)	Абсол. вел (кг)	Відн. вел (%)
1	Воротар n=3	11±2,4	15,3±4,1	32,2±5,1	44,2±3,3	17,0±0,8	23,4±0,9
2	Нападаючий n=7	9,2±1,6	13,8±1,4	31,1±2,2	47,2±2,5	14,8±1,2	22,6±1,8
3	Захисник n=13	9,1±0,4	13,7±0,6	30,5±0,8	45,9±0,8	15,2±0,3	22,9±0,4
4	Півзахисник n=17	8,9±0,6	13,5±0,7	29,3±0,7	44,3±0,9	14,7±0,2	22,4±0,3

За показниками м'язової та жирової маси між футболістами різного амплуа суттєвої різниці не виявлено. Не виявлена відповідно і статистично достовірної різниці. Найбільші значення цих показників встановлено у голкіперів: м'язова – 32,2±5,1кг та жирова – 11±2,4кг, а найменші у півзахисників відповідно 13,5±0,7 та 8,9±0,6кг.

Висновки. Таким чином, виходячи з вище сказаного можна зробити такі **висновки:** 1. аналіз науково-методичної літератури показав, що одним із важливих критеріїв підготовки спортсменів у будь-якому виді спорту є антропометричні дані а рівень спортивної майстерності обумовлений великою кількістю чинників, серед яких особливе місце належить будові тіла спортсмена.

2. Обстежені нами у процесі дослідження футболісти різного ігрового амплуа, мають характерні габаритні розміри тіла а їх розбіжності залежать від ігрового амплуа. Достатньо чітко

диференціюються морфологічні особливості тілобудови футболістів, що необхідні для кожного ігрового амплуа; тотальні розміри тіла (маса, ріст та показники периметра грудної клітки), у поєднанні з парціальними ланками та пропорціями тала можуть бути використані для первинного формування ігрових ліній.

Перспектива подальших досліджень. Подальші дослідження будуть спрямовані на вивчення інших морфологічних показників для удосконалення тренувального процесу футболістів різного ігрового амплуа.

Конфлікт інтересів. Автори відзначають, що не існує ніякого конфлікту інтересів.

Джерела фінансування. Ця стаття не отримала фінансової підтримки від державної, громадської або комерційної організації.

СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ

- Бриль, М.С. (1980). *Отбор в спортивных играх*. М. : Физкультура и спорт.
 Годик, М.А. (2006). *Физическая подготовка футболистов*. М. : Терра-спорт, Олимпия пресс.

- Голомазов, С. (2003). Морфологические признаки вратарей высокой квалификации. *Теория и практика футбола*, 2, 25-28.
- Грубар, І.Я. (2018). Характеристика показників гемодинаміки футболістів-аматорів до та після фізичного навантаження. *Фізична культура, спорт та здоров'я нації*, 5, 368-373. doi: 10.31652/2071-5285-2018-5-24-367-372
- Грубар, І.Я. (2012). Морфологічні показники модельної характеристики футболістів. *IV Міжнародна науково-практична конференція «Актуальні проблеми розвитку спорту для всіх: досвід, досягнення, тенденції»*, 147-153.
- Грубар, І.Я. (2012). Тотальні та парціальні розміри ланок тіла футболістів різних амплуа. *Теорія і практика фізичного виховання*, 1, 128-134.
- Дулібський, А.В. (2001). *Моделювання тактичних дій у процесі підготовки юнацьких команд з футболу*. Федерація футболу України.
- Лисенчук, Г.А. (1996). *Модельные характеристики соревновательной деятельности футболистов высокой квалификации на основе анализа игр финальной части чемпионатов мира 1990 г. в Италии и в 1994 г. в США*. Учебное издание для тренеров. М. : Олимпийская литература.
- Лисенчук, Г.А. (2003). *Управление подготовкой футболистов*. М. : Олимпийская литература.
- Мартиросов, Э. (2004). Морфологические особенности футболистов высокой квалификации разных амплуа. *Теория и практика футбола*, (3), 27-32.
- Марченко, В.А. (1995). *Организация, планирование и управление спортивной тренировкой футболистов высокой квалификации*. Харьков.
- Платонов, В.Н. (1997). *Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте*. Киев : Олимпийская литература.
- Пшибильські, Войцех (1998). *Комплексний контроль у системі багаторічної підготовки футболістів дитячого та юнацького віку*. (Кандидатська дисертація). Київ, Україна.
- Савастянова, Е.Б. (1997). *Морфологические особенности футболистов на разных этапах спортивной подготовки*. Рига : РГАФК.
- Савка, В.Г., Радько, М.М., & Воробйов, О.О. (2007). *Спортивна морфологія*. Чернівці: Книги – XXI.
- Шамардин, В.Н. (2002). *Моделирование подготовленности квалифицированных футболистов*. Днепропетровск : Пороги.
- Шамардин, В.Н. (2012). *Технология подготовки футбольной команды высшей квалификации*. Днепропетровск : Инновация.

Стаття поступила до редакції: 13.05.2020.

Опублікована: 01.06.2020.

Аннотация. Грубар І. Я., Грабык Н. М. **Морфологические показатели футболистов разного амплуа.** Улучшение качества подготовки футболистов, внедрение в практику эффективных средств и методов тренировки, указывают на необходимость специального изучения и поиска принципиально новых подходов в организации тренировочного процесса. Необходимо ориентироваться на стабильные, мало изменяющиеся в процессе развития факторы, которым отвечают морфологические показатели спортсмена. **Цель исследования** – изучить морфологические показатели футболистов разных игровых амплуа с последующим учетом их при построении тренировочного процесса. **Материал и методы исследования.** Для достижения целей и решения поставленных задач, нами использовались такие методы исследования: анализ и обобщение литературных источников; педагогические наблюдения; антропометрические методы исследования; статистическая обработка результатов. В процессе исследования было обследовано 40 футболистов разной квалификации и игровых амплуа, группы ПСМ с футбола, которые тренируются при ТНПУ им. Владимира Гнатюка. Из них 3 голкипера

(7,5%), 13 защитников (32,5%), полузащитников – 17 (42,5%) и 7 нападающих, которые составляют 17,5% от общего количества обследованных футболистов. Стаж занятий футболистов от 1 до 10 лет. **Результаты исследования.** В процессе исследования представлены результаты антропометрических обследования 40-ка футболистов разных игровых амплуа. Установлены морфологические особенности и установлены отличия структуры тела голкиперов, защитников, полузащитников и нападающих. Голкиперы характеризуются самой большой длиной, массой тела, массо-ростовым индексом, более длинным туловищем и руками, самым большим индексом формы грудной клетки и конечностей, длиной рук, ног, плеча, предплечья, бедра, голени и шириной плеч. Тогда, как для нападающих характерны наибольшее количество самых низких исследуемых показателей, в то же время, они имеют большой индекс конечностей и длинны туловища. Подытожив выше сказанное, можно констатировать, что между футболистами разных игровых амплуа имеются некоторые физиологические отличия, кроме того во время игры ими выполняются разные функции, но следует отметить и некоторые общие черты строения тела такие как, узкий таз и длинные ноги. **Выводы.** Анализ научно-методической литературы показал, что одним из важных критериев подготовки спортсменов в любом виде спорта есть антропометрические параметры, а уровень спортивного мастерства, обусловленный большим количеством факторов, среди которых особое место принадлежит строению тела спортсмена. Из обследованных нами футболистов разного амплуа, следует отметить, что они имеют характерные габаритные размеры тела; достаточно четко дифференцируются морфологические особенности телосложения футболистов каждого игрового амплуа; тотальные размеры тела (масса, рост и показатели периметра грудной клетки), в сочетании с парциальными звеньями и пропорциями тела могут быть использованы для первичного формирования игровых линий.

Ключевые слова: морфологические показатели; тренировочный процесс; футболисты; пропорции тела; игровые амплуа; модельные характеристики.

Abstract. Hrubar I. Ya., Grabyk N. M. Morphological indicators of model characteristics of football players. Improving the quality of football training, the introduction into practice of effective means and methods of training, indicate the need for special study and search for fundamentally new approaches to the organization of the training process. First of all, it is necessary to focus on stable, little variable in the course of development factors, which correspond to morphological indicators. **The purpose of the research** to determine the morphological indicators of football players of different game roles with their subsequent consideration in the construction of the training process. **Material and methods of the research.** To achieve the goal and solve the tasks, we used the following research methods: analysis and generalization of literature sources; pedagogical observations and experiment; anthropometric research methods; statistical processing of results. In the course of the research, 40 football players of different qualifications and game roles, PSM football groups, who train at TNPU named after V. Hnatiuk. Of these, 3 goalkeepers (7.5%), 13 defenders (32.5%), midfielders - 17 (42.5%) and 7 strikers, which is 17.5% of the total number of surveyed players. The training experience of football players is from 1 to 10 years. **Results of the research.** In the course of the research, the results of anthropometric surveys of 40 football players of different game roles are presented. Identified morphological features and differences in body structure of goalkeepers, defenders, midfielders and attackers, namely, goalkeepers are characterized by the greatest length, body weight, mass-growth index, longest torso and arms, the largest index of chest and limbs, arm length, legs, shoulders, forearms, thighs and legs and shoulder width. Whereas, attackers have the largest number of the smallest values of the studied indicators, at the same time, have a large index of limbs and a long torso. Summarizing the above, we can say that there are some differences between players of different roles, because during the game they perform different functions depending on the role, but it should be noted some common features of body structure such as a narrow pelvis, long legs. **Conclusions.** Analysis of scientific and methodological literature showed that one of the important criteria for training athletes in any sport is anthropometric data and the level of sportsmanship is due to a

large number of factors, among which a special place belongs to the body structure of the athlete; From the football players of different roles we examined, we can say that they have their own overall body size and characteristic differences depend on the game role; the morphological features of the physique of football players, which are necessary for each playing role, are quite clearly differentiated; total body size (weight, height and perimeter of the chest), in combination with partial links and proportions of the body can be used for the initial formation of game lines.

Keywords: morphological indicators; training process; football players; body proportions; game roles; model characteristics.

References

- Golomazov, S. (2003). Morphological features of highly qualified goalkeepers [Morphological indicators of model characteristics of football players]. *Theory and Practice futbola* [Theory and practice of football], no 2, 25-28. [In Russian].
- Bril', M.S. (1980). *Otbor v sportivnyh igrakh* [Selection in sports games]. M. : Fizkul'tura i sport. [In Russian].
- Godik, M.A. (2006). *Fizicheskaja podgotovka futbolistov* [Physical training of football players]. M. : Terra-sport, Olimpija press. [In Russian].
- Grubar, I.Ja. (2018). Harakterystyka pokaznykiv gemodynamiky futbolistiv-amatoriv do ta pislja fizychnogo navantazhennja [The characterization of hemodynamics of amateur football players before and after physical activity]. *Fizychna kul'tura, sport ta zdorov'ja nacii'* [Physical culture, sport and health of the nation], no 5, 368-373. doi: 10.31652/2071-5285-2018-5-24-367-372. [in Ukrainian].
- Grubar, I.Ja. (2012a). Morfologichni pokaznyky model'noi' harakterystyky futbolistiv [Morphological indicators of model characteristics of football players]. *IV Mizhnarodna naukovo-praktychna konferencija «Aktual'ni problemy rozvytku sportu dlja vsih: dosvid, dosjagnennja, tendencii'»* [Actual problems of sports development for all: experience, achievements, trends], 147-153. [in Ukrainian].
- Grubar, I.Ja. (2012b). Total'ni ta parcial'ni rozmiry lanok tila futbolistiv riznyh amplua [Total and partial dimensions of body parts of football players of different role]. *Teorija i praktyka fizychnogo vyhovannja* [Theory and practice of physical education], no 1, 128-134. [in Ukrainian].
- Dulibs'kyj, A.V. (2001). *Modeljuvannja taktychnyh dij u procesi pidgotovky junac'kyh komand z futbolu* [Simulation of tactical actions in the process of preparation of youth football teams]. Federacija futbolu Ukrai'ny.
- Lisenchuk, G.A. (1996). *Model'nye harakteristiki sorevnovatel'noj dejatel'nosti futbolistov vysokoj kvalifikacii na osnove analiza igr final'noj chasti chempionatov mira 1990 g. v Italii i v 1994 g. v SShA* [Model characteristics of competitive activity of football players of high qualification on the basis of analysis of games of the final part of the World Cups in 1990 in Italy and in 1994 in the USA]. Uchebnoe izdanie dlja trenerov. M. : Olimpijskaja literatura. [In Russian].
- Lisenchuk, G.A. (2003). *Upravlenie podgotovkoj futbolistov* [Management of football players' training]. M. : Olimpijskaja literatura. [In Russian].
- Martirosov, Je. (2004). Morfologicheskie osobennosti futbolistov vysokoj kvalifikacii raznyh amplua [Morphological features of football players of high qualification of different roles]. *Teorija i praktika futbola* [Theory and practice of football], no 3, 27-32. [In Russian].
- Marchenko, V.A. (1995). *Organizacija, planirovanie i upravlenie sportivnoj trenirovkoj futbolistov vysokoj kvalifikacii* [Organization, planning and management of sports training of high-qualification football players]. Har'kov. [in Ukrainian].
- Platonov, V.N. (1997). *Obshhaja teorija podgotovki sportsmenov v olimpijskom sporte* [General theory of sportsmen's preparation in Olympic sports]. Kiev : Olimpijskaja literatura. [in Ukrainian].
- Pshybyl'ski, Vojceh (1998). *Kompleksnyj kontrol' u systemi bagatorichnoi' pidgotovky futbolistiv dytjachogo ta junac'kogo viku* [Comprehensive monitoring in the system of long-term

- training of football players of child and youth age] (Kandydats'ka desertacija). Kyi'v, Ukrai'na. [in Ukrainian].
- Savastjanova, E.B. (1997). *Morfologicheskye osobennosti futbolystov na raznyh etapah sportyvnoj podgotovky*. Ryga : RGAFK. [in Latvia].
- Savka, V.G., Rad'ko, M.M., & Vorobjov, O.O. (2007). *Sportyvna morfologija* [Sports morphology]. Chernivci: Knygy – ННІ. [in Ukrainian].
- Shamardyn, V.N. (2002). *Modelyrovanye podgotovlennosti kvalyfyrovannyh futbolystov* [Modeling the training of qualified players]. Dnepropetrovsk : Porogy. [in Ukrainian].
- Shamardyn, V.N. (2012). *Tehnologyja podgotovky futbol'noj komandy vysshej kvalyfykacyu* [Technology of preparation of a football team of the highest qualification]. Dnepropetrovsk : Ynnovacyja. [in Ukrainian].

Відомості про авторів / Information about the Authors

Грубар Ірина Ярославівна: кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент кафедри теоретичних основ і методики фізичного виховання, ТНПУ ім. В. Гнатюка, вул. М. Кривоноса 2, м. Тернопіль, 46027, Україна.

Грубар Ирина Ярославовна: кандидат наук з фізического воспитания и спорта, доцент кафедры теоретических основ и методики физического воспитания, ТНПУ им. В. Гнатюка, ул. М. Кривоноса 2, г. Тернополь, 46027, Украина.

Iryna Hrubar: *candidate of Sciences in Physical Education and Sports, Associate Professor of the Department of Theoretical Foundations and Methods of Physical Education, TNPU. V. Hnatyuka, vul. M. Kryvonosa 2, m. Ternopil', 46027, Ukraine.*

<https://orcid.org/0000-0002-0809-1299>

E-mail: hrubar@ukr.net

Грабик Надія Михайлівна: кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент кафедри теоретичних основ і методики фізичного виховання, ТНПУ ім. В. Гнатюка, вул. М. Кривоноса 2, м. Тернопіль, 46027, Україна.

Грабык Надежда Михайловна: кандидат наук з фізического воспитания и спорта, доцент кафедры теоретических основ и методики физического воспитания, ТНПУ им. В. Гнатюка, ул. М. Кривоноса, 2, г. Тернополь, 46027, Украина.

Nadia Grabyk: *candidate of Sciences in Physical Education and Sports, Associate Professor of the Department of Theoretical Foundations and Methods of Physical Education, TNPU. V. Hnatyuka, vul. M. Kryvonosa 2, Ternopil, 46027, Ukraine.*

<https://orcid.org/0000-0002-8882-9782>

E-mail: ngrabyk@gmail.com

Методика підвищення рівня загальної фізичної підготовленості студентів-футболістів, які займаються в групах Підвищення спортивної майстерності

Кравченко І. М., Гладов В. В., Прокопова Л. І.

Сумський державний педагогічний університет імені А. С. Макаренка

Анотація. На основі систематизації та аналізу літературних даних і передового педагогічного досвіду вивчено методики різних авторів, які впливають на розвиток фізичних якостей футболістів. У результаті дослідження встановлено, що розроблена експериментальна методика, яка базується на систематичному застосуванні фізичних вправ аеробно-анаеробного характеру, є ефективною та призвела до підвищення рівня фізичної підготовленості студентів-футболістів, які займаються в групах ПСМ. **Мета:** обґрунтування й доведення ефективності експериментальної методики підвищення рівня фізичної підготовленості студентів-футболістів, які займаються в групах ПСМ. **Матеріал і методи.** Педагогічний експеримент проводився на базі Навчально-наукового інституту фізичної культури Сумського державного педагогічного університету імені А. С. Макаренка. У дослідженні взяли участь спортсмени збірної ННІФК різної кваліфікації віком від 17 до 21 року зі стажем тренувань 4-6 років. Під час експерименту нами були використані наступні методи дослідження: теоретичного аналізу й узагальнення даних науково-методичної літератури та документальних матеріалів, педагогічне тестування, педагогічний експеримент, методи математичної статистики. **Результати.** Розроблена нами експериментальна методика складалася з чотирьох блоків: вправи на розвиток загальної витривалості, силової, швидкісної та швидкісно-силової. Основним засобом розвитку аеробної витривалості був кросовий біг, тривалість якого коливалася від 15-20 до 60 хв. при ЧСС 150 уд/хв. Засобами розвитку швидкісно-силової витривалості слугували вправи в ударах по м'ячу на силу і точність, в однокориставках партнерів за м'яч. Для розвитку швидкісної витривалості застосовували прискорення по 15-30м з відпочинком від 15с до 30с. Після застосування розробленої нами методики результат бігу на 30м з високого старту до проведення експерименту становив $4,36 \pm 0,08$ с, а після експерименту покращився до $4,05 \pm 0,05$ с, тобто на 7,6%. В човниковому бігу 7x50м до проведення експерименту результат становив $60,7 \pm 0,43$ с, а після експерименту покращився до $56,6 \pm 0,48$ с, тобто зріс на 7,2%. Результати в тесті стрибок у довжину з місця мали приріст після впровадження методики, що склав – 4,3%. **Висновки.** У результаті аналізу літературних джерел було встановлено, що фізичні вправи є одним із основних засобів не лише розвитку й удосконалення фізичних якостей, але й сприяють покращенню техніко-тактичних дій спортсменів. У результаті дослідження встановлено, що розроблена нами експериментальна методика, яка базується на систематичному застосуванні вправ аеробно-анаеробного характеру, які є її складниками, є ефективною та призвела до підвищення рівня фізичної підготовленості студентів-футболістів, які займаються в групах ПСМ.

Ключові слова: футбол; фізична підготовленість; студенти; тренувальний процес.

Вступ. Сьогодні велика увага науковців всього світу приділяється пошуку шляхів удосконалення фізичної та техніко-тактичної підготовки спортсменів під час їх навчання у закладах вищої освіти. В нашій країні одним з дієвих

напрямів рішення даної проблеми є формування груп підвищення спортивної майстерності з різних видів спорту. Студентські універсиади є лише одним із багатьох заходів мотивації студентів до відвідування занять у групах ПСМ.

За останні роки істотно збільшилась кількість команд на студентських універсиадах. За даними І. М. Скрипки, М.

Б. Чхайло, І. М. Кравченко, В. В. Гладова (Скрипка, Чхайло, Кравченко, & Гладова, 2019), серед багатьох видів спорту футбол завжди був і залишається одним з найпопулярніших видів спорту серед студентської молоді. С. І. Степанюком (Степанюк, 2016), Г. Б. Гученко та І. М. Скрипкою (Гученко & Скрипка, 2016), було висвітлено проблему формування й удосконалення всіх сторін підготовки студентів-спортсменів, а також вивчалося питання, як заняття в групах ПСМ впливають на рішення цієї проблеми. Наукові фахівці І. М. Коваленко, В. О. Лапицький (Коваленко, & Лапицький, 2018) вказують на необхідність вивчення історії розвитку міжнародного та національного студентського спорту з метою вирішення проблем спорту серед студентів ЗВО.

Актуальність роботи полягає в раціональному використанні доступних для футболістів групи підвищення спортивної майстерності спеціальних вправ в процесі їх підготовки, з метою підвищення їх фізичної підготовленості, і тим самим покращення техніко-тактичної підготовки під час навчання в ЗВО.

Невпинно зростаючий рівень досягнень українських студентських команд, а також напружена конкуренція на світовій арені змушують вчених шукати нові шляхи підвищення якості підготовки кваліфікованих спортсменів під час навчання у ЗВО. Та на жаль, проблемами організації спортивного руху серед студентів займається незначна кількість науковців: (Скрипка, Чхайло, Кравченко, & Гладов, 2019; Таможанская, 2016).

У своїх роботах такі вчені, як В. В. Николаенко (Николаенко, 2014), Т. Панчук, Р. Ковальчик (Панчук, & Ковальчик, 2013), В. М. Костюкевич (Костюкевич, 2014), приділяють увагу дослідженням висококваліфікованих спортсменів. Легкоатлетичні види спорту вивчав Р. Ф. Ахметов (Ахметов, 2004), біатлон Е. В. Колосова, Т. А. Халявка (Колосова, & Халявка, 2015), дзюдо І.М. Коваленко, О.М. Гончаренко (Коваленко, Гончаренко, 2016), стрільбу з луку І. М. Скрипка, В. О. Лапицький,

В. І. Гончаренко, Є. В. Солоненко (Скрипка, Лапицький, Гончаренко, & Солоненко, 2019), акробатику В. М. Вілянський, Н. В. Бачинська (Вілянський, & Бачинська, 2019). Але дослідженням, які присвячені розвитку спортивних ігор, особливо студентському футболу (футзалу) в групах ПСМ приділяється недостатньо уваги.

У зв'язку з цим недостатня розробленість даної проблеми є актуальною і потребує подальшої розробки.

Мета дослідження: обґрунтування й доведення ефективності експериментальної методики підвищення рівня фізичної підготовленості студентів-футболістів, які займаються в групах ПСМ.

Завдання дослідження:

1. Проаналізувати науково-методичну літературу щодо побудови тренувальних занять для розвитку й удосконалення фізичних якостей спортсменів-футболістів.
2. Розробити методику підвищення рівня фізичної підготовленості студентів-футболістів, які займаються в група ПСМ.
3. Експериментально перевірити розроблену методику підвищення рівня фізичної підготовленості студентів-футболістів, які займаються в група ПСМ.

Матеріал і методи дослідження: Педагогічний експеримент проводився на базі Навчально-наукового інституту фізичної культури Сумського державного педагогічного університету імені А. С. Макаренка. У дослідженні взяли участь спортсмени збірної ННІФК різної кваліфікації віком від 17 до 21 року зі стажем тренувань 4-6 років. Всього в експерименті взяли участь 20 юнаків. Під час експерименту нами були використані наступні методи дослідження: теоретичного аналізу й узагальнення даних науково-методичної літератури та документальних матеріалів, педагогічне тестування, педагогічний експеримент, методи математичної статистики.

Результати дослідження та їх обговорення. На початковому етапі констатувального експерименту було визначено рівень фізичної підготовленості

студентів-футболістів, які займаються в групах ПСМ. На основі одержаних даних нами було встановлено, що 8% студентів-футболістів мають низький рівень; 21% – нижчий від середнього; 35% – середній; 32% – вищий від середнього; 3% – високий.

Упродовж експерименту досліджувані займалися за експериментальною методикою 5 разів на тиждень по 1,0-1,5 години упродовж навчального року. Кожне заняття складалося з трьох частин: підготовчої – (15-20 хв.), основної – (30-50 хв.) та заключної (15-20 хв). На заняттях розвивали фізичні якості комплексно.

Експериментальну методику ми розподілили на чотири блоки.

Перший блок – це вправи для розвитку загальної витривалості. Застосовували загально-підготовчі, спеціально-підготовчі, змагальні та допоміжні вправи. Вправи виконували при повній мобілізації можливостей організму і з середнім та великим ступенем стомлення.

Основною вправою для розвитку загальної витривалості був кросовий біг, тривалість якого коливалася від 15-20хв. до 60хв. Рельєф дистанції та інтенсивність роботи підбиралися таким чином, щоб ЧСС була в межах 140-160 уд/хв.

До другого блоку експериментальної методики ми включили вправи змішаної спрямованості, які впливають на вдосконалення двох функцій: аеробної і анаеробної. До них ми віднесли:

- 1) кросовий біг по пересіченій місцевості з великою інтенсивністю;
- 2) фартлек (біг з періодичною зміною лідера, причому кожен лідер задавав свій темп);
- 3) повторний біг з інтенсивністю 80-90% і тривалістю 2-3 хвилини;
- 4) перемінний біг з варіюванням швидкості від 30-50% до 90% від МПК, тривалістю 20-25 хвилин.

При вдосконаленні аеробних можливостей студентів-футболістів виявилася робота з бігу на короткі дистанції з великою кількістю повторень та високою інтенсивністю і з невеликими

інтервалами відпочинку (сумарний обсяг навантаження складав 20-30хв). Компоненти навантаження були наступними:

- 1) інтенсивність роботи 75-85% від максимальної при ЧСС 180 уд/хв;
- 2) довжина відрізків підбиралася такою, щоб тривалість роботи не перевищувала 1,5 хв. У цьому випадку робота проходила в умовах «кисневого боргу», а максимум споживання кисню спостерігався під час відпочинку (3-4 хв).
- 3) характер відпочинку застосовувався – активний: ведення м'яча, жонгливання, дріботливий біг.
- 4) кількість повторень залежала від індивідуальних особливостей спортсменів. Відновлена ЧСС становила 120-140 уд/хв.

Вправи для вдосконалення витривалості використовували як упродовж заняття, так і під час проведення його окремих частинах. Найбільший їх обсяг використовували у підготовчому періоді тренування.

Третій блок був представлений засобами розвитку силової витривалості. Нами були запропоновані вправи на силу і точність при здійсненні ударів м'ячем по воротах та біля тренувальної стінки, в боротьбі партнерів при відборі м'яча у підкаті, при обведеннях, введеннях м'яча тощо.

До четвертого блоку ми включили вправи для розвитку швидкісної витривалості. Застосовували відрізки по 15-30м. Сумарна кількість відрізків у занятті складала 20-30р. Вправи виконували серіями (6-8) по 3-5 повторень у кожному підході. Між серіями використовували вправи на розслаблення та розтягнення м'язів і зв'язок. Відновлена ЧСС становила 140 уд/хв.

Результати впровадження експериментальної методики представлені в табл. 1.

Таким чином можна констатувати, що результат бігу на 30м з високого старту до проведення експерименту становив $4,36 \pm 0,08$ с, а після експерименту покращився до $4,05 \pm 0,05$ с, тобто на 7,6%. В човниковому бігу 7х50м до проведення експерименту результат становив

60,7±0,43с, а після експерименту покращився до 56,6 ± 0,48с, тобто зріс на 7,2%. Результат 5-кратного стрибка з місця до експерименту становив 12,48±0,05м, після експерименту покращився на 3,2% і становив 12,52±0,07м, результат тесту бігу

за 12 хвилин до експерименту становив після експерименту покращився на 6,1%. Результати в тесті стрибок у довжину з місця мали приріст після впровадження методики, що склав – 4,3%

Таблиця 1

Результати зміни показників фізичної підготовленості студентів-футболістів на початку та в кінці експерименту (n=20)

№	Тести	$\bar{X}_{n \pm m_n}$	$\bar{X}_{k \pm m_k}$	p(0,05)	D, %
1	Біг 30м з високого старту, с	4,36±0,08	4,05±0,05	< 0,05	7,6
2	5-кратний стрибок з місця, м	12,48±0,05	12,52±0,07	> 0,05	3,2
3	Стрибок у довжину з місця, см	278,2±1,22	290,8±1,34	> 0,05	4,3
4	Човниковий біг 7x50 м, с	60,7±0,43	56,6±0,48	< 0,05	7,2
5	12 хвилинний біг, м	3162±6,06	3370±6,04	< 0,05	6,1

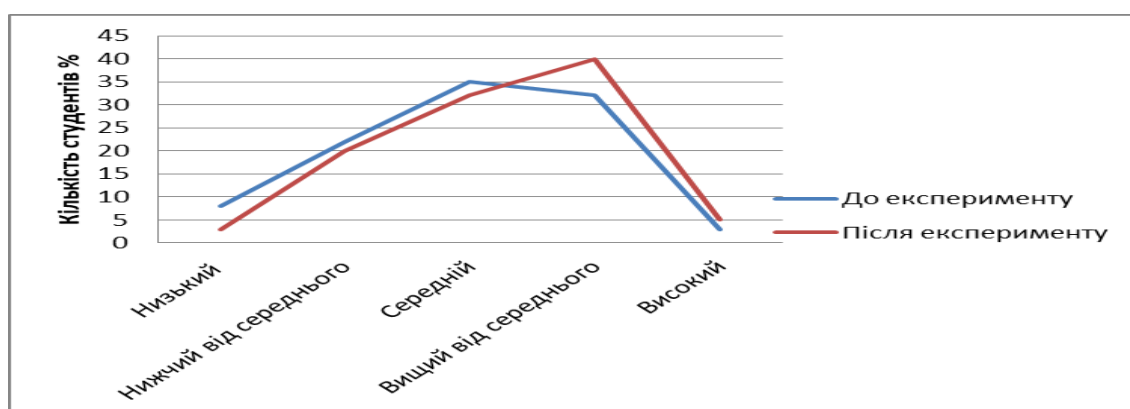


Рис.1. Динаміка зміни рівня фізичної підготовленості студентів-футболістів до і після експерименту

Висновки. У результаті аналізу літературних джерел було встановлено, що фізичні вправи є одним із основних засобів не лише розвитку й удосконалення фізичних якостей, але й сприяють покращенню техніко-тактичних дій спортсменів. У результаті дослідження встановлено, що розроблена нами експериментальна методика, яка базується на систематичному застосуванні вправ аеробно-анаеробного характеру, які є її складниками, є ефективною та призвела до підвищення рівня фізичної підготовленості студентів-футболістів, які займаються в групах ПСМ.

Перспективи подальших досліджень у даному напрямку вбачаються у розробці програми зі спеціальної фізичної підготовки для футболістів збірної команди університету.

Конфлікт інтересів. Автори відзначають, що не існує ніякого конфлікту інтересів.

Джерела фінансування. Ця стаття не отримала фінансової підтримки від державної, громадської або комерційної організації.

СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ

Гученко, Г.Б. (2018). Рухливі ігри як засіб підвищення рухової активності студенток педагогічних спеціальностей. *Науковий часопис НПУ М.П. Драгоманова*, 3К(97), 167-171.

- Вілянський, В.М., & Бачинська, Н.В. (2019). Особливості психофізіологічних показників висококваліфікованих спортсменів з урахуванням статевого диморфізму (на прикладі карате та спортивної акробатики). *Єдиноборства*, 4(14), 52-61. doi:10.15391/ed.2019-4.04
- Костюкевич, В.М. (2014). *Теорія і методика спортивної підготовки (на прикладі командних ігрових видів спорту)*. Вінниця: Планер.
- Костюкевич, В.М., Шамардін, В.М., Воронова, В.І., & Догадайло, В.Г. (2015). *Футбол: навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких спортивних шкіл олімпійського резерву та шкіл вищої спортивної майстерності*. Київ: Республіканський науково-методичний кабінет.
- Коваленко, І.М. (2017). Ефективність впливу розробленої методики на техніко-тактичну підготовку воротарів у фут залі. *Зб. наук.праць Фізична культура, спорт та здоров'я нації*, 2, 84-86.
- Коваленко, І.М., & Гончаренко О.М. (2016). Взаимосвязь показателей общей и специальной физической подготовленности студентов-дзюдоистов. *Международна очно-заочна науково-практическа конференція «Инновационные технологии в физическом воспитании, спорте и физической реабилитации»*, Минск, 23-27.
- Скрипка, І.М., Чхайло, М.Б., Кравченко, І.М., & Гладов, В.В. (2019). Удосконалення техніко-тактичної підготовки футболістів групи підвищення спортивної майстерності. *Pedagogy and Psychology Scienc and Education a New Dimension. Pedagogy and Psychology*, VII(23), Issue: 193, 73-77. doi.org/10.31174/send-nt2019-193vii23-18.
- Скрипка, І.М., Лапицький, В.О., Гончаренко, В.І., & Солоненко, Є.В (2019). Особливості спортивної підготовки студентів-лучників у групах підвищення спортивної майстерності. *Pedagogy and Psychology Scienc and Education a New Dimension. Pedagogy and Psychology*, VII (78), 67-69. doi.org/10.31174/SEND-PP2019-197VII79-14.
- Николаенко, В.В. (2014). Тренировочный процесс в системе многолетней подготовки юных футболистов: сравнительный анализ. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова*, 3(46)14, 51-58.
- Панчук, Т. & Ковальчик, Р. (2013). Оцінка структури гри та змагальних навантажень у міні-футболі як важливий чинник для раціональної побудови тренувального процесу та профілактики спортивних травм. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова*, 5(30), 185-190
- Таможанська, Г.В. & Школа, О.М. (2016). Обґрунтування програми позааудиторних занять міні-футболом студенток університетів. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*, 4, 35-41. doi:10.15561/18189172.2016.0406.

Стаття надійшла до редакції: 12.05.2020.

Опубліковано: 01.06.2020

Анотація. *Кравченко І. Н., Гладов В. В., Прокопова Л. І. Методика підвищення рівня загальної фізичної підготовленості студентів-футболістів, які займаються в групах Підвищення спортивного мистецтва. На основі систематизації та аналізу літературних даних та передового педагогічного досвіду вивчені методики різних авторів, які впливають на розвиток фізичних якостей футболістів. В результаті дослідження встановлено, що розроблена експериментальна методика, яка базується на систематичному застосуванні фізичних вправ аеробно-анаеробного характеру, є ефективною та привела до підвищення рівня фізичної підготовленості студентів-футболістів, які займаються в групах ПСМ. **Ціль:** обґрунтування та доведення ефективності експериментальної методики підвищення рівня фізичної підготовленості студентів-футболістів, які займаються в групах ПСМ. **Матеріал і методи.** Педагогічний експеримент проводився на базі навчально-наукового інституту фізичної культури Сумського державного педагогічного університету імені А. С. Макаренка. В*

исследовании приняли участие спортсмены сборной УНИФК разной квалификации в возрасте от 17 до 21 года со стажем тренировок 4-6 лет. Во время эксперимента нами были использованы следующие методы исследования: теоретический анализ и обобщение данных научно-методической литературы и документальных материалов, педагогическое тестирование, педагогический эксперимент, методы математической статистики. **Результаты.** Разработанная нами экспериментальная методика состояла из четырех блоков: упражнения на развитие общей выносливости, силовой, скоростной и скоростно-силовой. Основным средством развития аэробной выносливости был кроссовый бег, продолжительность которого колебалась от 15-20 до 60 мин. при ЧСС 150 уд/мин. Средствами развития скоростно-силовой выносливости служили упражнения в ударах по мячу на силу и точность, в единоборстве партнеров за мяч. Для развития скоростной выносливости применяли ускорение на 15-30м с отдыхом от 15с до 30с. После применения разработанной нами методики результат в беге на 30м с высокого старта к проведению эксперимента составлял $4,36 \pm 0,08с$, а после эксперимента улучшилось до $4,05 \pm 0,05с$, то есть на 7,6%. В челночном беге 7x50м до проведения эксперимента результат составил $60,7 \pm 0,43с$, а после эксперимента улучшился до $56,6 \pm 0,48с$, то есть вырос на 7,2%. Результаты в тесте прыжок в длину с места имели прирост после внедрения методики, на 4,3%. **Выводы.** В результате анализа литературных источников было установлено, что физические упражнения являются одним из основных средств не только развития и совершенствования физических качеств, но и способствуют улучшению технико-тактических действий спортсменов. В результате исследования установлено, что разработанная нами экспериментальная методика, которая базируется на систематическом применении упражнений аэробно-анаэробного характера, являющиеся ее составляющими частями, являются эффективной и привела к повышению уровня общей физической подготовленности студентов-футболистов, которые занимаются в группах ПСМ.

Ключевые слова: футбол; физическая подготовка; студенты; тренировочный процесс.

Abstract. *Kravchenko Igor, Gladov Vladimir, Prokopova Lyudmila Methodology for general increasing the level of physical training of football students who are engaged in ISS groups. On the basis of systematization and analysis of literary data and pedagogical advanced experience methodologies of different authors that influence on development of physical qualities of footballers are studied. It is set as a result of research, that the worked out experimental methodology that is based on systematic application of physical exercises of aerobically-anaerobic character is effective and resulted in the increase of level of physical preparedness of students-footballers that occupy in the groups of PSM. Objective: ground and leading to of efficiency of experimental methodology of increase of level of physical preparedness of students-footballers that occupy in the groups of PSM. Material and Methods: a pedagogical experiment was conducted on the base of educational-scientific institute of physical culture of the Sumy state pedagogical university of the name A. S. Makarenko. In research the sportsmen of the combined team of the NNIFK of different qualification took part in age from 17-21 to with experience of training 4-6. During an experiment we used the next methods of research: theoretical analysis and generalization of data of scientifically-methodical literature and documentary materials, pedagogical testing, pedagogical experiment, methods of mathematical statistics. Results: The experimental method we developed consisted of four blocks: exercises for the development of general endurance, strength, speed and speed-force. The main means of developing aerobic endurance was cross-country running, whose duration ranged from 15-20 to 60 minutes. at heart rate of 150 beats / min. Means of development of speed-force endurance were exercises in blows on a ball on a force and accuracy, in single fights of partners for a ball. For the development of speed endurance used acceleration of 15-30m with rest from 15s to 30s. After applying the technique we developed, the result of running 30m from a high start before the experiment was $4.36 \pm 0.08s$, and after the experiment improved to $4.05 \pm 0.05s$, ie 7.6%. In the 7x50m shuttle run before the*

experiment, the result was $60.7 \pm 0.43s$, and after the experiment improved to $56.6 \pm 0.48s$, ie increased by 7.2%. The results in the long jump from the test had an increase after the introduction of the method, which amounted to 4.3%. **Conclusions.** It was set as a result of analysis of literary sources, that physical exercises are one of the fixed assets of not only development and perfection of physical qualities but also assist the improvement of мехнико-макміческх actions of sportsmen. It is set as a result of research, that the experimental methodology that is based on systematic application of exercises of aerobically-anaerobic character worked out by us, being her components, are effective and resulted in the increase of level of physical preparedness of students-footballers that займаються in зпунax PSM.

Keywords: football; physical training; students; training process.

References

- Huchenko, H.B. (2018). Rukhlyvi ihry yak zasib pidvyshchennya rukhovoyi aktyvnosti studentok pedahohichnykh spetsial'nostey [Motivational games as a means of increasing the motor activity of female students of pedagogical specialties]. *Naukovyy chasopys NPU M.P. Drahomnova* [Scientific journal of NPSU MP Dragomnova], no.3K(97), 167-171. [in Ukrainian].
- Vilyans'kyy, V.M., & Bachyns'ka, N.V. (2019). Osoblyvosti psykhofiziologichnykh pokaznykiv vysokokvalifikovanykh sport-smeniv z urakhuvannyam statevoho dymorfizmu (na prykladi karate ta sportyvnoyi akrobatyky) [Features of Psychophysiological Indicators of Highly Qualified Athletes, Taking into account Sexual Dimorphism (on the Example of Karate and Sports Acrobatics)]. *Yedynoborstva* [Martial arts], no. 4(14), 52-61. doi:10.15391/ed.2019-4.04. [in Ukrainian].
- Kostyukevych, V.M. (2014). *Teoriya i metodyka sportyvnoyi pidhotovky (na prykladi komandnykh ihrovnykh vydiv sportu)* [Theory and methodology of sports training (for example, team play sports)]. Vinnytsya: Planer. [in Ukrainian].
- Kostyukevych, V.M., Shamardin, V.M, Voronova, V.I., & Dohadaylo, V.H. (2015). *Futbol: navchal'na prohrama dlya dytyacho-yunats'kykh sportyvnykh shkil, spetsializovanykh dytyacho-yunats'kykh sportyvnykh shkil olimpiys'koho rezervu ta shkil vyshchoyi sportyvnoyi maysternosti* [Football: Curriculum for Junior Sports Schools, Specialized Olympic Reserve Sports Schools and Schools of Higher Sport]. Kyiv: Respublikans'kyy naukovometodychnyy cabinet. [in Ukrainian].
- Kovalenko, I.M. (2017). Efektyvnist' vplyvu rozroblenoyi metodyky na tekhniko-taktychnu pidhotovku vorotariv u fut zali [Efficiency of the influence of the developed methodology on the technical and tactical training of goalkeepers in the foot room.]. *Zb. nauk.prats' Fizychna kul'tura, sport ta zdorov'ya natsiyi* [Coll. Physical Culture, Sports and Health of the Nation], no. 2, 84-86. [in Ukrainian].
- Kovalenko, I.M., & Honcharenko, O.M. (2016). Vzaymosvyaz' pokazateley obshchey y spetsyal'noy fizycheskoy podhotovlennosti studentov-dzyudoystov [Interrelation of indicators of general and special physical fitness of students of judo]. *Mezhdunarodna ochno-zaochna nauchno-praktycheskaya konferentsyya «Ynnovatsyonnye tekhnolohyy v fizycheskom vospytanyy, sporte y fizycheskoy reabylytatsyy»* [The international full-time correspondence scientific-practical conference "Innovative technologies in physical education, sports and physical rehabilitation], 23-27. [in Belarus].
- Skrypka, I.M., Chkhaylo, M.B., Kravchenko, I.M., & Hladov, V.V. (2019). Udoskonalennya tekhniko-taktychnoyi pidhotovky futbolistiv hrupy pidvyshchennya sportyvnoyi maysternosti. [Improvement of technical and tactical training of players of the group to improve their sports skills]. *ScienceandEducation a New Dimension. NaturalandTechnicalSciences*, no. VII(23), 73-77. doi.org10.31174send-nt2019-193vii23-18. [in Ukrainian].
- Skrypka, I.M., Lapyts'kyy, V.O., Honcharenko, V.I., & Solonenko, YE.V. (2019). Osoblyvosti sportyvnoyi pidhotovky studentiv-luchnykiv u hrupakh pidvyshchennya sportyvnoyi maysternosti [Features of athletic training of archer students in groups for enhancing athletic

skills] *Pedagogy and Psychology Scienc and Education a New Dimension. Pedagogy and Psychology*, no.VII (78), 67-69. doi.org/10.31174/SEND-PP2019-197VII79-14. [in Ukrainian].

Nykolaenko, V.V. (2014). Trenyrovochnyy protsess v systeme mnoholetney podgotovky yunykhn futbolystov: sravnytel'nyy analiz [The training process in the system of long-term training of young football players: a comparative analysis.]. *Naukovyy chasopys NPU imeni M. P. Drahomanova* [Dragomanov, K.: Journal of NPU. MP Dragomanov], no. 3 (46)14, 51-58. [in Ukrainian].

Panchuk, T. & Koval'chuk, R. (2013). Otsinka struktury hry ta zmahal'nykh navantazhen' u mini-futboli yak vazhlyvyu chynnyk dlya ratsional'noyi pobudovy trenuval'noho protsesu ta profilaktyky sportyvnykh travm [Assessment of game structure and competitive load in mini-football as an important factor for rational construction of training process and prevention of sports injuries]. *Naukovyy chasopys NPU imeni M. P. Drahomanova* [Scientific journal of NPU named after MP Dragomanov], no. 5 (30). 185-190. [in Ukrainian].

Tamozhans'ka, H.V. & Shkola O.M. (2016). Obgruntuvannya prohramy pozaaudytornykh zanyat' mini-futbolom studentok universytetiv [Substantiation of the program of out-of-class mini-football classes of university students]. *Pedahohika, psykholohiya ta medyko-biolohichni problemy fizychnoho vykhovannya i sportu* [Pedagogy, Psychology and Biomedical Problems of Physical Education and Sport], no.4, 35-41. doi:10.15561/18189172.2016.0406 [in Ukrainian].

Відомості про авторів / Information about the Authors

Кравченко Ігор Миколайович: *Старший викладач; Сумський державний педагогічний університет імені А.С.Макаренка: вул. Роменська, 87, 40009. Україна.*

Кравченко Ігорь Николаевич: *старший преподаватель; Сумской государственной педагогический университет имени А.С.Макаренка: ул. Роменская, 87,40009, Украина.*

Kravchenko Igor: Phd (Physical Education and Sport), Senior Lecturer; Sumy State Pedagogical University named after A. S. Makarenka: Romenskaya str. 87, Sumy, 40009, Ukraine.

<https://orcid.org/0000-0003-4715-4130>

E-mail: igorkravchenko2020@gmail.com

Гладов Володимир Васильович: *Старший викладач; Сумський державний педагогічний університет імені А.С.Макаренка: вул. Роменська, 87, 40009. Україна.*

Гладов Владимир Васильевич: *старший преподаватель; Сумской государственной педагогический университет имени А.С.Макаренка: ул. Роменская, 87,40009, Украина.*

Gladov Vladimir: Phd (Physical Education and Sport), Senior Lecturer; Sumy State Pedagogical University named after A. S. Makarenka: Romenskaya str. 87, Sumy, 40009, Ukraine.

<https://orcid.org/0000-0003-1567-2785>

E-mail: vladimirgladov2020@gmail.com

Прокопова Людмила Іванівна: *Старший викладач; Сумський державний педагогічний університет імені А.С.Макаренка: вул. Роменська, 87, 40009. Україна.*

Прокопова Людмила Ивановна: *старший преподаватель; Сумской государственной педагогический университет имени А.С.Макаренка: ул. Роменская, 87,40009, Украина.*

Prokopova Lyudmila: Phd (Department of theory and methodology of physical culture) Senior Lecturer; Sumy State Pedagogical University named after A. S. Makarenka: Romenskaya str. 87, Sumy, 40009, Ukraine.

<https://orcid.org/0000-0002-3731-0729>

E-mail: milaprokopova32@gmail.com

Спортивні ігри у професійному становленні студентів економічного профілю

Остапенко Ю. О., Остапенко В. В.

Сумський державний університет

Анотація. Для ефективного розвитку системи фізичного виховання, підготовки студентської молоді до майбутньої професійної діяльності необхідне посилення якості навчального процесу з професійно-прикладної фізичної підготовки. Одним із напрямів покращення процесу ППФП є формування нових підходів, з використанням популярних спортивних ігор, які сприяють розвитку фізичних і психофізіологічних якостей, необхідних у майбутній професійній діяльності. **Мета дослідження** полягає у визначенні мотиваційних інтересів студентів до занять спортивними іграми, та особливостей впливу ігрових видів спорту на розвиток професійно важливих фізичних і психофізіологічних якостей у процесі навчання студентів. **Матеріал та методи дослідження.** Методом анкетування визначено мотиваційні інтереси студентів I - IV курсів до занять спортивними іграми. Для визначення ефективності впливу занять спортивними іграми на розвиток професійно важливих фізичних і психофізіологічних якостей нами досліджувалися три групи спортсменів, які займаються різними ігровими видами спорту і група фахівців економічних спеціальностей у кількості 15 чол., стаж роботи яких, складає більше 10 років. Група студентів, яка займається баскетболом, нараховувала 12 осіб, волейболом 14, футболом 11. Для визначення контрольних результатів з фізичної підготовленості нами використовувалися наступні: вис на зігнутих руках, піднімання тулуба з положення лежачі, перехресні рухи руками. Реєстрація результатів за психофізіологічними тестами: проста зорово-моторна реакція, зорово – моторна реакція вибору, кількість набраних знаків за тестом «Stamina» відбувалася на комп'ютерному діагностичному комплексі «НС – Психотест». Критерієм для оцінки позитивного впливу занять спортивними іграми стало порівняння отриманих показників з фізичної і психофізіологічної підготовки студентів, які займаються ігровими видами спорту з результатами тестування досвідчених фахівців економічного профілю. **Результати дослідження.** Порівняльний аналіз підсумкових результатів тестування фізичних і психофізіологічних якостей студентів, які займаються ігровими видами спорту і фахівців економічного напрямку, переконливо вказує на доцільність використання засобів спортивних ігор у процесі підготовки до майбутньої професійної діяльності. **Висновки.** Визначено позитивну динаміку змін показників у зацікавленості до занять спортивними іграми студентів у закладі вищої освіти. Кількість студентів, які бажають займатися бадмінтоном, збільшилася у порівнянні з 2018 н.р. на 1,36 %, баскетболом – на 5,18 %, волейболом – на 4,53 %, гандболом – на 1,89 %, кількість бажаючих займатися футболом – зросла на 10,58 %. Порівняльний аналіз результатів дослідження фізичної і психофізіологічної підготовленості студентів, які займаються ігровими видами спорту з модельними результатами спеціалістів, дає можливість стверджувати про доцільність використання спортивних ігор та їх елементів у процесі фізичного виховання студентів та буде сприяти якісній, більш ефективній професійній підготовці майбутніх фахівців економічних спеціальностей.

Ключові слова: спортивні ігри; фізичне виховання; фізичні і психофізіологічні якості; студенти.

Вступ. Впровадження європейських стандартів навчання, соціально-економічні зміни, вимагають негайної реорганізації фізичного розвитку, підвищення рівня

системи професійної освіти України, яка має забезпечити кожному студентові можливість для гармонійного, духовного і фізичного розвитку, підвищення рівня життєдіяльності, який відповідає сучасним світовим стандартам.

Збереження і зміцнення здоров'я студентів сьогодні є невід'ємною складовою частиною процесу фізичного виховання у закладах вищої освіти України.

Глобальна інформатизація, комп'ютеризація сучасного суспільства, обмеження рухової активності призвела до критичного зниження рівня фізичного здоров'я студентської молоді, тому завдання сучасної системи фізичного виховання полягає у підвищенні рівня фізичного здоров'я, фізичної підготовленості і працездатності, на основі більш ефективної реалізації традиційних засобів фізичного виховання.

Перед викладачами кафедр фізичного виховання недостатньо вирішено завдання, зробити активну рухову діяльність більш осмисленою, цілеспрямованою, яка відповідає майбутній професійній діяльності, підготовки студента до сучасних соціальних умов життя. Одним із важливих чинників підвищення інтересу студентів до занять руховою активністю є можливість вибору її видів, де перевага зазвичай віддається спортивним іграм.

Водночас, не можна недооцінювати значення ігрових видів спорту у фізичному вихованні, адже гра ще з дитячого віку є основним видом діяльності, засобом підготовки до життя і праці. Урахування індивідуальних потреб до вибору форм рухової активності є одним із істотних факторів у формуванні мотивації до систематичних занять фізичною культурою, оздоровлення, професійного становлення майбутнього фахівця.

У цьому контексті дослідження мотиваційних інтересів студентів до занять спортивними іграми, особливостей впливу ігрових видів спорту на розвиток професійно важливих якостей у процесі навчання в закладах вищої освіти є актуальним і потребує подальшого дослідження.

За даними вітчизняних дослідників (Футорний, & Рудницький, 2013) 90 % студентської молоді мають відхилення у стані здоров'я, більше 50 % студентів мають низький рівень фізичної

підготовленості (Дубинська, 2014; Остапенко, 2015), а більше половини студентів закладів вищої освіти фізично не спроможні якісно працювати з тією інтенсивністю, якої вимагають ринкові умови життя. Ряд авторів, зокрема (Грибан, 2014; Пилипей, & Шаповал, 2013; Круцевич, Пангелова 2016; В. В. Остапенко, & Ю. О. Остапенко, 2019) відмічають, що діюча в наш час організація фізичного виховання у вузах малоефективна, не задовольняє природну біологічну потребу студентської молоді в руховій активності, не забезпечує студентів необхідним рівнем здоров'я, не в змозі ефективно впливати на підвищення рівня психофізіологічної та професійної готовності майбутніх випускників до майбутньої виробничої діяльності та подальшого життя і потребує вдосконалення. Авторами (Пилипей, & Шаповал, 2013; Грибан, 2014; Круцевич, & Пангелова, 2016) доведено про рушійну силу рухової активності, недолік якої призводить до зниження загальної і розумової працездатності, швидкої стомлюваності, підвищення нервово-емоційного збудження, концентрації уваги, мобільності нервових процесів.

Ключову роль у професійному становленні майбутнього фахівця відіграє процес фізичного виховання, до змісту якого входять програми з ігрових видів спорту. В умовах сьогодення у закладах вищої освіти спостерігається свідоме прагнення до вільного вибору рухової активності, зокрема спортивними іграми.

Заняття спортивними іграми сприяють гармонійному розвитку особистості, відрізняються від інших видів спорту (Горобей, Чалий, Дерябкіна, & Самійленко, 2018), високою емоційністю при проведенні практичних занять, непередбаченою зміною ігрових ситуацій, доступністю, різнобічністю впливу навантаження на організм тих, хто займається. Спортивні ігри, як засіб фізичного виховання отримав широке практичне використання в закладах вищої освіти.

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами.

Дослідження виконано згідно Зведеного плану НДР у сфері фізичного виховання і спорту на 2016-2021 рр. Міністерства освіти, молоді та спорту за темою: «Професійно-прикладна фізична підготовка студентів» (N0116U006733).

Мета роботи. Полягає у визначенні мотиваційних інтересів студентів до занять спортивними іграми, та особливостей впливу ігрових видів спорту на розвиток професійно важливих фізичних і психофізіологічних якостей у процесі навчання студентів.

Завдання дослідження:

1. Визначити роль спортивних ігор у житті і професійному становленні студентів.
2. Проаналізувати результати щорічного опитування студентів СумДУ, щодо занять спортивними іграми.
3. Здійснити порівняльний аналіз показників з фізичної і психофізіологічної підготовленості студентів, які займаються ігровими видами спорту з модельними показниками фахівців економічного напрямку.

Матеріал і методи дослідження: теоретичний аналіз і узагальнення науково-методичної літератури, соціологічні, педагогічні, психофізіологічні методи (комп'ютерний діагностичний комплекс «НС-психотест»), методи математичної статистики.

Для визначення мотиваційних інтересів студентів до занять спортивними іграми нами проведено щорічне опитування студентів I-IV курсу Сумського державного університету.

Для визначення ефективності впливу занять спортивними іграми на розвиток професійно важливих фізичних і психофізіологічних якостей нами досліджувалися студенти економічного профілю, які займаються різними ігровими видами спорту (три групи спортсменів) і група фахівців економічних спеціальностей у кількості 15 чол., стаж роботи яких, складає більше 10 років. Група студентів, яка займається баскетболом, нараховувала 12 осіб, волейболом 14, футболом 11. Для визначення контрольних результатів з

фізичної підготовленості нами використовувалися наступні: вис на зігнутих руках, піднімання тулуба з положення лежачі, перехресні рухи руками. Реєстрація результатів за психофізіологічними тестами: проста зорово-моторна реакція, зорово-моторна реакція вибору, кількість набраних знаків за тестом «Stamina» відбувалася на комп'ютерному діагностичному комплексі «НС – Психотест». Критерієм для оцінки позитивного впливу занять спортивними іграми стало порівняння отриманих показників з фізичної і психофізіологічної підготовки студентів, які займаються ігровими видами спорту з результатами тестування досвідчених фахівців економічного профілю

Результати дослідження та їх обговорення. Великий вибір ігрових видів спорту, широке застосування фізичних вправ з елементами спортивних ігор, які входять до робочих програм фізичного виховання, дозволяють інтегровано впливати на розвиток важливих фізичних і психофізіологічних якостей необхідних у майбутній професійній діяльності (Бойчук, Ковцун, Короп, & Белявський, 2017).

Висока динамічність змін ігрових ситуацій вимагають від спортсмена швидкості і оперативності у прийнятті раціональних рішень, високого рівня прояву всіх видів реакцій (Помещикова, Кадигроб, Коваль, & Мальцева, 2016; Пустулякова, Болгар, & Павліченко, 2014), що в свою чергу позитивно впливає на роботу зорового аналізатора, функціональних систем організму, розвитку психофізіологічних функцій (концентрації уваги та усіх видів пам'яті, оперативного мислення), таких необхідних і важливих у майбутній професійній діяльності фахівця економічного профілю (Лутченко, Перевозникова, & Григорьев, 2016; Hopper, Fisher, & Munoz, 2008).

Результати щорічного опитування студентів I-IV курсу Сумського державного університету, яке проводиться із метою визначення мотиваційних інтересів студентів до занять спортивними іграми нами проведено у табл.1.

Кількість студентів, які бажають займатися спортивними іграми (%).

Ігрові види спорту	Бажаючі займатися у % від загальної кількості		Різниця у %
	2018 н.р.	2019 н.р.	
Бадмінтоном	2,36	3,72	1,36
Баскетболом	1,00	6,18	5,18
Волейболом	2,65	7,18	4,53
Гандболом	1,86	3,45	1,89
Футзалом	1,18	11,76	10,58

Отримані результати опитування студентів I-IV курсів СумДУ у 2019 н.р. вказують на позитивну динаміку змін у бажанні займатися улюбленою спортивною грою. Так, кількість студентів, які виявили бажання займатися бадмінтоном, збільшилася у порівнянні з минулим роком на 1,36 %, баскетболом – на 5,18 %, волейболом – на 4,53 %, гандболом – на 1,89 %, кількість бажаючих займатися футзалом – зросла на 10,58 %.

Позитивній динаміці змін у зацікавленості до занять спортивними іграми сприяли наступні фактори:

- 1) вільний вибір улюбленого виду спорту;
- 2) сучасні спортивні об'єкти;
- 3) зручне розташування спортивних споруд за місцем проживання студентів;
- 4) можливість займатися ігровою діяльністю у вільний час;
- 5) отримання повної інформації про роботу спортивних об'єктів;
- 6) оперативне висвітлення результатів проведених змагань.

Аналіз науково-методичної літератури (Бойчук, Ковцун, Короп, & Белявський, 2017; Горобей, Чалий, Дерябкина, & Самійленко, 2018; Грибан, 2014) дозволив визначити, що заняття спортивними іграми сприяють професійному становленню молодого фахівця. Дослідження вітчизняних науковців (Дяченко, Асаулюк, Маринчук, 2017; Круцевич, & Пангелова, 2016) переконливо доводять, що техніко-тактичні дії, які входять до змісту спортивних ігор (баскетболу, волейболу, футболу) розвивають такі важливі психофізіологічні якості, які необхідні для майбутніх працівників економічного профілю (Пилипей, & Шаповал, 2013):

- швидкість прийняття рішень (оперативне мислення);
- високу варіативність ситуацій;
- психофізіологічні реакції (проста і складна рухова реакція, реакція вибору, перемикання уваги, спостереження і т.п.);
- вміння переключатися і концентрувати увагу на одному або декількох об'єктах;
- вміння працювати в команді та приймати швидке спільне рішення для досягнення поставленої мети;
- вміння долати стресові ситуації;
- координацію, спритність, швидкість, витривалість та ін.

Для доповнення існуючої інформації і отримання кількісних показників, нами проведено контрольне тестування фізичних і психофізіологічних якостей студентів, які займаються різними ігровими видами спорту і спеціалістів економічного напрямку, стаж роботи яких складає більше 10 років.

Критерієм для оцінки позитивного впливу стало порівняння отриманих показників з фізичної і психофізіологічної підготовки. Аналізуючи результати контрольного тестування фізичних і психофізіологічних якостей студентів і спеціалістів економічного напрямку, можна зробити висновок, що середньостатистичні результати дослідження фізичних якостей спеціалістів за тестами: вис на зігнутих руках ($35 \pm 4,4$ с), піднімання тулуба з положення лежачи ($36 \pm 3,4$ повторень) виявилися нижчими ніж у студентів, які займаються баскетболом відповідно ($45 \pm 2,5$; $56 \pm 5,5$), волейболом ($51 \pm 4,6$; $63 \pm 4,9$), футболом ($47 \pm 4,4$; $65 \pm 3,8$) (табл. 2).

Середньостатистичні результати студентів, які займаються баскетболом і волейболом у вправі «Перехресні рухи руками» відповідно ($23 \pm 1,5$; $22 \pm 1,9$) виявилися

кращими, ніж у спеціалістів ($21 \pm 1,7$), у футболістів цей показник дорівнює $20 \pm 1,8$ повторенням і максимально наближений до модельного. Контрольні результати за тестами на концентрацію уваги «Червоно-чорні таблиці Шульте–Платонова» ($46,45 \pm 6,82$) і професійного тесту

«Stamina» ($181 \pm 27,1$) кращі у провідних фахівців економічних спеціальностей.

Підсумкові показники психофізіологічних реакцій за тестами «ПЗМР», «ЗМРВ» студентів, які займаються ігровими видами спорту перевершують аналогічні результати спеціалістів.

Таблиця 2

Результати контрольного тестування фізичних і психофізіологічних якостей студентів економічного профілю, які займаються різними ігровими видами спорту і працівників економічних спеціальностей

Назва тесту	Статистичні показники							
	Баскетболісти (n=12)		Волейболісти (n=14)		Футболісти (n=11)		Спеціалісти (n=15)	
	\bar{x}	S	\bar{x}	S	\bar{x}	S	\bar{x}	S
Вис на зігнутих руках, (с)	45,0	2,5	51,0	4,6	47,0	4,4	35,0	4,4
Тест Шульте-Платонова, (с)	51,40	5,43	53,43	5,76	55,44	6,82	46,45	6,82
Проста зорово-моторна реакція (ПЗМР), (м/с)	0,185	0,15	0,177	0,13	0,185	0,67	0,190	0,56
Зорово-моторна реакція вибору (ЗМРВ), (м/с)	0,355	0,15	0,329	0,14	0,369	0,49	0,378	0,69
Кількість набраних знаків за тестом «Stamina»	134	23,5	143	19,6	129	25,1	181	27,1
Піднімання тулуба з положення лежачи, разів за 1 хв. (рази)	56	5,5	63	4,9	65	3,8	36	3,4
Перехресні рухи руками, к-ть разів за 10 (с)	23	1,5	22	1,9	20	1,8	21	1,7

Отже проведений порівняльний аналіз контрольного тестування вказує на важливість використання спортивних ігор у процесі фізичного виховання студентської молоді.

Висновки.

1. Визначено позитивну динаміку змін показників у зацікавленості до занять спортивними іграми студентів у закладі вищої освіти. Кількість студентів, які бажають займатися бадмінтоном, збільшилася у порівнянні з 2018 н.р. на 1,36 %, баскетболом – на 5,18 %, волейболом – на 4,53 %, гандболом – на 1,89 %, кількість бажаючих займатися футболом – зросла на 10,58 %.

2. Порівняльний аналіз отриманих результатів з фізичної і психофізіологічної підготовленості спеціалістів економічних спеціальностей і студентів, які займаються

спортивними іграми дозволив визначити позитивний вплив занять спортивними іграми на формування фізичних і психофізіологічних професійно важливих якостей у майбутніх фахівців економічного профілю.

Перспективи подальших наукових досліджень вбачаємо у вдосконаленні процесу фізичного виховання студентської молоді засобами спортивних ігор (розробці комп'ютерних програм навчання ігровим видам спорту, методичних посібників, пошуку і підборі спеціальних фізичних вправ з елементами спортивних ігор, які мають кореляційний зв'язок з результатами психофізіологічної підготовленості досвідчених фахівців, у розширенні кола спортивних ігор, які входять до навчальних програм у закладах вищої освіти).

Конфлікт інтересів. Автори відзначають, що не існує ніякого конфлікту інтересів.

Джерела фінансування. Ця стаття не отримала фінансової підтримки від державної, громадської або комерційної підтримки.

СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ

- Бойчук, Р.І., Ковцун, В.І., Короп, М.Ю., & Белявський, І.Л. (2017). Спортивні ігри в системі професійно-прикладної фізичної підготовки майбутніх фахівців нафтогазової справи. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету імені Т. Г. Шевченка. Серія: Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт*, (143), 259-262.
- Горобей, М.П., Чалий, О.С., Дерябкина, Т.В., & Самійленко, В.П. (2018). Спортивні ігри як важливий компонент здорового способу життя студентів. *Проблеми і перспективи розвитку спортивних ігор і єдиноборств у вищих навчальних закладах*, 2, 9-11.
- Грибан, Г.П. (2014). Особливості фізичної підготовленості студентів вищих навчальних закладів України. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету*, 1(118), 88-92.
- Дорохова, О.В., & Березовський, В.А. (2019). Спортивні ігри – ефективна форма фізичного виховання студентської молоді. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова*, 3К (110), 181-184.
- Дубинська, О. Я. (2014). Удосконалення засобів професійно-прикладної фізичної підготовки для студентів економічних спеціальностей. *Матер. XIV Міжнар. наук.-практ. конф. молодих учених. – Суми: СумДУ ім. АС Макаренка*, 1, 67-71.
- Дяченко, А.А., Асаулюк, І.О., & Маринчук, П.І. (2017). Професійно-прикладна фізична підготовка студентів закладів освіти. *Зб. наукових праць. Переяслав-Хмельницький*, 11 (31), Ч. 3, 90-93.
- Круцевич, Т.Ю., & Пангелова, Н.Е. (2016). Сучасні тенденції щодо організації фізичного виховання у вищих навчальних закладах. *Спортивний вісник Придніпров'я*, 3, 109-114.
- Лутченко, Н.Г., Перевозникова, Н.И., & Григорьев, Н.Н. (2016, February). Основные приоритеты и значение спортивных игр в профессиональном обучении студенческой молодежи. *Физическая культура и здоровье студентов вузов: материалы XII Междунар. науч.-практ. конф.*, 12, 86-88.
- Остапенко, Ю.О. (2015). Професійно-прикладна фізична підготовка студентів інформаційно-логічної групи спеціальностей. (Дис. канд. физ. виховання та спорту). НУФВіС України, Київ.
- Остапенко, Ю. О., & Остапенко, В. В. (2019). Спортивні ігри як засіб підготовки фахівців інформаційно-логічної групи спеціальностей *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова*, 3(110), 425-429.
- Помещикова, І.П., Кадигроб, Я.Г., Коваль, М.В., & Мальцева, Т.Н. (2016). Вплив рівня функцій уваги на ігрові показники баскетболістів 12-13 років. *Спортивні ігри*, 2, 44-46.
- Пилипей, Л.П. & Шаповал, М.С. (2013). Стан фізичної підготовленості студенток I курсу ВНЗ. *Спортивний вісник Придніпров'я*, 2, 57-61.
- Пустулякова, Л.М., Болгар, М.А., & Павліченко, С.В. (2014). Спортивні ігри як активний метод формування професійно-прикладних якостей майбутніх медиків на заняттях з фізичного виховання зі студентами медичного ВНЗ. *Спортивні ігри*, 10, 32-35.
- Футорний, С.М., & Рудницький О. В. (2013). Характеристика стану здоров'я студентів вищих навчальних закладів. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*, 2, 99-105.
- Iermakov, S., Kozina, Z., Ceslitska, M., Mushketa, R., Krzheminski, M., & Stankevich, B. (2016). *Razrabotka kompyuternyih programm dlya opredeleniya psihofiziologicheskikh vozmozhnostey i svoystv nervnoy sistemyi lyudey s raznyim urovnem fizicheskoy aktivnosti. Zdorov'â, sport, reabilitaciâ*, 1, 14-19.

Hopper, C., Fisher, B., & Munoz, K. (2008). *Physical activity and nutrition for health*. Champaign: Human Kinetics, 374.

Стаття постувила до редакції: 06.04.2020.

Опублікована: 01.06.2020.

Аннотація. Остапенко Ю. А., Остапенко В. В. **Спортивные игры в профессиональном становлении студентов.** Для эффективного развития системы физического воспитания, подготовки студенческой молодежи к будущей профессиональной деятельности необходимо усиление качества учебного процесса по профессионально-прикладной физической подготовке. Одним из направлений улучшения процесса ППФП является формирование новых подходов, с использованием популярных спортивных игр, которые способствуют развитию физических и психофизиологических качеств, необходимых в будущей профессиональной деятельности. **Цель исследования** заключается в определении мотивационных интересов студентов к занятиям спортивными играми, и особенностей влияния игровых видов спорта на развитие профессионально важных физических и психофизиологических качеств в процессе обучения студентов. **Материал и методы исследования.** Методом анкетирования определены мотивационные интересы студентов I - IV курсов к занятиям спортивными играми. Для определения эффективности воздействия занятий спортивных игр на развитие профессионально важных физических и психофизиологических качеств нами исследовались три группы спортсменов, которые занимаются различными игровыми видами спорта и группа специалистов экономического профиля в количестве 15 чел., Стаж работы которых составляет более 10 лет. Группа студентов, которая занимается баскетболом, насчитывала 12 человек, волейболом 14, футболом 11. Для определения контрольных результатов по физической подготовленности нами использовались следующие тесты: вис на согнутых руках, поднимание туловища, из положения лежа, перекрестные движения руками. Регистрация результатов за психофизиологическими тестами: простая зрительно-моторная реакция, зрительно - моторная реакция выбора, количество набранных знаков по тесту «Stamina» проходила на компьютерном диагностическом комплексе «НС-психотест». Критерием для оценки положительного влияния занятий спортивными играми стало сравнение полученных показателей по физической и психофизиологической подготовки студентов, занимающихся игровыми видами спорта с результатами тестирования опытных специалистов экономического профиля. **Результаты исследования.** Сравнительный анализ итоговых результатов тестирования физических и психофизиологических качеств студентов, занимающихся игровыми видами спорта и специалистов экономического направления, убедительно указывает на целесообразность использования средств спортивных игр в процессе подготовки к будущей профессиональной деятельности. **Выводы.** Определена положительная динамика изменений показателей в заинтересованности к занятиям спортивными играми студентов в учреждении высшего образования. Количество студентов, желающих заниматься бадминтоном, увеличилась по сравнению с 2018 учебном на 1,36 %, баскетболом - на 5,18%, волейболом - на 4,53 %, гандболом - на 1,89 %, количество желающих заниматься футболом - выросло на 10,58 %. Сравнительный анализ результатов исследования физической и психофизиологической подготовленности студентов, занимающихся игровыми видами спорта с модельными результатами специалистов, дает возможность утверждать о целесообразности использования спортивных игр и их элементов в процессе физического воспитания студентов и будет способствовать качественной, более эффективной профессиональной подготовке будущих специалистов экономических специальностей.

Ключевые слова: спортивные игры; физическое воспитание; физические и психофизиологические качества; студенты.

*Ostapenko Y.O., Ostapenko V.V. Sports games in the professional becoming of students. It is stated that in order to provide an effective development of the physical education system as well as the preparation of students for future professional engagement, it is necessary to strengthen the quality of the educational process with professionally applied physical training. One of the ways to improve the PAPT process is the formation of new approaches using popular sports games that contribute to the development of physical and psychophysiological qualities required for future professional engagement. A goal of the research is to determine a motivation of students to play sports games, as well as peculiarities of the influence of the sports games on the development of professionally important physical and psychophysiological qualities in the learning process of students. **Material and research methods.** In order to determine the motivation of students of the 1-4 years of study who want to be involved in sports games, there was used a questionnaire method. Apart from that, in order to determine the efficiency of the impact of sports games on the development of professionally important physical and psychophysiological qualities, there has been conducted a study of three groups of athletes involved in various sports and a group of experts of economic majors consisting of 15 people, whose work experience exceeded 10 years. The group of students involved in basketball consisted of 12 people, those involved in volleyball of 14 people and those involved in soccer of 11 people. In order to determine the test results of physical activity, the following exercises have been used: bent suspension, raising the body from a prone lying position, cross movements with arms. Automatic logging of psychophysiological tests namely: a simple visual-motor reaction, a visual-motor choice-point behavior, and the number of typed characters according to the Stamina test was carried out on the computer diagnostic complex NS - Psychotest. A criterion used for assessing the positive impact of playing sports games was the comparison of the obtained indicators on the physical and psychophysiological training of students involved in playing sports with the test results of experts in economic fields. **Results.** A comparative analysis of the final test results of the physical and psychophysiological qualities of students involved in sports games with the experts of the economic fields, strongly suggests that it is appropriate to use sports games in preparation for future professional engagement. **Resume.** The article determines the positive dynamics of changes in indicators of students' engagement involved in playing sports games in higher education institutions. The number of students who want to play badminton has increased by 1.36% compared to the academic year of 2018, basketball - by 5.18%, volleyball - by 4.53%, handball - by 1.89%, the number of people who want to play soccer - increased by 10.58%. A comparative analysis of the results of the study of the physical and psychophysiological training of students involved in sports games with the model results of the different experts makes it possible to assert the expediency of using sports games and their elements in the process of physical education of students, and in a high-quality professional training of future experts of economic majors.*

Keywords: sports games; physical education; physical and psychophysiological qualities; students.

Reference

- Bojchuk, R.I., Kovcun, V.I., Korop, M.Ju., & Bjeljavs'kyj, I.L. (2017). Sportyvni igry v systemi profesijno-prykladnoi' fizychnoi' pidgotovky majbutnih fahivciv naftogazovoi' spravy [Sports games in the system of professional and applied physical training of future specialists of oil and gas affairs]. *Visnyk Chernigivs'kogo nacional'nogo pedagogichnogo universytetu imeni T. G. Shevchenka*. Serija: Pedagogichni nauky. Fizychno vyhovannja ta sport [Journal of T.H. Shevchenko Chernihiv National Pedagogical University. Series: Pedagogical sciences. Physical education and sport], no. (143), 259-262. [in Ukrainian].
- Gorobej, M.P., Chalyj, O.S., Derjabkina, T.V., & Samijlenko, V.P. (2018). Sportyvni igry jak vazhlyvyj komponent zdorovogo sposobu zhyttja studentiv. [Sports games as an important component of students' healthy lifestyle]. *Problemy i perspektyvy rozvytku sportyvnyh igor i jedynoborstv u vyshhyh navchal'nyh zakladah* [Problems and prospects of sports games and martial arts development in higher educational institutions], no.2, 9-11. [in Ukrainian].
- Gryban, G.P. (2014). Osoblyvosti fizychnoi' pidgotovlenosti studentiv vyshhyh navchal'nyh zakladiv Ukraïny [Physical fitness features at students of higher educational institutions of

- Ukraine]. *Visnyk Chernigivs'kogo nacional'nogo pedagogichnogo universytetu imeni T. G. Shevchenka*. Serija: Pedagogichni nauky. Fizychno vyhovannja ta sport [Journal of T.H. Shevchenko Chernihiv National Pedagogical University. Series: Pedagogical sciences. Physical education and sport], no. 1(118), 88-92. [in Ukrainian].
- Dorohova, O.V., & Berezovs'kyj, V.A. (2019). Sportyvni igry – efektyvna forma fizychnogo vyhovannja students'koi' molodi [Sports games are an effective form of physical education for student youth]. *Naukovyj chasopys NPU imeni M. P. Dragomanova* [Scientific journal of M. P. Drahomanov NPU], no. 3K (110), 181-184. [in Ukrainian].
- Dubyns'ka, O.Ja. (2014). Udoskonalennja zasobiv profesijno-prykladnoi' fizychnoi' pidgotovky dlja studentiv ekonomichnyh special'nostej [Improvement of professional and applied physical training facilities for economic students]. *Mater. XIV Mizhnar. nauk.-prakt. konf. molodyh uchenyh. – Sumy: SumDU im. AS Makarenka*. [Materials of the XIV International scientific and practical conference of young scientists. - Sumy: A.S. Makarenko SumSU], 1, 67-71. [in Ukrainian].
- Djachenko, A.A., Asauljuk, I.O., & Marynychuk, P.I. (2017). Profesijno-prykladna fizychna pidgotovka studentiv zakladiv osvity [Professional and applied physical training for students of educational institutions]. *Zb. naukovyh prac'. Perejaslav-Hmel'nyč'kyj* [Collection of scientific works. Perejaslav-Khmelnitskyi], no. 11 (31), Ch. 3. 90-93. [in Ukrainian].
- Krucevyč, T. Ju., & Pangelova, N. E. (2016). Suchasni tendencii' shhodo organizacii' fizychnogo vyhovannja u vyshhyh navchal'nyh zakladah [Current trends concerning physical education in higher education institutions]. *Sportyvnyj visnyk Prydniprov'ja* [Sports herald of the Dnieper region], no. 3, 109-114. [in Ukrainian].
- Lutchenko, N.G., Perevoznikova, N.I., & Grigor'ev, N.N. (2016). Osnovnye priority i znachenie sportivnyh igr v professional'nom obuchenii studencheskoj molodezhi [The main priorities and importance of sports games in professional training of student youth]. *Fizicheskaja kul'tura i zdorov'e studentov vuzov: materialy XII Mezhdunar. nauch.-prakt. konf.* [Physical culture and health of students of higher education: materials of the XII International scientific and practical conference], 12, 86-88. [In Russian].
- Ostapenko, Ju.O. (2015). *Profesijno-prykladna fizychna pidgotovka studentiv informacijno-logichnoi' grupy special'nostej* [Professional and applied physical training of students of information and logic group of specialties]. *Dys. kand. fiz. vyhovannja ta sportu*. NUFViS Ukraïny, Kyïv. [in Ukrainian].
- Опис дисертації або автореферату дисертації: Semenov V. I. Mathematical modeling of the plasma in the compact torus. Dr. phys. and math. sci. diss. Moscow, 2003. 272 p. (In Russian, unpublished) Опис дисертації або автореферату дисертації: Semenov V. I. Mathematical modeling of the plasma in the compact torus. Dr. phys. and math. sci. diss. Moscow, 2003. 272 p. (In Russian, unpublished)
- Ostapenko, Ju.O., & Ostapenko, V.V. (2019). Sportyvni igry jak zasib pidgotovky fahivciv informacijno-logichnoi' grupy special'nostej [Sports games as means of training specialists of information and logic group of specialties]. *Naukovyj chasopys NPU imeni M. P. Dragomanova* [Scientific journal of M. P. Drahomanov NPU], no. 3(110), 425-429. [in Ukrainian].
- Pomeshhykova, I.P., Kadygrob, Ja.G., Koval', M.V., & Mal'ceva, T.N. (2016). Vplyv rivnja funkcij uvagy na igrovi pokaznyky basketbolistiv 12-13 rokiv [Impact of the level of attention functions on game indicators of 12-13 year old basketball players]. *Sportyvni igry* [Sport games], no. 2, 44-46. [in Ukrainian].
- Pylypej, L.P. & Shapoval, M.S. (2013). Stan fizychnoi' pidgotovlenosti studentok I kursu VNZ [State of physical fitness at female students of the 1st course of HEI.]. *Sportyvnyj visnyk Prydniprov'ja* [Sports herald of the Dnieper region], no. 2, 57-61. [in Ukrainian].
- Pustuljakova, L.M., Bolgar, M.A., & Pavlichenko, S.V. (2014). Sportyvni igry jak aktyvnyj metod formuvannja profesijno – prykladnyh jakostej majbutnih medykiv na zanjattjah z fizychnogo vyhovannja zi studentamy medychnogo VNZ [Sports games as an active method of forming

- the professional and applied qualities of future doctors in physical education classes with students of medical HEI]. *Sportyvni igry* [Sport games], no. 10, 32-35. [in Ukrainian].
- Futornyj, S. M., & Rudnyc'kyj O. V. (2013). *Harakterystyka stanu zdorov'ja studentiv vyshhyh navchal'nyh zakladiv* [Description of state of health at students of higher educational institutions]. *Teorija i metodyka fizychnogo vyhovannja i sportu* [Theory and methods of physical education and sports], no. 2, 99-105. [in Ukrainian].
- Iermakov, S., Kozina, Z., Ceslitska, M., Mushketa, R., Krzheminski, M., & Stankevich, B. (2016). *Razrobotka kompyuternyih programm dlya opredeleniya psihofiziologicheskikh vozmozhnostey i svoystv nervnoy sistemyi lyudey s raznym urovnem fizicheskoy aktivnosti* [The computer program development to determine psychophysiological capabilities and properties of the nervous system of people with different levels of physical activity]. *Zdorov'â, sport, reabilitaciâ* [Health, sport, rehabilitation], no. 1, 14-19. [in Ukrainian].
- Hopper, C., Fisher, B., & Munoz, K. (2008). *Physical activity and nutrition for health*. Champaign: Human Kinetics, 374. [in Germany].

Відомості про авторів / Information about the Authors

Остапенко Юрій Олександрович: к. фіз. вих., ст. викладач кафедри фізичного виховання і спорту, Сумський державний університет: вул. Римського-Корсакова, 2, Суми, Сумська область, 40000, Україна.

Остапенко Юрий Александрович: к. физ. восп., старший преподаватель кафедры физического воспитания и спорта, Сумской государственной университет: ул Римского-Корсакова, 2, Сумы, Сумская область, 40000, Украина.

Ostapenko Yurii Olexandrovich: *Ph.D., Senior Lecturer, Department of Physical Education and Sports, Sumy State University: 2 Rimsky-Korsakova St., Sumy, Sumy Region, 40000, Ukraine.*
orcid.org/0000-0002-9843-0230

E-mail: ostapenko1963@ukr.net

Остапенко Валентина Василівна: ст. викладач кафедри фізичного виховання і спорту, Сумський державний університет: вул. Римського-Корсакова, 2, Суми, Сумська область, 40000, Україна.

Остапенко Валентина Васильевна: старший преподаватель кафедры физического воспитания и спорта, Сумской государственной университет: ул Римского-Корсакова, 2, Сумы, Сумская область, 40000, Украина.

Ostapenko Valentina Vasylivna: *Ph.D., Senior Lecturer, Department of Physical Education and Sports, Sumy State University: 2 Rimsky-Korsakova St., Sumy, Sumy Region, 40000, Ukraine.*
orcid.org/0000-0003-1771-3210

E-mail: v.ostapenko@uabs.sumdu.edu.ua

Сутність ігрової діяльності у формуванні особистості дітей дошкільного віку

Пасічник В. М.

Львівський державний університет фізичної культури ім. І. Боберського

Анотація. Мета: провести теоретичний аналіз сутності ігрової діяльності для процесу формування особистості дітей дошкільного віку. Методи: вивчення та аналіз науково-методичної літератури, індукції та дедукції, порівняння та узагальнення, системного аналізу. Результати: висвітлено місце та сутність ігрової діяльності в освітньо-виховному процесі сучасного закладу дошкільної освіти. Зазначено, що ігрова діяльність є незамінною складовою дитячого життя, що забезпечує психологічний комфорт дитини, саморозвиток дитячої особистості, її долучення до культури людства. Використовуючи метод теоретичного аналізу навчально-методичних джерел з проблеми дослідження, охарактеризовано сутність понять «ігрова діяльність», «діяльність», «гра». Виділено аспекти педагогічного потенціалу ігрової діяльності у формуванні гармонійно розвинутої особистості дитини дошкільного віку. Розглянуто загальні ознаки та компоненти, що притаманні ігровій діяльності. Визначено етапи розвитку, структуру та функції ігрової діяльності дітей дошкільного віку, окреслено аспекти педагогічного керівництва ігровою діяльністю. Зазначено, що у педагогічному процесі закладу дошкільної освіти гра є засобом виховання, формою організації навчання, виховання, методом і прийомом навчання дітей.

Ключові слова: ігрова діяльність; діяльність; гра; діти дошкільного віку.

Вступ. Фундаментальні зміни, що відбуваються в сучасному культурно-освітньому просторі, суспільні запити і потреби утворюють думку про пріоритет дитинства як найвідповідальнішого періоду становлення особистості. Саме в дошкільному віці відбувається становлення особистості дитини, формування її фізичної та духовної культури – основи гармонійного розвитку, як краси людської душі та здорового тіла. Сьогодні одним із основних завдань удосконалення дошкільної освіти є виховання гармонійно розвинутої, довершеної, здорової дитини, здатної цілком реалізувати свої духовні, фізичні, інтелектуальні та моральні можливості (Чаговець, 2019).

Ця актуальна проблема відображена в низці законодавчих актів та постанов у галузі дошкільної освіти України («Про дошкільну освіту», «Про охорону дитинства», Національна стратегія розвитку освіти в Україні на період до 2021 року, «Базовий компонент дошкільної освіти»), у яких зокрема зазначено, що дошкільна освіта виходить на якісно новий етап свого

розвитку, а саме: переглянуто ставлення до дитини як головного суб'єкта освіти; метою визначається педагогічна підтримка дитячої індивідуальності; важливого значення надається персоналізації, прагненню дитини до творчої самореалізації завдяки різноманітним засобам і формам взаємодії зі світом у різних видах діяльності. Успішне вирішення означеної проблеми передбачається визнанням пріоритету ігрової діяльності серед інших видів життєдіяльності дошкільників (Піроженко, 2016).

Дитиноцентрична освіта прагне цілеспрямовано використовувати ігрову діяльність у освітньо-виховному процесі, оскільки вона створює для дітей дошкільного віку атмосферу психологічного комфорту, а завдяки своїм природним якостям цей феномен наділений великим педагогічним потенціалом, який сприяє розвитку тілесної, психічної, соціальної, духовної особистості (Карасьова, & Піроженко, 2010; Приступа, Петришин, Виноградський, Петрина, & Пасічник, 2014; Пасічник, & Пітин, 2016, 2017).

Сьогодні перед дошкільними фахівцями стоїть завдання подальшого вивчення гри як феномену дитячого буття,

як освітньої технології, як інструменту становлення особистості. Цінність гри для дитячого розвитку визнається практично всіма фахівцями. Більшість педагогів, педіатрів, нейрофізіологів різних країн приносять все нові докази того, що гри належить фундаментальна, життєво важлива роль в розвитку дитини. Доведено, що саме ігрова діяльність має вирішальне значення для формування головних новоутворень дошкільного дитинства (Смирнова, & Рябкова, 2013).

Проте незважаючи на усвідомлення значного впливу ігрової діяльності на розвиток дитини, спостерігаються суперечливі тенденції в їх реалізації. Причини відходу гри з дошкільного дитинства досить очевидні. Перш за все, це нерозуміння розвиваючого значення цієї дитячої діяльності. Виникла суперечність між теоретичним значенням гри для розвитку дитини та практичним креном її буття в бік раннього розвитку, занурення в масив додаткових занять з підготовки до навчання в школі. Гра все частіше розглядається дорослими як розвага, як непотрібне дозвілля, якому протистоїть цілеспрямоване навчання і оволодіння корисними навичками. Цьому багато в чому сприяє орієнтація дорослих (батьків, педагогів, фахівців) на навчання дошкільнят. Тиск освітніх досягнень і пріоритет навчальних занять витісняє гру. Раннє навчання для більшості батьків представляється більш важливим і корисним дитячим заняттям, ніж гра. При цьому освіту розуміють переважно як засвоєння знань і придбання навчальних навичок (головним чином читання, лічби, письма). Тематика та кількість ігор зменшилися, зміст збіднів, скоротилася тривалість. Вихователі організують гру дітей за аналогією традиційних навчальних занять, часто застарілого та нецікавого дітям змісту в регламентованому ігровому середовищі (Піроженко, 2016).

На сьогодні, доводиться констатувати той факт, що депривація ігрової діяльності в дитячому віці руйнівна для нормального розвитку і може мати невідомі наслідки, як у психічному,

фізичному так і в інтелектуальному розвитку.

Зв'язок дослідження з науковими програмами, планами, темами. Дослідження виконано відповідно до теми НДР кафедри теорії і методики фізичної культури Львівського державного університету фізичної культури на 2017–2020 рр. «Теоретико-методичні аспекти оптимізації рухової активності різних груп населення» (протокол № 4 від 17.11.2016).

Мета дослідження – провести теоретичний аналіз сутності ігрової діяльності для процесу формування особистості дітей дошкільного віку.

Методи дослідження – вивчення та аналіз науково-методичної літератури, індукції та дедукції, порівняння та узагальнення, системного аналізу.

Результати дослідження та їх обговорення. У зв'язку із тим, що ігрова діяльність є ключовим поняттям нашого наукового дослідження, виникає необхідність у тлумаченні понять цієї дефініції. До категоріального поля поняття «ігрова діяльність» належать поняття: «діяльність» та «гра». Насамперед зауважимо, що ці поняття не мають однозначного тлумачення в психолого-педагогічних теоріях та змінювалися залежно від рівня розвитку суспільства, науки в цілому. Це, у свою чергу, вимагає проведення міжпредметного теоретичного пошуку, аналізу першоджерел у галузі філософії, соціології, педагогіки, психології. Визначимося насамперед зі змістовним аспектом дефініції «діяльність», як з основною категорією психолого-педагогічної науки.

Діяльність є необхідною умовою формування особистості в той же час залежить від рівня розвитку особистості, яка виступає як суб'єкт цієї діяльності. У загальному вигляді діяльність – це спосіб існування людини, всебічний процес перетворення нею навколишнього і соціальної реальності у відповідності з її потребами, метою і завданнями (Гамезо, & Домашенко, 2006).

У сучасному психологічному словнику поняття «діяльність» визначається як динамічна модель взаємодії, кореляції

об'єкта з об'єктивною реальністю, у процесі якого і виникає репродукція – втілення в об'єкті психічної моделі, реалізації відношень самого суб'єкта до об'єктивної дійсності (Юрчук, 2000).

Будь-яка діяльність характеризується певною структурою, тобто специфічним набором дій і послідовністю їх здійснення. Набір окремих дій стає діяльністю тільки в тому випадку, якщо ці дії підпорядковані єдиній меті, яка тільки їй надає їм сенс у діячч. Структура являє собою кілька елементів, які виступають один за одним в певному порядку. Цей ланцюжок виглядає так: потреба → мотив → мета → засоби → дії → результат (Леонтьєв, 1975).

Людині притаманні різні види діяльності: предметна, ігрова, навчальна, образотворча, комунікативна, трудова тощо. Серед них виділяють три провідні види діяльності – гра, навчання, праця. Ці види діяльності генетично змінюють один одного і співіснують протягом усього життєвого шляху (Леонтьєв, 1975).

Діти дошкільного віку весь час залучені в якусь діяльність. Види діяльності дошкільнят різноманітні, і всі вони життєво необхідні. Так в дитинстві протікають три взаємопов'язані процеси: розвиток пізнавальної сфери, освоєння діяльності і формування особистості. Різні види діяльності дають можливість дітям дошкільного віку активно пізнавати навколишній світ, пробувати свої сили, набувати перший досвід (Дуткевич, 2012).

Під дитячою діяльністю розуміють процес, утворений потребою і конкретними діями. В ідеалі ще важливий результат, зв'язаний з початковим бажанням (вийшло те, до чого прагнув, чи ні). Але діти дошкільного віку далеко не завжди орієнтовані на результат, їм корисні безпосередні дії, до яких вони відчувають інтерес. Особлива цінність діяльності полягає в тому, що йде двосторонній процес. Розвиваючись, дошкільник навчається виконувати більш складні дії, а включаючись в діяльність, він занурюється в умови, що стимулюють його розвиток (Дуткевич, 2012).

Специфічно дитячими видами діяльності дитини дошкільного віку виступають – пізнавальна, образотворча

(малювання, ліплення, аплікація, конструювання), музична та ігрова діяльність. Серед всіх чи не найважливішого значення в розвитку дитини набуває саме ігрова діяльність, яку, в силу її важливого вкладу в емоційний, соціальний, фізичний, інтелектуальний та вольовий розвиток дитини, заслужено називають провідною діяльністю (Піроженко, 2016).

Згідно А. Н. Леонтьєву «... провідна діяльність – це така діяльність, розвиток якої обумовлює найголовніші зміни в психічних процесах і психічних особливостях особистості дитини на даній стадії її розвитку» (Леонтьєв, 1975).

Зазначимо, що в різний час розвитку і становлення суспільства проблемою ігрової діяльності, її теоретичними, практичними, методологічними, історичними аспектами займалися вітчизняні та зарубіжні вчені різних напрямів людинознавства. Феномен гри привертав до себе увагу мислителів, філософів, соціологів, психологів і педагогів упродовж усієї історії людства.

Для подальшого дослідження феномену ігрової діяльності необхідно розібратися в семантиці цього терміну, визначити головні елементи та складові частини, на які звертають увагу її дослідники під час формування визначення цієї дефініції.

Аналіз філософської, культурологічної, соціологічної та психолого-педагогічної літератури показує, що в сучасній науці немає цілісної теорії гри, існує ряд її концепцій в різних галузях науки. У філософії і культурології гра розглядається як спосіб буття людини, засіб розуміння навколишнього світу, вивчаються аксіологічні підстави гри і етнокультурна цінність ігрового феномена. У педагогічній науці феномен гри розглядається як спосіб організації виховання і навчання, як компонент педагогічної культури, вивчаються форми і способи оптимізації ігрової діяльності сучасного покоління. У психології, гра розглядається як засіб активізації психічних процесів, засіб діагностики, корекції та адаптації до життя, досліджуються соціальні емоції, що

супроводжують ігровий феномен (Михайленко, 2011).

Наявні наукові дані свідчать про відсутність єдиного підходу до тлумачення феномену «ігрова діяльність». Однак різні визначення не суперечать один одному, а навпаки доповнюють одне одного.

Термінологічне словосполучення «ігрова діяльність» Н. Кудикіна інтерпретує так: це динамічна система взаємодії дитини з навколишнім середовищем, у процесі якої відбувається його пізнання, засвоєння культурно-історичного досвіду і формування дитячої особистості. Специфіка ігрової діяльності полягає в тому, що її продуктивність визначається активним функціонуванням уяви дітей і міжособистісним спілкуванням. Термінологічне словосполучення ігрова діяльність є родовим щодо поняття гра, котра є складним утворенням системного характеру (Кудикіна, 2004).

Гра – це конкретний прояв індивідуальної і колективної ігрової діяльності дитини, яка має конкретно-історичний, багатовидовий, креативний і багатофункціональний характер (Кудикіна, 2004).

У «Енциклопедії освіти» гра розглядається як вид креативної діяльності людини, у процесі якої в уявній формі відтворюються способи дій з предметами, стосунки між людьми, норми соціального життя та культурні надбання людства, які характеризують історично досягнутий рівень розвитку суспільства (Кремень, 2008).

Гра – це форма вільного самовияву людини, що передбачає реальну відкритість світові можливого й розгортається або у вигляді змагання, або у вигляді зображення якихось ситуацій, смислів, станів (Демченко, 2012).

В Українському педагогічному словнику «ігрова діяльність» пояснюється як різновид активної діяльності дітей, у процесі якої вони оволодівають суспільними функціями, відносинами та рідною мовою як засобом спілкування між людьми. Ігрова діяльність є свого виду дитячим моделюванням соціальних стосунків. При вмілому і правильному

керівництві з боку дорослих ігрова діяльність формує емоційну, моральну, інтелектуальну сфери дитини, розвиває її уяву, сприяє фізичному вдосконаленню, виховує в дитини волю до дії та здатність до гальмування, якостей, необхідних людині в трудовій і суспільній діяльності (Гончаренко, 1987).

У сучасному словнику з педагогіки підкреслено, що саме у грі «як особливому виді суспільної практики відтворюються норми людського життя й діяльності, а також інтелектуальний, емоційний і моральний розвиток особистості» (Рапацевич, 2001).

Згідно з «Великим тлумачним словником сучасної української мови» слово «гра» трактується як дія за значенням грати; заняття дітей, підпорядковане сукупності правил, прийомів або основане на певних умовах заняття, що є розвагою (Бусел, 2005).

«Великий енциклопедичний словник» пояснює гру як «... вид непродуктивної діяльності, мотив якої полягає не в її результатах, а в самому процесі. В історії людського суспільства гра переплітається з магією, культовим поведінкою. Має важливе значення у вихованні, навчанні, розвитку дітей як засіб психологічної підготовки до майбутніх життєвих ситуацій ...» (Большой энциклопедический словарь, 2001).

У психологічному тлумачному словнику поняття «гра» пояснюється як «форма діяльності в умовних ситуаціях, спрямована на відтворення й засвоєння суспільного досвіду, зафіксованого в соціально закріплених способах здійснення предметних дій, у предметах науки та культури» (Шапар, 2004).

У філософському розумінні зазначену дефініцію використовують у такий спосіб: «... гра – одна з головних форм естетичної діяльності, тобто неутилітарної, що здійснюється заради неї самої і доставляє, як правило, її учасникам і глядачам естетичну насолоду, задоволення, радість (Степин, 2001).

З погляду культурології гра – це форма вільного самовиявлення особистості, що припускає реальну відкритість світу

можливого й розгортається як імпровізація, змагання, репрезентація певних ситуацій, смислів, стану речей (Кононенко, 2003).

Т. І. Поніманська підкреслює, що дитяча гра – це діяльність, спрямована на орієнтування в предметній і соціальній дійсності, в якій дитина відображає враження від пізнання довкілля. Мати дитинства – це передусім мати право на розвиток власної ігрової діяльності, яка є важливою складовою дитячої субкультури (Поніманська, 2004).

В. Сухомлинський у своїх творах наголошував на потребі ефективного застосування гри в процесі навчання і виховання дітей дошкільного віку. Гра, як підкреслював педагог, є важливою і найдоступнішою формою діяльності дошкільників, яка відповідає їх фізичним і психічним можливостям. Гра забезпечує пізнавальну та творчу активність дитини в процесі навчання, сприяє формуванню низки якостей особистості, важливих для подальшого життя в суспільстві. Гра – украй необхідне явище в житті дитини, оскільки вона є виявом природної потреби в діяльності, у якій дитина пізнає і перетворює навколишню дійсність, світ речей, людей, саму себе, одночасно розвиваючи свої здібності. Гра, на його думку, це не лише розвага і забава, що заповнює дозвілля дітей, але й один з найсерйозніших засобів педагогічного впливу на них (Сухомлинський, 1977).

Л. С. Рубінштейн відзначив, що ігрова діяльність – це усвідомлена діяльність, сукупність осмислених дій, об'єднаних єдністю мотивів (Рубінштейн, 1999).

Ігрова діяльність містить більші можливості для формування особистості дошкільників, ніж будь-яка інша діяльність, оскільки мотиви її мають велику спонукальну силу і дітям зрозуміле співвідношення мотиву і мети гри (Новоселова, 1999).

За дослідженнями М. Стельмаховича, ігрова діяльність є дієвим методом формування важливих рис особистості: дисциплінованості, кмітливості, сміливості, витривалості, винахідливості, спритності, рішучості, наполегливості, організованості,

стриманості. Гра вчить зосереджувати зусилля, керувати собою, бути точним, додержуватися правил поведінки, діяти з урахуванням вимог колективу (Стельмахович, 1997).

Як зазначає Г. К. Селевко значення гри неможливо вичерпати й оцінити розважально-рекреаційними можливостями. У тому й полягає її феномен, що, будучи розвагою, відпочинком, вона здатна перерости в навчання, у творчість, у терапію, в модель типу людських відносин і проявів у праці, у вихованні. Гра – це життєва лабораторія дитини, ядро «розумної школи» дитинства (Селевко, 2005).

Л.С. Виготський називав гру «школою довільної поведінки». Саме в цій, максимально вільній від будь-якого примусу, діяльності дитина раніше всього навчається керувати своєю поведінкою і регулювати її відповідно до загальноприйнятих правил. Виконуючи роль дорослого, діти випереджають власні можливості в сфері оволодіння своєю поведінкою. За словами вченого, гра - це «правило, яке стало афектом», або «поняття, що перетворилося в пристрасть». Специфічне задоволення від гри пов'язано як раз з подоланням безпосередніх спонукань, з підпорядкуванням правилам, укладеним в ролі (Виготський, 2001).

За концепцією Д. Ельконіна, гра – це форма творчості, природна потреба організму, один з основних шляхів становлення вищих форм специфічних людських потреб, і в жодній іншій діяльності немає такого емоційно наповненого входження в життя дорослих, такого дієвого виділення суспільних функцій і сенсу людської діяльності, як у гри (Ельконин, 1988).

Доречним у контексті нашого дослідження є визначення поняття гри, яке наводить А. В. Цюсь. Він узагальнив визначення та констатував, що гра – це певна діяльність дитини, спрямована на задоволення її інтересів й вирішення виховних завдань (Цюсь, 2000).

Є. Н. Приступа зазначає, що гра – це специфічна рухова діяльність за встановленими правилами, спрямована на досягнення перемоги (Приступа, 2010).

У працях О. Л. Богініч наголошується, що одним із пріоритетних засобів гармонійного розвитку, формування рухових, вольових, інтелектуальних і моральних якостей дитини є організована ігрова діяльність (Богініч, 2001).

За ствердженням Ю. Ф. Курамшина провідне місце в руховій активності дітей належить саме ігровій діяльності (Курамшин, 2007).

Під ігровою діяльністю розуміють осмислену діяльність, спрямовану на досягнення конкретних цілей (Колесникова, Ведмич, & Навалихіна, 2006).

Концепція дошкільного виховання в Україні акцентує увагу на вагомому значенні гри в педагогічному процесі, оскільки в ній дитина може виявити особливу активність і реалізувати себе; гра має бути основною формою організації життєдіяльності дітей.

Підкреслюючи виняткове значення ігрової діяльності для всебічного розвитку малят, А. С. Макаренко писав: «Гра має важливе значення в житті дитини, має те саме значення, яке в дорослого має діяльність, робота, служба. Яка дитина в грі, такою з багатьох поглядів вона буде в роботі, коли виросте. Тому виховання майбутнього діяча відбувається у грі» (Макаренко, 1978).

Таким чином, проаналізувавши численні визначення та виходячи з розуміння змісту загальної дефініції, у нашому розумінні ігрова діяльність – це цілеспрямована діяльність дитини, динамічна система взаємодії дитини з навколишнім середовищем, спрямована на формування базових засад дитячої особистості, її соціалізацію, пізнання дитиною світу, розвиток фізичних та пізнавальних здібностей, закріплення та вдосконалення набутих знань, умінь та навичок. Аналіз теоретичних підходів до сутності ігрової діяльності надає змогу визначити її не лише як провідну діяльність дитини на межі дошкільного дитинства, самостійний та самооцінний вид діяльності, а й як форму організації виховного процесу. Розглянемо загальні ознаки, риси та компоненти що притаманні ігровій діяльності. Так, Ж. Піаже акцентував увагу

на чотирьох основних ознаках: 1) гра приємна, тобто, зазвичай позитивно сприймається її учасниками; 2) гра передбачає наявність в учасників внутрішньої мотивації; 3) гра вимагає високої гнучкості психічних процесів і рольової пластичності; 4) гра є природним наслідком фізичного й інтелектуального розвитку дитини (Копытин, 2001).

Основні ознаки гри Л. Т. Ретюнських розділяє на формальні і екзистенційні (Ретюнских, 1998).

До формальних віднесено такі:

- 1) наявність правил і принципів гри, визначених заздалегідь;
- 2) наявність певних умов (місця, часу, атрибутів тощо) гри;
- 3) тимчасовість або кінцівку здійснення ігрового процесу;
- 4) умовний характер ігрового процесу;
- 5) свобода входу і виходу з гри, що передбачає відсутність примусової мотивації для вступу в гру;
- 6) умовний характер і націленість ігрових дій;
- 7) наявність суб'єкта гри (гравця), предмета і засоби (іграшки, інвентар тощо), передбачається, що предмет і засоби гри можуть бути як матеріальними, так і ідеальними об'єктами, а суб'єктом гри є людина.

Екзистенційні ознаки гри можна виявити з набагато меншим ступенем точності і визначеності, тому що всі вони складаються в єдине переживання і усвідомлення гри, яке завжди буде зберігати в собі характеристику невербальної інформативності (емоційної, інтелектуальної тощо). До них відносяться:

- свідоме подвоєння світу суб'єктом, що припускає визнання гри другим планом буття, існуючим за принципом додатковості, при обов'язковій наявності реального буття, тобто першого плану буття;
- присутність фантазійного компонента в створенні та здійсненні ігрових форм;
- переживання гри як свободи, незважаючи на наявність правил;
- наявність інтересу, як найважливішої мотиваційної підстави гри;

- емоційна насиченість ігрових процесів;
- відчуття самодостатності і самонаціленості ігрових процесів, що припускає пошук смислів гри в самій грі.

С. А. Шмаков зазначає, що більшості ігор властиві чотири головні риси:

- вільна розвиваюча діяльність, що використовується лише за бажанням дитини, заради задоволення від самого процесу діяльності, а не тільки від результату (процедурне задоволення);
- творчий, значною мірою імпровізаційний, дуже активний характер цієї діяльності («поле творчості»);
- емоційна піднесеність діяльності, суперництво, змагальність, конкуренція, атракція (чуттєва природа гри, «емоційне напруження»);
- наявність прямих або непрямих правил, що відображають зміст гри, логічну та тимчасову послідовність її розвитку (Шмаков, 1994).

З точки зору О. С. Газман, ігрова діяльність складається з трьох компонентів.

1. Ігровий стан, який характеризує емоційне ставлення суб'єкта до реальної дійсності в певний проміжок часу. Гра буде тільки в тому випадку, якщо є певний емоційний стан гравців.

2. Ігрове спілкування. Гра як соціально-культурне явище реалізується в спілкуванні. Через спілкування вона передається, спілкуванням організується, в спілкуванні функціонує. Спілкування в ігровій дійсності специфічне, тому як в грі існує певна ігрова мобілізація особистості на рішення завдання взаємодії зі усіма учасниками гри відповідно до правил. Тому можна виділити такі мотиви ігрового спілкування, як орієнтація на виконання ігрової мети, самореалізація, отримання задоволення від спілкування.

3. Власне ігрова діяльність будується на аналізі трьох важливих елементів діяльності: суб'єкт (індивід, група, колектив); об'єкт (характеризується в залежності від гри, цілі, учасників ігрової взаємодії); активність, яку направляє суб'єкт на об'єкт (Газман, 1991).

Гра не є статичним утворенням, вона розвивається разом з дитиною протягом

усього її дитинства. Залежно від віку, можливостей дитини на перший план виходять різні структурні елементи і етапи ігрової діяльності (Огнев'юк, 2016).

Для аналізу змісту гри Д.Б. Ельконіним були виділені чотири рівні гри, які відображають етапи її розвитку. Кожен з рівнів розвитку гри, незважаючи на різноманітність показників (уявна ситуація, ігрові дії, виконання правил і ін.), має свій смисловий центр, що відображає головний зміст гри і сенс діяльності дитини. На першому і другому рівнях – це дія з предметом, на третьому і четвертому – передача рольових відносин і взаємодія з партнерами по грі (Ельконин, 1978).

Ігрова діяльність дітей розвивається в декілька етапів – в ранньому віці проявляється сенсомоторний характер («наздоганялки», гра-вовтузіння тощо); – з досягненням молодшого дошкільного віку виникає режисерська гра (використання іграшок як предметів-замінників, символічне виконання певної дії), яка згодом розвивається в образно-рольову гру, в якій дитина уявляє себе в певному образі (людини чи предмету) і відповідно діє; – старші дошкільники спроможні організувати сюжетно-рольову гру самостійно. Тобто, у ранньому віці дитина радіє фізичній активності від дій з предметом, а в молодшому віці насолоджується від можливості виконання безлічі рольових дій, то старший дошкільний вік приносить радість інтелектуального багатства та уяви від складнощів об'єднання сюжетів, колективного розгортання та збагачення первинного задуму гри. Задоволення надихає дитину на прояв активності (Піроженко, 2016).

Логіка дослідження передбачає визначення структури ігрової діяльності. Згідно з дослідженнями Н. Кудикіної, структурна модель ігрової діяльності побудована як системно впорядкована сукупність взаємопов'язаних та взаємозалежних компонентів – мотиваційного, цільового, змістового, процесуально-операційного, контрольного та результативного. Усі зазначені компоненти гри взаємопов'язані, сутнісні

зміни складових ігрової діяльності зумовлюють її перетворення в діяльність продуктивного характеру (наприклад, у трудову, навчальну тощо) (Кудикіна, 2004).

О. Савченко запропонувала структуру ігрової діяльності, що містить такі компоненти: 1) спонукальний – потреби, мотиви, інтереси, прагнення, які визначають бажання дитини брати участь у грі; 2) орієнтувальний – вибір засобів і способів ігрової діяльності; 3) виконавський – дії, операції, які дають можливість реалізувати ігрову мету; 4) контрольно-оцінний – корекція і стимулювання ігрової діяльності (Савченко, 1997).

У структуру гри як діяльності органічно входить цілепокладання, планування, реалізація мети, а також аналіз результатів, у яких дитина повністю реалізує себе як суб'єкт діяльності. Мотивація ігрової діяльності забезпечується її добровільністю, можливостями вибору й елементами змагальності, задоволення потреби в самостверженні, самореалізації (Михайленко, 2011).

У структуру гри як процесу входять:

- 1) ролі, узяті на себе граючими;
- 2) ігрові дії як засіб реалізації цих ролей;
- 3) ігрове застосування предметів, тобто заміщення реальних речей ігровими, умовними;
- 4) реальні відносини між граючими;
- 5) сюжет (зміст) – область дійсності, умовно відтворена в грі (Михайленко, 2011).

Ігровій діяльності притаманна багатофункціональність. Серед її функцій найбільш значущими є: формування базових засад особистості (формування самосвідомості, розвиток довільної поведінки, статево-рольова ідентифікація, національно-культурне самоусвідомлення, розвиток творчого ставлення до дійсності, набуття досвіду соціальної взаємодії, формування комунікативних умінь, розвиток емпатії тощо); збагачення емоційно-почуттєвої сфери; адаптаційна; мотиваційна; розвивальна; виховна, дидактична; коригувальна; здоров'язбережувальна; компенсаторна та ін. (Кудикіна, 2010).

Ігрова діяльність містить більші можливості для формування особистості

дошкільників, ніж будь-яка інша діяльність, оскільки мотиви її мають велику спонукальну силу і дітям зрозуміле співвідношення мотиву і мети гри. Цінність і значимість гри полягає в тому, що вона являє собою інтегральну діяльність. В грі можуть трансформуватися всі форми людської активності – фізичної та інтелектуальної, творчої та репродуктивної. В грі формуються психологічні структури, відповідні різноплановим завданням: комунікативним, компенсаторним, оздоровчим, адаптаційним, стратегічним (Пихтіна, 2018).

У педагогічному процесі закладу дошкільної освіти гра є засобом виховання, формою організації навчання, виховання, методом і прийомом навчання дітей (Довбня, 2010).

Гра використовується як педагогічний метод, або спосіб досягнення свідомо поставленої освітньої мети. Ефективність впливу ігрової діяльності на становлення дитячої особистості прямо залежить від педагогічного керівництва нею. Педагогічне керівництво грою розуміють як такий її методичний супровід, який, базуючись на врахуванні феноменологічних характеристик цього явища людського життя та діючих у педагогічній сфері об'єктивних законів, закономірностей і принципів, дає змогу цілеспрямовано розв'язувати конкретні завдання навчання, виховання та розвитку дітей.

Впорядкуємо основні принципи, що застосовуються у керівництві ігровою діяльністю, в такий спосіб:

- принцип урахування індивідуальних особливостей дітей, їхніх вікових відмінностей та закономірностей розвитку;
- принцип цілеспрямованості використання гри як педагогічного методу;
- принцип системної організації педагогічного керівництва грою;
- принцип цілеспрямованої організації матеріального середовища для ігрової діяльності дітей;
- принцип поєднання, розвитку і саморозвитку, виховання і самовиховання, навчання і самонавчання (Кудикіна, 2010).

Розуміння дорослим розвивального потенціалу гри та її головного результату – задоволення – вказує на розвивальні можливості гри в будь якій ситуації навчання. Якщо предмет та мета навчання пов'язані з грою, її емоційний потенціал об'єднується із пізнавальними та вольовими діями дитини. На позитивному фоні легше формуються знання, вміння, навички.

Ігрова діяльність дітей на думку Н. В. Кудикіної базується на таких методологічних засадах:

- ставлення до гри як до незамінної складової дитячого життя, що природно наділена функціями саморозвитку, самонавчання і самовиховання підростаючого покоління, а відтак вона має бути органічною складовою навчально-виховного процесу закладу дошкільної освіти;
- розуміння гри як історично сформованої діяльності, яка має генетичний зв'язок з народною культурою, що зумовлює її значний потенціал як засобу національно-культурного виховання підростаючої особистості;
- навчально-виховний процес має значні резерви для задоволення потреби дошкільників в ігровій діяльності і водночас реалізації функцій гри як багатоаспектного педагогічного методу;
- науково обґрунтоване педагогічне керівництво ігровою діяльністю в своїй основі має спрямовується на досягнення гармонізації педагогічного впливу на дітей і їх саморозвитку, самовиховання і самонавчання, що дозволить досягти вагоміших результатів у навчанні, вихованні і розвитку дітей;
- будучи педагогічним методом, гра має реалізовувати цілі і завдання дошкільного виховання, враховуючи специфічні особливості дітей даних вікових категорій;
- пріоритетність педагогічних завдань, які досягатимуться використанням ігрової діяльності як методу навчально-виховної роботи, визначається розумінням гри як культурно і історично сформованої пізнавальної діяльності, що природно спрямована на формування базових, визначальних засад дитячої особистості, її

соціалізацію, національно-культурну ідентифікацію, розвиток пізнавальних інтересів, закріплення й удосконалення набутих різноманітними шляхами, у тому числі й у процесі навчання, знань, умінь і навичок;

- педагогічно керована ігрова діяльність здатна забезпечити сприятливі умови для реалізації актуальних потреб дітей дошкільного віку;
- основою керівництва ігровою діяльністю має бути визнання дитячої особистості як суб'єкта власного саморозвитку, що реалізується через особистісно орієнтовані педагогічні впливи шляхом встановлення суб'єкт-суб'єктних стосунків між педагогами і дітьми у процесі гри;
- визначальним чинником педагогічного супроводу ігровою діяльністю є її психологічна структура, яка є складним утворенням і своєрідно виявляється в кожній конкретній грі. Притаманна іграм варіативність зумовлює особливості педагогічного керівництва творчими іграми та іграми за готовими правилами (Кудикіна, 2012).

Висновки. Теоретичний аналіз результатів дослідження дозволяє стверджувати, що ігрова діяльність розглядається вченими як важливий компонент педагогічної системи, яка цілеспрямовано використовується для базової підготовки особистості до вирішення проблем у майбутньому. Серед специфічних дитячих форм діяльності гра стоїть на першому місці. Потенційні можливості ігрової діяльності, як педагогічного засобу зумовлені низкою чинників, а саме, ігрова діяльність є провідним видом діяльності в дошкільному дитинстві, активною формою пізнання світу, способом залучення дитини в соціальні відносини, ефективним розвивальним середовищем, первинною спробою втілити в життя те, чому навчилася дитина. Ігрова діяльність є важливою і найдоступнішою формою діяльності дошкільників, засобом самовираження, що найбільше відповідає їх фізичним і психічним можливостям. Аналіз теоретичних підходів до сутності ігрової

діяльності надає змогу визначити її не лише як провідну діяльність дитини на межі дошкільного дитинства, а й як важливий засіб навчання і виховання дітей, самостійний та самооцінний вид діяльності та як форму організації виховного процесу.

Перспективи подальших досліджень. Результати даного наукового дослідження слугуватимуть основою для розробки концепції ігрової діяльності у

фізичному вихованні дітей дошкільного віку.

Конфлікт інтересів. Автори відзначають, що не існує ніякого конфлікту інтересів.

Джерела фінансування. Ця стаття не отримала фінансової підтримки від державної, громадської або комерційної організації.

СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ

- Богиніч, О.Л. (2001). *Фізичне виховання дошкільників засобами гри*. Київ: СП ЧИП. *Большой энциклопедический словарь* (2001). Санкт-Петербург: Норинт.
- Бусела, В.Т. (Ed.). (2005). *Великий тлумачний словник сучасної української мови*. Київ, Ірпінь: ВТФ Перун.
- Выготский, Л.С. (2001). *Игра и ее роль в психическом развитии ребенка*. СПб: Питер.
- Газман, О.С. & Харитоновна, Н.Е. (1991). *В школу – с игрой*. Москва : «Просвещение».
- Гамезо, М.В. & Домашенко, И.А. (2006). *Атлас по психологии*. Москва: Педагогическое общество России.
- Гончаренко, С.У. (1987). *Український педагогічний словник*. Київ: Либідь.
- Демченко, В.В. (Ed.). (2012). *Тезаурус методичного працівника*. Рівне : РОІППО.
- Довбня, С.О. (2010). Теория игровой деятельности как основная исходная позиция методологических основ исследования. *Український науково-інтелектуальний простір: реалії та перспективи розвитку*. 128-132.
- Дуткевич, Т.В. (2012). *Дитяча психологія*. Київ: Центр учбової літератури.
- Карасьова, К.В., & Піроженко, Т.О. (2010). *Світ дитячої гри*. Київ: Шк. Світ.
- Колесникова, Н.Н., Ведмич, В.М., & Навалихина, И.В. (2006). *Организация развивающей оздоровительной деятельности в дошкольном образовательном учреждении*. Иркутск: Иркутский государственный педагогический университет.
- Кононенко, Б.И. (2003). *Большой толковый словарь по культурологии*. Москва : Вече, Аст.
- Концепція дошкільного виховання в Україні* (1993). Київ : Освіта.
- Копытин, А.И. (2001). *Практикум по игровой психотерапии*. СПб.: Питер.
- Кремень, В.Г. (Ed.). (2008). *Енциклопедія освіт*. Київ: Юрінком Інтер.
- Кудикіна, Н.В. (2004). *Теоретичні засади педагогічного керівництва ігровою діяльністю молодших школярів у позаурочному навчально-виховному процесі*. (Unpublished Doctoral dissertation). Київ, Україна.
- Кудикіна, Н.В. (2010). *Гра: феноменологічна та педагогічна характеристики*. Освітологічний дискурс. 1. 20-31.
- Кудикіна, Н.В. (2012). *Теорія ігрової діяльності дітей: монографія*. Київ: НМЦВД КУ імені Бориса Грінченка.
- Леонтьев, А.Н. (1975). *Деятельность, сознание, личность*. Москва : Смысл.
- Макаренко, А. (1978). *Книга для батьків*. Київ : Рад. школа.
- Михайленко, Т.М. (2011). Игровые технологии как вид педагогических технологий. *Педагогика: традиции и инновации: материалы междунар. заоч. науч. конф.* Челябинск: Два комсомольца, 140-146.
- Новоселова, С.Л. (1999). Классификация детских игр. *Источник*, 2, 69-74.
- Огнев'юк, В.О. (2016). *Дитина: Освітня програма для дітей від двох до семи років*. Київ : ун-т ім. Б. Грінченка.
- Пасічник, В. & Пітин, М. (2016). Проблема класифікації ігор у фізичному вихованні дітей дошкільного віку. *Фізична культура, спорт та здоров'я нації*, 2, 319-326.
- Пасічник, В. & Пітин, М. (2017). Класифікація народних ігор у фізичному вихованні дітей дошкільного віку. *Спортивний вісник Придніпров'я*, 1, 222-226.

- Пасічник, В. (2016). Напрями удосконалення змісту фізичного виховання дітей дошкільного віку за допомогою ігрових засобів. *Спортивна наука України*, 4 (74), 17-25.
- Пасічник, В.М. & Пасічник В.Р. (2016). Можливості використання елементів спортивних ігор з м'ячем для розвитку фізичних якостей дітей старшого дошкільного віку. *Теоретико-методичні засади спортивних та рекреаційних ігор* : зб. наук. ст. Львів, 101-105.
- Пасічник, В.М., Пітин, М. П. & Згоба, В. Л. (2016). Сучасні ігрові технології з елементами видів спорту у фізичному вихованні дітей дошкільного віку. *Науковий часопис національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова*. Серія № 15 Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт), Вип. 10, (80) 16, 88-93
- Пихтіна, Н.П. (2018). Корекція негативної поведінки у дітей старшого дошкільного та молодшого шкільного віку засобами соціально-педагогічних і реабілітаційних ігор. *Наукові записки Ніжинського державного університету ім. М. Гоголя*. Серія: Психолого-педагогічні науки, 3, 133-139.
- Піроженко, Т.О. (2016). *Ігрова діяльність дошкільника : молодший дошкільний вік*. Київ : Генеза.
- Поніманська, Т.І. (2004). *Дошкільна педагогіка*. Київ: Академвидав.
- Приступа, Є.Н., Петришин, Ю.В., Виноградський, Б.А., Петрина, Р.Л. & Пасічник, В.М. (2014). *Дидактичні ігри з м'ячами*. Львів: ЛДУФК.
- Приступа, Євген (Ed.). (2010). *Фізична рекреація* Навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту. Львів : ЛДУФК.
- Рапацевич, Е.С. (Ed.). (2001). *Современный словарь по педагогике*. Минск: Современное слово.
- Ретюнских, Л.Т. (1998). *Онтология игры*. (дис. д-ра. философских наук). Москва, Россия.
- Рубинштейн, С.Л. (1999). *Основы общей психологии*. СПб. : ЗАО Издательство Питер.
- Савченко, О.Я. (1997). *Дидактика початкової школи*. Київ: Абрис.
- Селевко, Г.К. (2005). *Энциклопедия образовательных технологий*. Т. 1. Москва: Народное образование.
- Смирнова, Е.О., & Рябкова И.А. (2013). Психологические особенности игровой деятельности современных дошкольников. *Вопросы психологии*, 2, 15-24.
- Стельмахович, М.Г. (1997). *Українська народна педагогіка*. Київ : ІЗМН.
- Степин, В. С. (2001). *Новая философская энциклопедия*. Т.2. Москва : Мысль.
- Сухомлинський, В.О. (1977). *Серце віддаю* Київ : Рад. школа.
- Цьось, А.В. (2000). *Фізичне виховання в календарній обрядовості українців*. Луцьк : Надстир'я.
- Чаговець, А.І. (2019). Гармонійне виховання дітей 4-6 років у культурно-освітньому просторі дошкільного навчального закладу. дис. д-ра. пед. наук) Східноукр. нац. ун-т ім. Володимира Даля. Київ, Україна.
- Шапар, В.Д. (2004). *Психологічний тлумачний словник*. Харків: Прапор.
- Шмаков, С.А. (1994). *Игры учащихся - феномен культуры*. Москва : Новая школа.
- Эльконин, Д.Б. (1978). *Психология игры*. Москва : Педагогика.
- Юрчук, В.В. (2000). *Современный словарь по психологии*. Минск : Элайда.

Стаття поступила до редакції: 05.03.2020.

Опублікована: 01.06.2020.

Аннотация. Пасичник В. М. Сущность игровой деятельности в формировании личности детей дошкольного возраста. Цель: провести теоретический анализ сущности игровой деятельности для процесса формирования личности детей дошкольного возраста. Методы: изучение и анализ научно-методической литературы, индукции и дедукции, сравнения и обобщения, системного анализа. Результаты: отражены место и сущность игровой деятельности в образовательно-воспитательном процессе современного заведения дошкольного образования. Отмечено, что игровая деятельность является незаменимой составляющей детской жизни, что обеспечивает психологический комфорт ребенка,

саморазвитие детской личности, его приобщение к культуре человечества. Используя метод теоретического анализа учебно-методических источников по проблеме исследования, охарактеризованы сущность понятий «игровая деятельность», «деятельность», «игра». Выделены аспекты педагогического потенциала игровой деятельности в формировании гармонично развитой личности ребенка дошкольного возраста. Рассмотрены общие признаки и компоненты, присущие игровой деятельности. Определены этапы развития, структура и функции игровой деятельности детей дошкольного возраста, определены аспекты педагогического руководства игровой деятельностью. Отмечено, что в педагогическом процессе учреждения дошкольного образования игра является средством воспитания, формой организации обучения, воспитания, методом и приемом обучения детей.

Ключевые слова: игровая деятельность, деятельность, игра, дети дошкольного возраста.

Abstract. Pasichnyk Viktoriya *The essence of playing activity in formation of personality at children of pre-school age.* Purpose: to carry out a theoretical analysis of the essence of gaming activity for the process of forming the personality of preschool children. Methods: the study and analysis of scientific and methodological literature, induction and deduction, comparison and generalization, system analysis. Results: the place and essence of game activity in the educational process of the modern institution of preschool education are reflected. It is noted that gaming activity is an indispensable component of children's life, which ensures the psychological comfort of the child, the self-development of the child's personality, its familiarization with the culture of mankind. Using the method of theoretical analysis of educational sources on the research problem, the essence of the concepts of «game activity», «activity», «game» is characterized. Aspects of the pedagogical potential of gaming activity in the formation of a harmoniously developed personality of a child of preschool age are highlighted. The general features and components inherent in gaming activity are considered. Stages of development, structure and functions of the game activity of preschool children are determined, aspects of the pedagogical management of game activity are determined. It is noted that in the pedagogical process of preschool education, the game is a means of upbringing, a form of organization of instruction, upbringing, a method and method of teaching children. The game activity is considered by scientists as an important component of the pedagogical system, which is purposefully used for basic preparation of personality for solving problems in the future. Among the specific children's forms of activity, the game is in the first place. Potential possibilities of play activity as a pedagogical tool are caused by a number of factors, namely, play activity is a leading kind of activity in preschool childhood, an active form of knowledge of the world, a way of involving the child in social relations, an effective developmental environment, a primary attempt to put into practice what he learned child. Playing is an important and accessible form of activity for preschoolers, a means of expression that most closely matches their physical and mental abilities.

Key words: game activity; activity; game; preschool children.

Reference

- Bohinich, O.L. (2001). *Fizychne vykhovannya doshkil'nykiv zasobamy hry* [Physical education of pre-school children by playing methods]. Kyiv: SP CHYP. [in Ukrainian].
- Bol'shoy éntsyklopedychesky slovar'* [The Great Encyclopedic Dictionary]. (2001). Sankt-Peterburh: Norynt. [in Russian].
- Busela V.T. (Ed.). (2005). *Velykyy tlumachnyy slovnyk suchasnoyi ukrayins'koyi movy* [The Great Glossary of Modern Ukrainian]. Kyiv, Irpin': VTF Perun. [in Ukrainian].
- Vyhotsky, L.S. (2001). *Yhra y ee rol' v psykhycheskom razvytyy rebenka* [A game and its role in the child's mental development]. SPb: Pyter. [in Russian].
- Hazman, O.S. & Kharytonova, N.E. (1991). *V shkolu – s yhro* [To school – with game]. Moskva : «Prosveshhenie». [in Russian].
- Hamezo, M.V. & Domashenko, Y.A. (2006). *Atlas po psykholohyy* [Psychology atlas]. Moskva: Pedahohycheskoe obshchestvo Rossyy. [in Russian].

- Honcharenko, S.U. (1987). *Ukrayins'kyy pedahohichnyy slovnyk* [Ukrainian pedagogical dictionary]. Kyiv: Lybid'. [in Ukrainian].
- Demchenko, V.V. (Ed.). (2012). *Tezaurus metodychnogo pracivnyka* [Thesaurus by a methodical worker]. Rivne : ROIPPO. [in Ukrainian].
- Dovbnya, S.O. (2010). Teoryya yhrovoy deyatel'nosti kak osnovnaya yskhodnaya pozytsyya metodolohycheskykh osnov yssledovannya [Game theory as the main starting point of the methodological basis of the research]. *Ukrayins'kyy naukovo-intelektual'nyy prostir: realiyi ta perspektyvy rozvytku* [Ukrainian scientific and intellectual space: realities and prospects for development], 128-132. [in Ukrainian].
- Dutkevych, T.V. (2012). *Dytyacha psykholohiya* [Didactic games with balls]. Kyiv: Tsentr uchbovoyi literatury. [in Ukrainian].
- Karas'ova, K.V., & Pirozhenko, T.O. (2010) *Svit dytyachoyi hry* [World of children's game]. Kyiv: Shk. Svit. [in Ukrainian].
- Kolesnykova, N.N., Vedmych, V.M., & Navalikhyna, Y.V. (2006). *Orhanyzatsyya razvyvayushchey ozdorovitel'noy deyatel'nosti v doskol'nom obrazovatel'nom uchrezhdenny* [Organization of developing health activities in pre-school educational institution]. Yrkut-sk: Yrkut-skyy hosudarstvennyy pedahohycheskyy unyversytet. [in Ukrainian].
- Kononenko, B.Y. (2003). *Bol'shoy tolkovyy slovar' po kul'turolohiy* [The Great Glossary on Cultural Studies]. Moskva : Veche, Ast. [in Russian].
- Kontseptsiya doskil'noho vykhovannya v Ukrayini* [Concept of preschool education in Ukraine] (1993). Kyiv : Osvita. [in Ukrainian].
- Kopytyn, A.Y. (2001). *Praktykum po yhrovoy psykhoterapyi* [Practical work on gaming psychotherapy]. SPb.: Pyter. [in Russian].
- Kremen', V.G. (Ed.). (2008). *Encyklopediya osvity* [Encyclopedia of education]. Kyi'v: Jurinkom Inter. [in Ukrainian].
- Kudykina, N.V. (2010). Hra: fenomenolohichna ta pedahohichna kharakterystyky [Game: phenomenological and pedagogical characteristics]. *Osvitolohichnyy dyskurs* [Educational discourse], no 1, 20-31. [in Ukrainian].
- Kudykina, N.V. (2004). *Teoretychni zasady pedahohichnoho kerivnytstva ihrovoyu diyal'nisty molodshykh shkolyariv u pozaurochnomu navchal'no-vykhovnomu protsesi* [Theoretical principles of pedagogical guidance of playing activities at younger pupils in the out-of-school educational process]. (Unpublished Doctoral dissertation). Kyiv, Ukrayina. [in Ukrainian].
- Kudykina, N.V. (2012). *Teoriya ihrovoyi diyal'nosti ditey: monohrafiya* [Theory of play activity of children: monograph]. Kyiv: NMTSVD KU imeni Borysa Hrinchenka. [in Ukrainian].
- Leont'ev, A.N. (1975). *Deyatel'nost', soznanye, lychnost'* [Activity, consciousness, personality]. Moskva : Smysl. [in Russian].
- Makarenko, A.S. (1978). *Knyha dlya bat'kiv* [The book for parents]. Kyiv : Rad. shkola. [in Ukrainian].
- Mykhaylenko, T.M. (2011). Yhrovyte tekhnolohyy kak vyd pedahohycheskykh tekhnolohyy [Gaming technologies as a type of pedagogical technologies]. *Pedahohyka: tradytsyy y ynnovatsyy: materyaly mezhdunar. zaoch. nauch. konf. Chelyabynsk: Dva komsomol'tsa* [Pedagogy: traditions and innovations: materials of international scientific conference on distance Chelyabinsk], 140-146. [in Russian].
- Novoselova, S.L. (1999). *Klasyfikatsyya det-skykh yhr* [Classification of children's games]. *Ystochnyk* [Source], no.2, 69-74. [in Russian].
- Ohnev"yuk, V.O. (2016). *Dytyna: Osvitnya prohrama dlya ditey vid dvokh do semy rokiv* [Child: Educational program for children from two to seven years old]. Kyiv : un-t im. B. Hrinchenka. [in Ukrainian].
- Pasichnyk, V. & Pityn, M. (2017). *Klasyfikatsiya narodnykh ihor u fizychnomu vykhovanni ditey doskil'noho viku* [Classification of folk games in physical education of preschool children].

- Sportyvnyy visnyk Prydniprov'ya* [Sports herald of the Dnieper region], no 1, 222-226. [in Ukrainian].
- Pasichnyk, V. (2016). Napryamy udoskonalennya zmistu fizychnoho vykhovannya ditey doshkil'noho viku za dopomohoyu ihrovykh zasobiv [Directions for improving the physical education of pre-school children due to playing methods]. *Sportyvna nauka Ukrayiny* [Sports science of Ukraine], no 4 (74), 17-25, [in Ukrainian].
- Pasichnyk, V.M. & Pasichnyk V.R. (2016). Mozhlyvosti vykorystannya elementiv sportyvnykh ihor z m'yachem dlya rozvytku fizychnykh yakostey ditey starshoho doshkil'noho viku [Possibilities of using elements of sports games with a ball to develop physical qualities of children of older pre-school age]. *Teoretyko-metodychni zasady sportyvnykh ta rekreatsinykh ihor : zb. nauk. st. L'viv* [Theoretical and methodological principles of sports and recreational games: collection of scientific articles Lviv], 101-105. [in Ukrainian].
- Pasichnyk, V. & Pityn, M. (2016). Problema klasyfikatsiyi ihor u fizychnomu vykhovanni ditey doshkil'noho viku [The problem of games classification in physical education of children of pre-school age]. *Fizychna kul'tura, sport ta zdorov'ya natsiyi* [Physical culture, sport and health of the nation], no 2, 319-326. [in Ukrainian].
- Pasichnyk, V.M., Pityn, M. P. & Zhoba, V. L. (2016). Suchasni ihrovi tekhnolohiyi z elementamy vydiv sportu u fizychnomu vykhovanni ditey doshkil'noho viku [Modern game technologies with elements of sports in physical education of children of pre-school age]. *Naukovy chasopys natsional'noho pedahohichnoho universytetu imeni M. P. Drahomanov*. [Scientific journal of M. P. Drahomanov NPU], no 10(80), 16, 88-93. [in Ukrainian].
- Pykhtina, N.P. (2018). Korektsiya nehatyvnoyi povedinky u ditey starshoho doshkil'noho ta molodshoho shkil'noho viku zasobamy sotsial'no-pedahohichnykh i reabilitatsinykh ihor [Correction of negative behavior at children of senior pre-school and primary school age by means of socio-pedagogic and rehabilitation games.]. *Naukovi zapysky Nizhyns'koho derzhavnoho universytetu im. M. Hoholya. Seriya: Psykholoho-pedahohichni nauky*[Scientific notes of M. Gogol Nizhyn State University. Series: Psychology and pedagogical sciences], no 3, 133-139. [in Ukrainian].
- Pirozhenko, T.O. (2016). *Ihrova diyal'nist' doshkil'nyka : molodshyy doshkil'nyy vik* [Play activity of pre-school: junior pre-school age]. Kyiv : Heneza. [in Ukrainian].
- Prystupa, Je.N., Petryshyn, Ju.V., Vynogradskiy, B.A., Petryna, R.L. & Pasichnyk, V.M. (2014). *Dydaktychni igry z m'jachamy* [Didactic games with balls]. L'viv: LDUFK. [in Ukrainian].
- Prystupa, Jevgen (Ed.). (2010). *Fizychna rekreacija* [Physical recreation]. Navch. posib. dlja stud. vyssh. navch. zakl. fiz. vyhovannja i sportu. L'viv : LDUFK. [in Ukrainian].
- Ponimans'ka, T.I. (2004). *Doshkil'na pedahohika* [Pre-school pedagogy]. Kyiv: Akademvydav. [in Ukrainian].
- Retyunskykh, L.T. (1998). *Ontolohyya yhry* [Game ontology]. (dys. d-ra. fylosofskykh nauk). Moskva, Rossyya. [in Russian].
- Rubynshteyn, S.L. (1999). *Osnovy obshchey psykholohyy* [Fundamentals of the general psychology]. SPb.: ZAO Yzdatel'stvo Pyter. [in Russian].
- Savchenko, O.YA. (1997). *Dydaktyka pochatkovoyi shkoly* [Didactics of elementary school]. Kyiv: Abrys. [in Ukrainian].
- Selevko, H.K. (2005). *Éntsyklopedyya obrazovatel'nykh tekhnolohyy* [Encyclopedia of educational technologies], T. 1. Moskva: Narodnoe obrazovanye. [in Russian].
- Smyrnova, E.O., & Ryabkova Y.A. (2013). Psykholohycheskye osobennosti yhrovoy deyatel'nosti sovremennykh doshkil'nykh [Psychological features of playing activities of modern pre-school children]. *Voprosy psykholohyy* [Psychology questions], no. 2, 15-24. [in Russian].
- Rapacevich, E.S. (Ed.). (2001). *Sovremennyy slovar' po pedagogike* [Modern Dictionary on Pedagogy]. Minsk: Sovremennoe slovo. [in Belarus].
- Stel'makhovych, M.H. (1997). *Ukrayins'ka narodna pedahohika* [Ukrainian national pedagogics]. Kyiv: IZMN. [in Ukrainian].

- Stepyn, V.S. (2001). *Novaya fylosofskaya éntsyklopedyya* [New philosophical encyclopedia]. T.2. Moskva: Mysl'. [in Russian].
- Sukhomlyns'kyy, V.O. (1977). *Sertse viddyayu* [I give my heart]. Kyiv: Rad. shkola. [in Ukrainian].
- Ts'os', A.V. (2000). *Fyzychne vykhovannya v kalendarniy obryadovosti ukrayintsev* [Physical education in the calendar rite of Ukrainians]. Luts'k : Nadstyr'ja. [in Ukrainian].
- Chahovets', A.I. (2019). *Harmoniyne vykhovannya ditey 4-6 rokiv u kul'turno-osvitn'omu prostori doshkil'noho navchal'noho zakladu* [Harmonious upbringing of 4-6 year old children in the cultural and educational space of pre-school educational institution]. (dys. d-ra. ped. nauk) Skhidnoukr. nats. un-t im. Volodymyra Dalya. Kyiv, Ukrayina. [in Ukrainian].
- Shapar, V.D. (2004). *Psykhologichnyy tlumachnyy slovnyk* [Psychological Glossary]. Kharkiv: Prapor. [in Ukrainian].
- Shmakov, S.A. (1994). *Yhry uchashchykhsya - fenomen kul'tury* [Student games - cultural phenomenon]. Moskva : Novaja shkola. [in Russian].
- Él'konyn, D.B. (1978). *Psykhologyya yhry* [Game psychology]. Moskva: Pedahohyka. [in Russian].
- Yurchuk, V.V. (2000). *Sovremennyy slovar' po psykhologyyu* [Modern Dictionary on Psychology]. Mynsk : Élayda. [in Belarus].

Відомості про авторів / Information about the Authors

Пасічник Вікторія Михайлівна: кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент, доцент кафедри спортивних та рекреаційних ігор Львівського державного університету фізичної культури ім. І. Боберського: вул. Костюшко, 11, м. Львів, 79007 Україна.

Пасичник Виктория Михайловна: кандидат наук по физическому воспитанию и спорту, доцент, доцент кафедры спортивных и рекреационных игр Львовского государственного университета физической культуры им. И. Боберского: ул. Костюшко, 11, г. Львов, 79007 Украина.

Pasichnyk Viktoriya: Candidate of Science in Physical Education and Sports, Associate Professor, Associate Professor of the Department of Sports and Recreational Games of Lviv State University of Physical Culture I. Bobersky: st. Kostyushko, 11, Lviv, 79007 Ukraine.

<http://orcid.org/0000-0002-6381-1471>

E-mail: vikapaska@gmail.com

**Історичні аспекти використання спортивних та рухливих ігор у фізичній підготовці
військовослужбовців Збройних Сил України**Піддубний О. Г.¹, Палевич С. В.¹, Цимбалюк Ж. О.^{1,2}, Мусієнко А. В.²¹Харківський національний університет Повітряних Сил імені Івана Кожедуба²Харківський національний педагогічний університет імені Г.С. Сковороди

Анотація. Актуальність проблеми дослідження зумовлена необхідністю вивчення історичного досвіду становлення, впровадження та розвитку вправ із розділу «Спортивні та рухливі ігри», з метою реалізації державної політики щодо якісної розробки керівних документів з фізичної підготовки та спортивно-масової роботи військовослужбовців Збройних Сил України. **Мета:** проведення порівняльного аналізу використання спортивних та рухливих ігор в фізичній підготовці та спортивно-масовій роботі військовослужбовців за період з середини ХІХ сторіччя до наших часів. **Методи:** теоретичні – аналіз і узагальнення науково-методичної літератури, керівних документів з проблеми дослідження, узагальнення сучасного досвіду фізичної підготовки військовослужбовців. **Результати:** розглянуто період з середини ХІХ сторіччя до наших часів. Представлено порівняльний аналіз застосування ігрових вправ у фізичній підготовці військ у передреволюційні, післяреволюційні, радянські періоди та часи Незалежності України. **Висновки:** мета застосування ігрових вправ змінювалась разом зі змінами в системі бойової підготовки військ. Осмислення і раціональне використання накопиченого досвіду відкриває можливості визначати перспективи подальшого впровадження вправ з цього розділу при розробці керівних документів (Настанов, Керівництв) із фізичної підготовки військовослужбовців.

Ключові слова: військовослужбовці; фізична підготовка; спортивні ігри; рухливі ігри.

Вступ. Фізична підготовка є складовою частиною загальної системи навчання та виховання особового складу Збройних Сил України. Військові реформи, які проходили в ХІХ та ХХ сторіччях, вплинули на створення системи фізичної підготовки Збройних Сил України (Гавроник, Максимович, & Знатнова, 2017; Сорокин, Андросов, Федюк, & Павлов, 2017). Історичний аналіз впровадження та розвитку вправ із розділу «Спортивні та рухливі ігри» свідчить про те, що цей розділ широко застосовувався в підготовці військових, сприяв розвитку їх загальних та спеціальних якостей, що впливало на підвищення рівня фізичної готовності з метою успішного виконання бойових дій (Попов, Маракушин, & Бреславец, 2011; Смазнов, Гуков, & Девятков, 2020).

Тому наші дослідження були присвячені історичному аналізу

застосування засобів ігрових вправ у фізичній підготовці військовослужбовців, становленню цього розділу як самостійного у фізичній підготовці, а також спроб стандартизації підготовки в сучасний період реформування Збройних Сил України та реалізації державної політики щодо якісної розробки керівних документів з фізичної підготовки та спортивно-масової роботи, що є об'єктом уваги багатьох сучасних військових дослідників.

Зв'язок дослідження з науковими програмами, планами, темами. Дослідження проводилося відповідно теми плану НДР Харківського державного університету Повітряних Сил імені Івана Кожедуба, яка фінансується за рахунок державного бюджету Міністерства освіти і науки України на 2020-2021 р. р. «Стандарт індивідуальної фізичної підготовки».

Мета дослідження провести порівняльний аналіз використання спортивних та рухливих ігор в фізичній

підготовці та спортивно-масовій роботі військовослужбовців за період з середини ХІХ сторіччя до наших часів.

Методи дослідження: теоретичні – аналіз і узагальнення науково-методичної літератури, керівних документів з проблеми дослідження, узагальнення сучасного досвіду фізичної підготовки військовослужбовців.

Результати дослідження та їх обговорення. Ігрова діяльність застосовувалась в підготовці воїнів та мисливців з появою цих видів людської діяльності. Зараз ігрові вправи широко використовуються в розвитку, навчанні та вихованні сучасної людини. Не виключенням є і підготовка військовослужбовців.

Так, рухливі ігри – це різновид ігрової діяльності, що виникла для забезпечення потреб людини і включає в свій зміст різні дії, регламентовані найпростішими правилами. Вони широко застосовуються в фізичній підготовці, як засоби розвитку загальних фізичних та спеціальних якостей, без яких професійна діяльність військовослужбовця неможлива (Иглин, 2016). Їх слід розглядати як вправи загального фізичного впливу. Їх застосування впливає на одночасний розвиток декількох якостей. Вони застосовуються в підготовчій частині занять після загальнорозвиваючих вправ (частіше естафети), в основній частині можуть передувати виконанню вправ (як додаткова розминка, підходяща вправа) та після виконання вправ (як закріплення техніки виконання закріпленої дії тощо), а під час заключної частини – для відновлення організму.

Рухливі ігри виникли на базі тисячолітнього досвіду розвитку суспільства та застосовувались в підготовці воїнів з давніх часів. Одним з перших документів дореволюційної Росії, який містить рекомендації з навчання різним фізичним вправам стало «Повчання для освіти вихованців військово-навчальних закладів», що вийшло в 1848 році (Попов, Маракушин, & Бреславец, 2011). Однак його основний зміст відносився до бойової підготовки

особового складу. Одними з перших згадок розділу «Рухливих ігор» є «Повчання для ведення позакласних занять в кадетських корпусах», в якому надавалися спеціальні вказівки в проведенні ігор. У 1910 році була також видана інструкція «Фізичні вправи для кадетських корпусів», де давався опис різних фізичних вправ і методичних рекомендацій по їх навчанню і тренуванню, включаючи рухливі ігри (Иглин, 2016).

Спортивні ігри в такому вигляді, якому ми їх знаємо, з'явилися не відразу. У своєму становленні вони пройшли тривалий шлях, виникнувши з народних рухливих ігор розвиваючись з людським суспільством. Можна сказати, що спортивні ігри є вищим ступенем вдосконалення рухливих ігор.

Зараз спортивні ігри – це певні види спорту, які виникли в перебігу тривалого історичного періоду на базі рухливих ігор і досягли більш високого ступеня досконалості. Вони мають єдині правила, що визначають склад учасників, розміри і розмітку майданчиків, обладнання та інвентар, тривалість гри, дозвіл або заборона різних прийомів. Зі спортивних ігор проводяться навчально-тренувальні заняття і змагання, гравцям присвоюються спортивні розряди і звання, а суддям – суддівські категорії (Иглин, 2016).

Вправи зі спортивних ігор (враховуючи відносно незначний вік деяких ігор як видів спорту) почали застосовуватися в підготовці військовослужбовців на початку ХХ століття. Спортивні ігри на навчальних заняттях проводять як окрему тему, так і включають в зміст комплексних занять.

Науково доведеним фактом є різнобічний вплив занять спортивними іграми, які відповідно до загальноприйнятої класифікації відносяться до групи нестандартних або ситуаційних рухів, на розвиток рівня фізичної підготовленості, фізичних здібностей і спеціальних якостей, взаємодії, взаємної виручки, прояв ініціативи, творчості і винахідливості

(Иглин, 2016) та їх значення для боєздатності особового складу.

Історичний досвід розвитку фізичної підготовки військ свідчить, що вже у післяреволюційний період вийшла з лінії Всеобуча і Реввійськради ціла низка видань з фізичної підготовки і спорту для військовослужбовців (Физические упражнения в РККА, 1931; Руководство по спортивной работе в ВС СССР, 1962). Так, у 1922 році опубліковано ряд окремих керівництв за розділами фізичної підготовки, серед яких є і керівництво зі спортивних ігор. У 1924 році було випущено офіційне керівництво «Фізична підготовка РСЧА і допризовної молоді», де дані вказівки і програми для обов'язкових спортивних занять червоноармійців, курсантів, командирів Робітничо-селянської Червоної Армії (РСЧА) в процесі бойової підготовки. Одним із розділів були спортивні ігри з декларацією проведення спортивних змагань.

Спортивні ігри, перебуваючи на піку популяризації та розвитку, широко впроваджувались в заняттях військовослужбовців. Так у 1931 році вийшли «Фізичні вправи в РСЧА», в 1938 році – «Тимчасовий курс фізичної підготовки ВПС РСЧА» (Попов, Маракушин, & Бреславец, 2011).

Про те в процесі фізичного вдосконалення військовослужбовців провідну роль грали Наставови з фізичної підготовки і спорту (НФП). Їх аналіз говорить, що вже з першої НФП 1939 року в главі з програмним матеріалом та нормативами, одним із розділів стали «Спортивні ігри» (Наставление для командного и начальствующего состава, 1939). Як в першій, так і в наступних Наставах (НФП-43, НФП-48, НФП-54 та НФП-59) перед цим розділом ставилося завдання з розвитку фізичних якостей (загальної витривалості, швидкості у діях, спритності) (Наставление по физической подготовке ВС СССР, 1948; Наставление по физической подготовке СА и ВМС, 1954; Наставление по физической подготовке ВС СССР, 1959).

Наприкінці 50-х років в науковій літературі з'являються результати

досліджень провідних психологів В.Л. Марищука (1953, 1958), Т.Г. Джамгарова (1958), Л.А. Вейднер-Дубровина (1958) про вплив фізичної підготовленості військовослужбовців на успішність виконання професійних завдань та різницю в характері фізичних навантажень і рухових навичок у представників різних військових спеціальностей. Встановлено зв'язок окремих фізичних вправ з результатами бойової діяльності з урахуванням професійних особливостей (Марищук, 1970; Марищук, Горелов, & Лотоненко, 2010). Так в науковій літературі описані деякі з вправ із розділу «Спортивних ігор», які застосовувались в якості тестів з фізичної підготовки та вперше ввійшли у перелік нормативів НФП-66 для окремих військових спеціальностей. В настанові розкривалися особливості проведення занять з даного розділу фізичної підготовки з особовим складом різних родів та видів військ (Наставление по физической подготовке ВС СССР, 1966).

Перед розділом «Спортивні ігри» ставилося завдання не лише з розвитку загальних фізичних якостей, а й вольових якостей та спеціальних якостей військовослужбовців, які були актуальні в наступних Наставах (Наставление по физической подготовке СА и ВМС, 1978; Наставление по физической подготовке в СА и ВМС, 1987).

Найширшого застосування вправи (тести) з розділу «Спортивні ігри» набули серед льотного складу (Марищук, Горелов, & Лотоненко, 2010; Попов, Маракушин, & Бреславец, 2011). Під час щорічного Огляду на кращу організацію спортивної роботи у військах для отримання знаку «Воїн-спортсмен» льотний склад (льотчики та вертольотчики) окрім тестів з визначення рівня загальної фізичної підготовленості виконували тести зі спеціальної фізичної підготовленості, однією з часто використовуваних була вправа на координацію (№ 15). Вона виконувалась пілотами усіх вікових категорій. Умови виконання вправи: на обладнаній ділянці футбольного поля чи майданчику для гри в ручний м'яч

військовослужбовець виконує з дотриманням усіх правил гандболу (7х7) елементи (різновиди переміщень (біг обличчям та спиною вперед, з обертами), передачі та ловлю м'яча, ведення м'яча (прямо, між стійками), кидок м'яча (з 9 м у ворота)). Вимірюється час виконання тесту за умови влучання у ворота. Нормативом виконання вправи є час від 18 до 21 с (в залежності від вікової категорії).

Також, у 70-ті роки починають застосовувати спеціальну залікову вправу № 141 (тест Макарова) з оцінки психофізичних якостей льотного складу у навчальних військових закладах (Макаров, 1979; Маракушин, Ровный, & Попов, 2009).

Комплексна вправа виконувалась у спортивній залі на обладнаному баскетбольному майданчику. Після виконання обертів (вертикальних та горизонтальних) військовослужбовець виконує ведення баскетбольного м'яча (по прямій, «змійкою», обводку стійок), кидки із визначених місць у вертикальні цілі (зазначеним способом, після обертів на 360⁰) та передачу м'яча викладачеві. Причому послідовність оббігання стійок, вибір м'яча (за кольором) відбуваються після сигналів викладача (положенням рук) впродовж 3 с. Наприкінці дистанції військовослужбовець виконує політ-перекид через коня, приземлення та виконання стійки «Вільно!».

У 90-х роках тест було модифіковано (Макаров, 1988). Викладач надавав сигнали для вибору кольору м'яча та технічних дій на майданчику за допомогою табличок із записом найпростіших математичних прикладів (3²:3; 6²:3 тощо). Та фінішний відрізок було замінено підвісним пристроєм на перекладині та спеціальним отвором для пронурювання з приземленням на мати.

Довжина дистанції склала 57 м. При якісному виконанні всіх елементів вправи зараховувався час проходження дистанції. Нормативні вимоги: «відмінно» – 48 с, «добре» – 51 с, «задовільно» – 55 с. Цей перевірючий тест був обов'язковим з першого року навчання пілотів на етапі спеціальної підготовки у всіх навчальних

зкладах льотного спрямування, та на етапах спеціальної та льотної підготовки у спортивних клубах ДОСААФ.

Але враховуючи необхідність спеціального обладнання, необхідність тривалого часу для злагоженого виконання тесту на сьогодні він майже не застосовується комплексно (окрім деяких елементів).

За часи Незалежності України фізична підготовка військовослужбовців Збройних Сил традиційно регламентувалась Настановою. Відмінною особливістю сучасних Настанов став опис обов'язкових вправ з фізичної підготовки зі шкалами переводу їх результатів у бали. Першою за цей період була НФП-2009. Її аналіз виявив, що в переліку фізичних вправ, що входять до програм навчання фізичної підготовки, відсутні вправи із розділу «Спортивні та рухливі ігри» (Настанова з фізичної підготовки у ЗС України, 2009). Але до розділів, за якими проводяться практичні заняття з фізичної підготовки, цей розділ включено та на практиці керівники занять активно запроваджують ігрові вправи.

Вже у наступну ТНФП-2014 включено вправу № 19 «Спортивні ігри» (футбол, баскетбол, волейбол, ручний м'яч, бадмінтон, теніс, настільний теніс тощо), яка за описом застосовується для переважного розвитку спритності (Тимчасова настанова з фізичної підготовки у ЗС України, 2014). Але в жодній з цих Настанов не було включено вправ із розділу «Спортивні ігри» в якості тесту.

Слід зауважити, що фізична підготовка у військах включає розділ «Спортивні ігри», причому не існує жодної військової категорії (вікової, гендерної, за професійною специфікою), до навчальних програм якої б не входили різновиди спортивних ігор. Лише враховуючи спеціальні завдання, які стоять перед фахівцями, ці вправи застосовуються з різною метою. Наприклад, в фізичній підготовці військовослужбовців десантних військ, частин радіаційного, хімічного і біологічного захисту, для льотного складу частин розвідувальної, бомбардувальної та

транспортної авіації – для розвитку загальної витривалості, для військовослужбовців частин забезпечення, зберігання, ремонту й обслуговування, для військовослужбовців зенітних ракетних військ – для розвитку швидкісної витривалості, для військовослужбовців частин забезпечення, зберігання, ремонту й обслуговування, для льотного складу частин винищувальної та штурмової авіації – для розвитку спритності, для військовослужбовців танкових військ, ракетних військ і артилерії, військ протиповітряної оборони Сухопутних військ, інженерних військ, військ зв'язку – для виховання згуртованості підрозділів, для військовослужбовців частин морської піхоти, спеціального призначення, підрозділів з боротьби з підводно-диверсійними силами, для військовослужбовців частин спеціального призначення, розвідувальних частин, горно-піхотних підрозділів, десантних військ – для удосконалення навичок в колективних діях, для військовослужбовців надводних кораблів і підводних човнів, льотного складу, пошуково-рятувальних частин – як активний відпочинок.

Велике значення в підготовці військовослужбовців завжди відігравав спорт (Руководство по спортивной работе в ВС СССР, 1962). В розпорядку дня сучасного воїна є часи, коли він за індивідуальним вибором займається обраним видом спорту. Так в часи спортивно-масової роботи та індивідуальної підготовки військовослужбовець (в залежності від рівня спортивних досягнень) від 6 до 12 годин на тиждень тренується за обраними вправами. В разі високих спортивних досягнень (під час підготовчих зборів) і більше.

В післяреволюційні часи, враховуючи найбільшу популярність та історичну сталість, футбол найчастіше застосовувався серед військових (Гавроник, Максимович, & Знатнова, 2017). Вже у 1923 році під час відкриття ДПСМ (Дослідно-показовий спортивний майданчик), який став першим

футбольним полем при військовому відомстві, відбулась футбольна зустріч на Першість міста. В ній дебютував новий клуб «ДПСМ» (в майбутньому ЦСКА). У 1924 році на цій спортивній базі запрацювало 10 секцій (для військових), серед яких були: футбол, хокей з м'ячем, баскетбол. Роботою секцій керували працівники ДПСМ.

Наприкінці літа 1923 року в Москві проводилась Перша Всеармійська Спартакіада, в якій змагались збірні команди воєнних округів, фронтів, флотів. Окрім військово-прикладних видів в програму були включені змагання з футболу. В серпні 1925 року під час Другої Всеармійської Спартакіади військовослужбовці дебютували в змаганнях з баскетболу. Дебют армійського хокею відбувся на ковзанці Чистих ставків 16 грудня 1923 року. Відбулася зустріч між командами «Динамо» і ДПСМ (ЦСКА).

Спортивні ігри набували популярності не тільки серед учнівської молоді, а й стали одним із популярніших засобів в підготовці військовослужбовців. Так, в 1930 році на П'ятій Всеармійській Спартакіаді пройшли змагання з футболу, баскетболу, волейболу, городків і тенісу.

На сьогодні щорічно серед військових проходить спартакіада Збройних Сил України з шести видів спорту. І один з них – футзал. Також щорічно відбувається Чемпіонат ЗС України з футзалу серед видів та окремих родів військ. Щорічно (впродовж останніх п'яти років) проводиться Чемпіонат України з футболу серед команд Ліги учасників АТО. З інших видів спортивних ігор не поводиться офіційних змагань серед військових.

З ряду видів спортивних ігор серед військовими проводяться міжнародні змагання. Воєнні Чемпіонати світу проходять з футболу, волейболу, баскетболу. До програми Всесвітніх воєнних ігор (CISM) входять: футбол, баскетбол, волейбол, пляжний волейбол та гольф. Але українські військовослужбовці жодного разу не кваліфікувалися до участі в цих змаганнях.

Складовою авіаційного багатоборства в змаганнях CISM є баскетбольний аеронавтичний тест (General regulation. Military Aeronautical Pentathlon, 2012). Він складається з двох розділів: курс Здібності (Вправа № 1 «Координація», Вправа № 2 «Спритність», Вправа № 3 «Швидкість») та Релаксація (Вправа № 4 «Релаксація»). Змагання проводяться в спортивному залі на баскетбольному майданчику. У вправі № 1 «Координація» спортсмен виконує кидки м'ячів зі штрафної лінії, у вправі № 2 «Спритність» – ведення м'яча за маршрутом між перешкодами, атаки обох корзин до потрапляння, у вправі № 3 «Швидкість» – швидкісні кидки за 30 с з довільної точки, у вправі № 4 «Релаксація» – 20 штрафних кидків протягом 4 хвилин (з них 10 кидків виконуються з обов'язковим торканням м'яча по щиту, а останні 10 – без торкання щита). Результати кожної вправи (час виконання, кількість закинутих м'ячів, штрафні бали) за оціночною таблицею складаються в загальний результат (Military pentathlon. General regulation, 2016; Кирпенко, Корчагін, Одінаєв, Піддубний, Попов, & Сіянко, 2017).

До змагань в цьому багатоборстві допускаються лише військовослужбовці льотних спеціальностей (Military pentathlon. Annexes, 2016). Тому Збірна команда України базується в єдиному навчальному закладі льотного профілю ХНУПС імені Івана Кожедуба. За останні роки команда здобула III місце (2017 р.) та II місце (2018 р.) на відкритому Чемпіонаті Європи.

Модифікований із аеронавтичних вправ (Military pentathlon. Contest regulation, 2016), баскетбольний тест було апробовано у 2018-2019 навчальному році серед курсантів ХНУПС. Він складався із горизонтальних обертів, бігу «змійкою»

коло перешкод, ведення баскетбольного м'яча (по прямій, обводка стійок), кидки м'яча в кошик. Замірювався час виконання тесту, але на отриманий результат значно вплинув низький технічний рівень підготовленості більшості курсантів. Тому провести психометричний аналіз (на валідність, надійність, об'єктивність, точність) для впровадження тесту в зміст стандартів з фізичної підготовки військовослужбовців було недоцільно.

Висновки. Дослідження впровадження ігрових вправ у фізичну підготовку військовослужбовців в період з середини XIX сторіччя до наших часів дозволяє зробити висновки про активне застосування вправ із розділу «Спортивні та рухливі ігри». Мета застосування ігрових вправ змінювалась разом зі змінами в системі бойової підготовки військ. Осмислення і раціональне використання накопиченого досвіду відкриває можливості визначити перспективи подальшого впровадження вправ з цього розділу при розробки керівних документів (Настанов, Керівництв) з фізичної підготовки військовослужбовців.

Перспективи подальших досліджень полягають у визначенні взаємозв'язку між впливом спортивних та рухливих ігор на фізичні та психологічні якості військовослужбовців та професійно-прикладними якостями в різних родах та видах військ, доцільність введення індивідуальних тестів із застосуванням вправ із цього розділу для визначення рівня фізичної підготовленості.

Конфлікт інтересів. Автори відзначають, що не існує ніякого конфлікту інтересів.

Джерела фінансування. Ця стаття не отримала фінансової підтримки від державної, громадської або комерційної організації.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ:

- Гавроник, В.И., Максимович, В.А., & Знатнова, Е.В. (2017). Исторические этапы развития военно-прикладной физической подготовки. *Педагогічні аспекти професійної підготовки майбутнього фахівця з фізичного виховання та спорту*, 147 (1), 287-290. [http://C:/Users/User/Downloads/VchdpuPN_2017_147\(1\)_54.pdf](http://C:/Users/User/Downloads/VchdpuPN_2017_147(1)_54.pdf)
- Иглин, А.В. (2016). Содержание комплексных занятий по физкультуре с использованием спортивных игр в системе военных довузовских образовательных организаций.

Научное обозрение. Педагогические науки, 6, 65-80. URL: [https:// science-pedagogy.ru/ru/article/view?id=1574](https://science-pedagogy.ru/ru/article/view?id=1574)

- Кирпенко, В.М., Корчагин, М.В., Одінаєв, О.К., Піддубний, О.Г., Попов, Ф.І., & Сіянка, О.В. (2017). *Аеронавтичне багатоборство*. Харків : ХНУПС.
- Макаров, Р.Н. (1979). *Физическая подготовка летчика ВВС*. М.: ВВА им. Ю.А. Гагарина.
- Макаров, Р.Н. (1988). *Методические рекомендации по физической и психофизиологической подготовке летного и курсантского состава гражданской авиации*. М.: Воздушный транспорт.
- Маракушин, А.И., Ровный, А.С., & Попов, Ф.И. (2009). Тест Макарова как средство профессионально-психологического отбора курсантов на операторские специальности. *Слобожанський науково-спортивний вісник*, 3, 324-328.
- Марищук, В.Л. (1970). Оценка эмоциональной устойчивости, прогноз напряженности. *Военно-инженерная психология*. М.: Воениздат.
- Марищук, В.Л., Горелов, А.А., & Лотоненко, А.А. (2010). Особенности деятельности военного лётчика и физическая подготовка. *Культура физическая и здоровье*, 1, 41-44. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=17785504>
- Наставление для командного и начальствующего состава РККА – индивидуальная гимнастика на каждый день (НФП-39)* (1939). М. : Государственное военное издательство Народного комиссариата обороны Союза ССР.
- Наставление по физической подготовке Вооруженных Сил Союза ССР (НФП-48)* (1948). М.: Воениздат Министерства обороны Союза ССР.
- Наставление по физической подготовке Советской Армии и Военно-морских Сил (НФП-54)* (1954). М.: Воениздат Министерства обороны Союза ССР.
- Наставление по физическому воспитанию в суворовских, нахимовских и подготовительных военных училищах (НФВ-1954)* (1954). М.: Воениздат Министерства обороны Союза ССР.
- Наставление по физической подготовке Вооруженных сил Союза ССР (НФП-59)* (1959). М.: Воениздат Министерства обороны Союза ССР.
- Наставление по физической подготовке Вооруженных Сил СССР (НФП-66)* (1966). М.: Воениздат Министерства обороны Союза ССР.
- Наставление по физической подготовке Советской Армии и Военно-морского Флота (НФП-78)* (1978). М.: Воениздат Министерства обороны СССР.
- Наставление по физической подготовке в Советской Армии и Военно-морском Флоте (НФП-87)* (1987). М.: Воениздат.
- Настанова з фізичної підготовки у Збройних Силах України (НФП-2009)* (2009). К.: Міністерство оборони України.
- Попов, Ф.И., Маракушин, А.И., & Бреславец, Н.Н. (2011). Физическая подготовка летного состава – компонент безопасности полетов. *Физическое воспитание студентов*. 3, 76-79. URL: <https://www.sportedu.org.ua/html/journal/2011-N3/11pfiofs.pdf>
- Руководство по спортивной работе в ВС СССР* (1962). М.: Воениздат Министерства обороны Союза ССР.
- Смазнов, К.С., Гуков, Н.Е., & Девятов, В.А. (2020). Результаты исследования применения средств гимнастики в физической подготовке военнослужащих Вооруженных Сил России (1700-1918 г. г.). *Научно-спортивный вестник Урала и Сибири*. 1 (25), 53-57. <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=42390776>
- Сорокин, В.П., Андросов, А.М., Федюк, Н.С., & Павлов, А.Г. (2017). Значение теоретических знаний по физической подготовке для слушателей военных академий Министерства Обороны Российской Федерации. *Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта*. 4 (146), 223-227. <http://lesgaft-notes.spb.ru/files/4-146-2017/p223-227.pdf>
- Тимчасова настанова з фізичної підготовки у Збройних Силах України (ТНФП-2014)* (2014). К.: Генеральний штаб, 160.
- Физические упражнения в РККА* (1931). М.: Государственное военное издательство.

General regulation. Military Aeronautical Pentathlon. Edition Conseil International du Sport Militaire (2012).

Military pentathlon. Annexes. Edition International military sports council (2016).

Military pentathlon. Contest regulation. Edition International military sports council (2016).

Military pentathlon. General regulation. Edition International military sports council (2016).

Стаття поступила до редакції: 04.05.2020.

Опублікована: 01.06.2020.

Аннотация. *Поддубный А.Г., Палевич С.В., Цымбалюк Ж.А., Мусиенко А.В. Исторические аспекты использования спортивных и подвижных игр в физической подготовке военнослужащих Вооруженных Сил Украины. Актуальность проблемы исследования обусловлена необходимостью изучения исторического опыта становления, внедрения и развития упражнений из раздела «Спортивные и подвижные игры», в целях реализации государственной политики по качественной разработке руководящих документов по физической подготовке и спортивно-массовой работы военнослужащих Вооруженных Сил Украины. Цель: проведение сравнительного анализа использования спортивных и подвижных игр в физической подготовке и спортивно-массовой работе военнослужащих за период с середины XIX века до наших дней. Методы: теоретические - анализ и обобщение научно-методической литературы, руководящих документов по проблеме исследования, обобщение современного опыта физической подготовки военнослужащих. Результаты: рассмотрено период с середины XIX века до наших дней. Представлен сравнительный анализ применения игровых упражнений в физической подготовке войск в предреволюционные, послереволюционные, советские периоды и времена Независимости Украины. Выводы: цель применения игровых упражнений менялась вместе с изменениями в системе боевой подготовки войск. Осмысление и рациональное использование накопленного опыта открывает возможности определять перспективы дальнейшего внедрения упражнений из этого раздела при разработке руководящих документов (наставлений, руководств) по физической подготовке военнослужащих.*

Ключевые слова: *военнослужащие; физическая подготовка; спортивные игры; подвижные игры.*

Abstract. *Aleksandr Poddubny, Sergey Palevich, Zhanna Tzymbaliyk, Anton Musiyenko. Historical aspects of the use of sports and mobility games in the physical training of military personnel of the Armed Forces of Ukraine. The urgency of the research problem is caused by the need to study the historical experience of formation, implementation and development of exercises in the section "Sports and mobility games", in order to implement the state policy on the qualitative development of guidance documents on the physical training and sports and mass work of military personnel of the Armed Forces of Ukraine. The use of game exercises in the physical training of servicemen has acquired the status of an independent section in training programs, which promotes the development of their general and special qualities during training, and as a means of active recreation after combat missions. Purpose: To conduct a comparative analysis of the use of sports and games in the physical training and mass work of military personnel from the middle of the nineteenth century to the present time. Methods: theoretical - analysis and generalization of scientific and methodological literature, guiding documents on the problem of research, generalization of the modern experience of physical training of servicemen. Results: The period from the middle of the nineteenth century to the present is considered. A comparative analysis of the use of game exercises in the physical training of troops in the pre-revolutionary, post-revolutionary, Soviet periods and times of Independence is presented. Guiding documents regulating the system of physical training of servicemen in both military and military educational institutions are analyzed. Conclusions: The purpose of game exercises varied with changes in the military training system. Reflection and rational use of the accumulated experience opens opportunities to determine the*

prospects of further implementation of the exercises in this section in the development of guidance documents (Guidelines, Guidelines) on the physical training of military personnel.

Keywords: *military personnel, physical training, sports games, mobile games.*

Reference

- Gavronik, V.I., Maksimovich, V.A., & Znatnova, E.V. (2017). Istoricheskie etapy razvitiya voenno-prikladnoj fizicheskoj podgotovki [The historical stages of the development of military-applied physical training]. *Pedagogichni aspekti profesijnoyi pidgotovki majbutnogo fahivcya z fizichnogo viovannya ta sportu* [Pedagogical aspects of the professional training of the Maybach fahivtsia from the physical revolution and sport], no 147(1), 287-290. [http://C:/Users/User/Downloads/VchdpuPN_2017_147\(1\)_54.pdf](http://C:/Users/User/Downloads/VchdpuPN_2017_147(1)_54.pdf) [in Ukrainian].
- Iglin, A.V. (2016). Soderzhanie kompleksnyh zanyatij po fizkulture s ispolzovaniem sportivnyh igr v sisteme voennyh dovuzovskih obrazovatelnyh organizacij [The content of comprehensive physical education classes using sports games in the system of military pre-university educational organizations]. *Nauchnoe obozrenie. Pedagogicheskie nauki* [Scientific Review. Pedagogical science], no 6, 65-80. URL: [https:// science-pedagogy.ru/ru/article/view?id=1574](https://science-pedagogy.ru/ru/article/view?id=1574) [In Russian].
- Kirpenko, V.M., Korchagin, M.V., Odinaev, O.K., Piddubnij, O.G., Popov, F.I., & Siyanko, O. V. (2017). *Aeronavtichne bagatoborstvo* [Aeronautical all-around]. Harkiv: HNUPS. [in Ukrainian].
- Makarov, R.N. (1979). *Fizicheskaya podgotovka letchika VVS* [Physical training of the Air Force pilot]. M.: VVA im. Yu.A. Gagarina. [In Russian].
- Makarov, R.N. (1988). *Metodicheskie rekomendacii po fizicheskoj i psihofiziologicheskoj podgotovke letnogo i kursantskogo sostava grazhdanskoj aviacii* [Guidelines for the physical and psychophysiological training of flight and cadet personnel of civil aviation]. M.: Vozdushnyj transport [In Russian].
- Marakushin, A.I., Rovnjy, A.S., & Popov, F.I. (2009). Test Makarova kak sredstvo professionalno-psihologicheskogo otbora kursantov na operatorskie specialnosti [Makarov test as a means of professional-psychological selection of cadets for camera specialties]. *Slobozhanskij naukovosportivnij visnik* [Makarov test as a means of professional-psychological selection of cadets for camera specialties], no 3, 324-328. [in Ukrainian].
- Marishuk, V.L. (1970). Ocenka emocionalnoj ustojchivosti, prognoz napryazhennosti [Assessment of emotional stability, the forecast of tension.]. *Voенно-инженерная психология* [Military engineering psychology]. M.: Voenizdat. [In Russian].
- Marishuk, V.L., Gorelov, A.A., & Lotonenko, A.A. (2010). Osobennosti deyatel'nosti voennogo lyotchika i fizicheskaya podgotovka [Features of the activities of a military pilot and physical fitness]. *Kultura fizicheskaya i zdorove* [Physical Culture and Health], no 1, 41-44. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=17785504> [In Russian].
- Nastavlenie dlya komandnogo i nachalstvuyushogo sostava RKKA – individualnaya gimnastika na kazhdyj den (NFP-39)* [Manual for the commanding and commanding staff of the Red Army - individual gymnastics for every day (NFP-39)] (1939). M.: Gosudarstvennoe voенное izdatel'stvo Narodnogo komissariata oborony Soyuzа SSR. [In Russian].
- Nastavlenie po fizicheskoj podgotovke Vooruzhennyh Sil Soyuzа SSR (NFP-48)* [Manual on the physical training of the Armed Forces of the USSR (NFP-48)] (1948). M.: Voenizdat Ministerstva oborony Soyuzа SSR. [In Russian].
- Nastavlenie po fizicheskoj podgotovke Sovetskoj Armii i Voенно-morskih Sil (NFP-54)* [Manual on the physical preparation of the Soviet Army and Navy (NFP-54)] (1954). M.: Voenizdat Ministerstva oborony Soyuzа SSR. [In Russian].
- Nastavlenie po fizicheskomu vospitaniyu v suvorovskih, nahimovskih i podgotovitelnyh voennyh uchilishah (NFV-1954)* [Manual on physical education in Suvorov, Nakhimov and preparatory military schools (NFV-1954)] (1954). M.: Voenizdat Ministerstva oborony Soyuzа SSR. [In Russian].

- Nastavlenie po fizicheskoy podgotovke Vooruzhennyh sil Soyuzha SSR (NFP-59)* [Manual on the physical training of the Armed Forces of the USSR (NFP-59)] (1959). M.: Voenizdat Ministerstva oborony Soyuzha SSR. [In Russian].
- Nastavlenie po fizicheskoy podgotovke Vooruzhennyh Sil SSSR (NFP-66)* [Manual on physical training of the Armed Forces of the USSR (NFP-66)]. (1966). M.: Voenizdat Ministerstva oborony Soyuzha SSR. [In Russian].
- Nastavlenie po fizicheskoy podgotovke Sovetskoj Armii i Voенno-morskogo Flota (NFP-78)* [Manual on the physical training of the Soviet Army and Navy (NFP-78)]. (1978). M.: Voenizdat Ministerstva oborony SSSR. [In Russian].
- Nastavlenie po fizicheskoy podgotovke v Sovetskoj Armii i Voенno-morskom Flote (NFP-87)* [Manual on physical training in the Soviet Army and Navy (NFP-87)] (1987). M.: Voenizdat. [In Russian].
- Nastanova z fizichnoyi pidgotovki u Zbrojnih Silah Ukrayini (NFP-2009)* [Guidelines for physical training in the Armed Forces of Ukraine (NFP-2009)]. (2009). K.: Ministerstvo obroni Ukrayini. [in Ukrainian].
- Popov, F.I., Marakushin, A.I., & Breslavец, N.N. (2011). Fizicheskaya podgotovka letnogo sostava – komponent bezopasnosti poletov [Physical training of flight personnel is a safety component.]. *Fizicheskoe vospitanie studentov* [Physical training of flight personnel is a safety component.]. 3, 76-79. URL: <https://www.sportedu.org.ua/html/journal/2011-N3/11pfiofs.pdf>. [in Ukrainian].
- Rukovodstvo po sportivnoj rabote v VS SSSR* [Guide to sports work in the USSR Armed Forces (1962)]. (1962). M.: Voenizdat Ministerstva oborony Soyuzha SSR. [In Russian].
- Smaznov, K.S., Gukov, N.E., & Devyatov, V.A. (2020). Rezultaty issledovaniya primeneniya sredstv gimnastiki v fizicheskoy podgotovke voennosluzhashih Vooruzhennyh Sil Rossii (1700-1918 g. g.). [The results of a study of the use of gymnastics in the physical training of military personnel of the Armed Forces of Russia (1700-1918)]. *Nauchno-sportivnyj vestnik Urala i Sibiri* [Scientific sports bulletin of the Urals and Siberia]. 1 (25), 53-57. <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=42390776>. [In Russian].
- Sorokin, V.P., Androsov, A.M., Fedyuk, N.S., & Pavlov, A.G. (2017). Znachenie teoreticheskikh znanij po fizicheskoy podgotovke dlya slushatelej voennyh akademij Ministerstva Oborony Rossijskoj Federacii [The value of theoretical knowledge of physical training for students of military academies of the Ministry of Defense of the Russian Federation]. *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta* [Scientific notes of the University named after P.F. Lesgaft], no 4 (146), 223-227. <http://lesgaft-notes.spb.ru/files/4-146-2017/p223-227.pdf>. [In Russian].
- Timchasova nastanova z fizichnoyi pidgotovki u Zbrojnih Silah Ukrayini (TNFP-2014)* [Temporary guidelines for physical training in the Armed Forces of Ukraine (TNFP-2014)]. (2014). K.: Generalnij shtab. [in Ukrainian].
- Fizicheskie uprazhneniya v RKKa* [Physical exercises in the Red Army]. (1931). M.: Gosudarstvennoe voенnoe izdatelstvo. [In Russian].
- General regulation. Military Aeronautical Pentathlon. Edition Conseil International du Sport Militaire* [General regulation. Military Aeronautical Pentathlon. Edition Conseil International du Sport Militaire] (2012).
- Military pentathlon. Annexes. Edition International military sports council* (2016).
- Military pentathlon. Contest regulation. Edition International military sports council* (2016).
- Military pentathlon. General regulation. Edition International military sports council* (2016).

Відомості про авторів / Information about the authors

Піддубний Олександр Григорович: к. фіз. вих., професор, Харківський національний університет Повітряних Сил імені Івана Кожедуба: вул. Сумська 77/79, Харків, 61023. Україна.

Поддубный Александр Григорьевич: к. физ. вих., профессор, Харьковський національний університет Воздушних Сил імені Івана Кожедуба: ул. Сумська 77/79, Харків, 61023, Україна.

Oleksandr Poddubny: PhD (Physical education and Sport), professor, Ivan Kozhedub Kharkiv National University of the Air Force: Sumskaiy str. 77/79, Kharkiv, 61023, Ukraine.

<https://orcid.org/0000-0003-0957-2788>;

E-mail: poddubnyag@gmail.com

Палевич Сергій Володимирович: ст. викладач, Харківський національний університет Повітряних Сил імені Івана Кожедуба: вул. Сумська 77/79, Харків, 61023, Україна.

Палевич Сергей Владимирович: ст. преподаватель, Харьковський національний університет Воздушних Сил імені Івана Кожедуба: ул. Сумская 77/79, Харків, 61023, Україна.

Sergey Palevich: st. teacher, Ivan Kozhedub Kharkiv National University of the Air Force: Sumskaiy str. 77/79, Kharkiv, 61023, Ukraine.

<https://orcid.org/0000-0002-8304-1857>;

E-mail: junpolpsv@gmail.com

Цимбалюк Жанна Олексіївна: к. фіз. вих., доцент, Харківський національний педагогічний університет імені Г.С. Сковороди: вул. Алчевських 29, Харків, 61002, Україна; Харківський національний університет Повітряних Сил імені Івана Кожедуба: вул. Сумська 77/79, Харків, 61023, Україна.

Цымбалюк Жанна Алексеевна: к. физ. вих., доцент, Харьковський національний педагогічний університет імені Г.С. Сковороди: ул. Алчевських 29, Харків, 61002, Україна; Харьковський національний університет Воздушних Сил імені Івана Кожедуба: ул. Сумская 77/79, Харків, 61023, Україна.

Zhanna Tzymbaliuk: PhD (Physical education and Sport), assistant professor, H.S. Skovoroda Kharkiv National Pedagogical University: Alchevskikh str. 29, Kharkiv, 61002, Ukraine; Ivan Kozhedub Kharkiv National University of the Air Force: Sumskaiy str. 77/79, Kharkiv, 61023, Ukraine.

<https://orcid.org/0000-0002-9129-5689>;

E-mail: zhanna.tzymbaliuk@gmail.com

Мусянко Антон Володимирович: магістр, Харківський національний педагогічний університет імені Г.С. Сковороди: вул. Алчевських 29, Харків, 61002, Україна.

Мусянко Антон Владимирович: магистр, Харьковський національний педагогічний університет імені Г.С. Сковороди: ул. Алчевських 29, Харків, 61002, Україна.

Anton Musiyenko: master, H.S. Skovoroda Kharkiv National Pedagogical University: Alchevskikh str. 29, Kharkiv, 61002, Ukraine.

<https://orcid.org/0000-0003-2466-201x>;

E-mail: tosha.musienko@yandex.ru

Розвиток руху ветеранів баскетболу

Помещикова І.П., Чуча Н.І., Ляхова Т.П., Телешик Н.С.

Харківська державна академія фізичної культури

Анотація. Рухова активність людей зрілого віку є неодмінною умовою підвищення рівня здоров'я та працездатності, поліпшення показників фізичної підготовленості та функціонального стану, емоційної стійкості і успішної професійної діяльності. Спорт ветеранів є надійним інструментом покращення рухової активності населення. Системний підхід є запорукою підвищення ефективності ветеранського спорту як складника масового спорту. Спортивне довголіття, як важливе соціальне і культурне явище, в останні роки все частіше стає об'єктом наукових досліджень. Однак питання пов'язані із спортивною діяльністю ветеранів баскетболу нами були виявлені тільки у роботі Д. Внебрачного та О. Чернишевої, що і стало приводом наших досліджень. **Мета дослідження** – здійснити аналіз розвитку руху ветеранів баскетболу. **Методи дослідження:** аналіз літературних джерел, нормативно-правових документів та матеріалів міжнародної інформаційної мережі Internet. **Результати дослідження.** Рух Максібаскетболу був створений у Буенос-Айресі в 1969 році. У подальші роки були введені вікові категорії учасників. Зараз змагання у Максібаскетболі проводяться в наступних вікових категоріях: для чоловіків і жінок – 30+, 35+, 40+, 45+, 50+, 55+, 60+, для чоловіків ще – 65+, 70+, 75+. Ігри проходять за правилами ФІБА, виключення складає для категорій: жінки від 50 років і старше, і для чоловіків від 60 років і старше. На сьогодні до ФІМБА входять 42 країни, у тому числі і Україна. У 2019 році у Фінляндії відбувся чемпіонат світу по баскетболу серед ветеранів, в якому відразу три українські команди завоювали медалі. У категорії 45+ серед жінок збірна України отримала чемпіонський титул. Чоловіки в категорії 70+ стали срібними призерами, а в чоловічій команді 35+ – бронзові медалі. У 2009 році в Україні створена Асоціація ветеранів баскетболу України (АВБУ). Українські команди ветеранів регулярно беруть участь в різних вікових категоріях в Чемпіонатах України, у Всеукраїнській спартакіаді ветеранів спорту і в традиційних турнірах ветеранів в різних містах – Харкові, Миколаєві, Одесі, Києві, Дніпрі, Полтаві, Житомирі та ін. **Висновки.** Сьогодні в світі і в Україні баскетбол ветеранів є популярним і їм займається значна кількість спортсменів. Таким чином розвиток баскетбольного ветеранського руху в Україні потребує ґрунтовних об'єктивних наукових досліджень з проблем організації, методики спортивної, фізкультурно-спортивної та оздоровчої роботи, підготовки кадрів.

Ключові слова: спортсмени-ветерани; ветеранський спорт; рух ветеранів, ветерани баскетболу; максібаскетбол.

Вступ. Міжнародний спортивний рух ветеранського спорту почав формуватися в кінці ХІХ – на початку ХХ ст., про що свідчить створення низки організацій, які забезпечують проведення значної кількості змагань міжнародного рівня і великий інтерес до них з боку ветеранів фізичної культури і спорту (Татарчук, 2011)

Кінець 90-х років ХХ століття в системі міжнародного спорту

характеризується активізацією розвитку спорту ветеранів. На широкому міжнародному рівні організуються та успішно проводяться різноманітні спортивні змагання з різних видів спорту для атлетів віком від 35 років. Рік у рік спостерігається зростання кількісних показників офіційних та інших різноманітних міжнародних змагань ветеранів спорту (Курило, Лабскір, Любиев, & Фридлянд, 1999).

З 1995 році існує Міжнародна Асоціація Ветеранів Спорту (англ. International Masters Games Association

(IMGA), мета якої – пропаганда дружби та взаєморозуміння між ветеранами спорту всього світу незалежно від їх віку, статі, раси та віросповідання. Міжнародна асоціація ветеранів спорту є організацією, яка визнана Міжнародним олімпійським комітетом (МОК), її діяльність спрямована на підтримку олімпійського руху та філософії Олімпійської хартії «Спорт для всіх». Асоціація своєю діяльністю пропагує заняття спортом у будь-якому віці, а дух змагальності, який проявляється в межах Ігор ветеранів, дозволяє зберегти мотивації та гарне самопочуття на все життя (<https://www.imga.ch/>).

Починаючи з 1994 року ветерани спорту України є постійними учасниками Всесвітніх ігор майстрів, чемпіонатів світу та Європи. Станом на 2010 рік, згідно інформаційної довідки Ради ветеранів фізичної культури і спорту щорічно 700-800 провідних спортсменів-ветеранів беруть участь у міжнародних змаганнях, де здобувають чимало нагород (Татарчук, 2011). У 2007 р в Україні було створено Раду ветеранів фізичної культури і спорту на підставі пункту 4.3. Положення про Раду ветеранів фізичної культури і спорту, затвердженого наказом Міністерства України у справах сім'ї, молоді та спорту, а також Національним олімпійським комітетом України від 27.07.07 № 2691/1157/1 «Про подальший розвиток ветеранського руху у сфері фізичної культури і спорту України на 2007-2011 роки. А в 2011 р Рада ветеранів фізичної культури і спорту України було реорганізовано у всеукраїнський союз громадських організацій «Асоціація ветеранів спорту України» (Козлова, 2013). Сьогодні в Україні в структурі управління функціонують такі органи спортивного руху ветеранів: відділ координації розвитку масового спорту, спорту інвалідів і ветеранів департаменту фізичної культури Міністерства України у справах сім'ї, молоді і спорту; Рада ветеранів фізичної культури і спорту та Всеукраїнський союз ветеранів спорту. Здійснюючи чималу статутну діяльність, вони посідають вагоме місце в організації руху ветеранів спорту в Україні (Кричко, 2007).

Нині в Україні діє понад 25 асоціацій ветеранів з різних видів спорту. Асоціації ветеранів спорту є громадськими організаціями і працюють безпосередньо під егідою федерацій з видів спорту (Вацеба, & Кричко, 2005). Сердюк, із співавторами відзначають, що сьогодні ветеранський спорт України існує тільки завдяки ініціативі окремих керівників регіонів та ентузіазму ветеранського активу деяких федерацій, які проводять змагання серед ветеранів зі свого виду спорту (академічне веслування, баскетбол, веслування на байдарках, волейбол, гандбол, легка атлетика, теніс, футбол та ін.) (Сердюк, Черненко, Жержерунов, & Шартон, 2017).

Спорт ветеранів є надійним інструментом покращення рухової активності населення. Системний підхід є запорукою підвищення ефективності ветеранського спорту як складника масового спорту. Такий підхід передбачає поєднання зусиль держави, професіоналів і населення та сприяє формуванню здорового суспільства, здатного адекватно реагувати на виклики сьогодення (Пишов, Тимошенко, & Максимів, 2017).

Значні фізичні та психологічні, перевантаження у минулому спортсменів призводять до порушення здоров'я спортсмена, відсутність спортивної перспективи, зміна кола спілкування та пріоритетів можуть кардинально впливати на процес соціалізації спортсменів, що завершили спортивну кар'єру. Минулі досягнення у спорті тримають подумки спортсменів-ветеранів у межах спортивного життя. Тому і не дивно, що 10% колишніх спортсменів приймають участь у роботі шкільних спортивних секцій з метою передачі знань та досвіду молодим спортсменам. Ветерани спорту виступають у ролі суддів на змаганнях різного рівня. Також самі беруть участь у змаганнях на першість області, країни, Європи та світу. Змагання ветеранів-спортсменів мають за мету популяризації виду спорту, передачі досвіду молодим спортсменам та носять особистісно-психологічний аспект (<https://sworld.education/simpoz7/53.pdf>).

Проведені дослідження Д. Внебрачного та О. Чернишевої, дозволяють стверджувати, що оптимальна величина рухової активності істотно впливає на рівень фізичного розвитку, показники функціонального стану і рухової підготовленості ветеранів спорту. При підвищенні сили гальмування і зниження сили збудливості нервових клітин, у ветеранів спорту відбувається зниження концентрації уваги і спостерігається довше тривалий латентний період простих рухових і диференційованих реакцій. Що призводить до зниження показників функціонального стану і більш низького рівня працездатності. Результати дослідження авторів свідчать про позитивний вплив продовження занять спортом ветеранів, відзначається поліпшення показників, які характеризують прояв: сили м'язів черевного преса – на 55,2% від вихідного рівня; м'язів спини – на 45,4%; м'язів ніг – на 58,7%; рук – на 65,8%; швидкісної витривалості – на 52,4%; загальної витривалості – на 8,9% (Внебрачный, & Чернышева, 2007).

З урахуванням вікових особливостей та стану здоров'я спортсменів-ветеранів у процесі тренування необхідно використовувати лікарсько-педагогічний контроль за функціональним і фізичним станом. Рухова активність людей зрілого віку є неодмінною умовою підвищення рівня здоров'я та працездатності, поліпшення показників фізичної підготовленості та функціонального стану, емоційної стійкості і успішної професійної діяльності (Горіна, 2016).

Спортивне довголіття, як важливе соціальне і культурне явище, в останні роки все частіше стає об'єктом наукових досліджень. Важко уявити більш переконливі доводи про здоровий спосіб та стиль життя, ніж наочні приклади спортивних та професійних досягнень ветеранів (Перебийніс, 2013).

Питання підготовки дзюдоїстів-ветеранів вивчали В. Б. Перебийніс, К. В. Ананченко, О. В. Хацаюк, С. Л. Пакулін (Ананченко, Перебийніс, & Пакулін, 2016; Ананченко, & Хацаюк, 2018; Перебийніс, 2016; Перебийнос, & Ананченко, 2012;

Мулик, Ананченко, Перевозник, Перебийніс, & Сорока, 2019), ветеранів-футболістів В. В. Мулик, В. І. Перевозник, (Перевозник, 2004; Мулик, & Перевозник, 2017), фізичний стан ветеранів велосипедного спорту В. В. Горіна, В. Крупський, В. В. Мулик (Горіна, 2017; Крупський, 2004;2006; Мулик, 2003) у гирьовому спорті С. В. Погодіна, С. Н. Козлова, М. М. Філіппов, М. Л. Кирилюк, (Погодіна, Козлова, Філіппов, & Кирилюк, 2013), у важкій атлетиці В. Г. Олешко, Ю. А. Лутовінов, В. Н., Лисенко, К. В. Ткаченко (Олешко, Лутовінов, Лисенко, & Ткаченко, 2012; Лутовінов, Олешко, & Лысенко, 2007), у спортивному скелелазінні Ю. В. Котченко (Котченко, 2013), у волейболі Е. П. Волков, Т. П., Ляхова, Е. Я. Стрельникова (Волков, Ляхова, & Стрельникова, 2011).

Питання пов'язані із спортивною діяльністю ветеранів баскетболу нами були виявлені тільки у роботі Д. Внебрачного та О. Чернишевої. За даними авторів до основних причин продовження занять баскетболом після завершення спортивної кар'єри є: зміцнення здоров'я та підтримання працездатності – у 100% опитаних авторами; подобаються заняття баскетболом – 100%; спілкування з друзями – 85,9%; прагнення до фізичної досконалості – 43,2%; ностальгія – 15,8%; незадоволеність досягненням результату в період активних занять спортом – 8,6% (Внебрачный, & Чернышева, 2007). Відсутність досліджень з даної теми у баскетболі спонукала наші дослідження.

Зв'язок дослідження з науковими програмами, планами, темами. Дослідження проводилося відповідно теми плану НДР Харківської державної академії фізичної культури «Удосконалення навчально-тренувального процесу в спортивних іграх» на 2019-2023 рр державний реєстраційний номер: 0119U101644.

Мета дослідження – здійснити аналіз розвитку руху ветеранів баскетболу.

Матеріал та методи дослідження. Методи дослідження: аналіз літературних джерел, статистичної інформації, нормативно-правових документів та

матеріалів міжнародної інформаційної мережі Internet.

Результати дослідження та обговорення результатів. Рух максібаскетболу був створений у Буенос-Айресі в 1969 році. Група колишніх баскетболістів зібралися разом і влаштували ігри на корті, через декілька місяців Едуардо Родригес Ламас оголосив про відкриття Союзу Ветеранів Баскетболу Аргентини. У подальші роки були введені вікові категорії учасників. Перший міжнародний турнір пройшов в Аргентині в 1978 році у рамках чемпіонату Південної Америки при спонсорській допомозі Федерації Баскетболу Південної Америки, під патронажем ФІБА. Впродовж 70-х років Аргентинські ініціативи почали просування максібаскетболу в інші країни. На цьому шляху ветеранський рух успішно розвивався в Уругваї, Бразилії, Чилі, Перу, Коста-Ріці, Гватемалі. У 1982 році у Буенос-Айресі пройшли I Пан-Американские ігри при спонсорстві Пан-Американської конфедерації і патронажем ФІБА. У 1984 році група спортсменів-ентузіастів Канади запропонувала ідею проведення Міжнародного спортивного зльоту ветеранів (International Sport Jamboree for Mature People). За допомогою аргентинських баскетболістів в 1985 році були проведені так звані Masters Games. Впродовж 80-х років назва ігор, що проводяться, варіювалася по-різному - Майстри, Сеньйори, Ветерани, Золоті діди і т.д. Секретар Аргентинської федерації Хиларио Брионес запропонував для назви нове слово «максібаскетбол» (Maxibasketball), протилежне до мінібаскетболу, початкової баскетбольної категорії. У 1985 році народилася Федерація Максібаскетболу Аргентини. Ідея про проведення Світового чемпіонату по максібаскетболу почала своє просування по світу, і в 1991 році у Буенос-Айресі пройшов перший Чемпіонат світу по баскетболу серед ветеранів за участю 32 команд з восьми країн: Уругваю, США, Гватемали, Бразилії, Росії, Естонії, Фінляндії і Аргентини. 21 серпня 1991 року була створена Міжнародна Федерація Максібаскетбола. Її першим президентом

став аргентинець Едуардо Родригес Ламас (<https://ru.wikipedia.org/wiki/>).

Зараз змагання у максібаскетболі проводяться в наступних вікових категоріях: для чоловіків і жінок – 30+, 35+, 40+, 45+, 50+, 55+, 60+, для чоловіків ще – 65+, 70+, 75+. Ігри проходять за правилами ФІБА, виключення є для категорій: жінки від 50 років і старше, і для чоловіків від 60 років і старше. Для них визначається правило 30-секундного володіння м'ячем командою і гравець нападу знаходиться в зоні штрафного кидка не більше 10 секунд (<https://ru.wikipedia.org/wiki/>).

З 1993 році число команд у складі Міжнародної Федерації Максібаскетболу збільшилося до 34 – тільки в чоловічій категорії, і до 10 країн в жіночій. Чемпіонат світу по баскетболу серед ветеранів – міжнародний турнір по максібаскетболу, що проводиться з 1991 р., раз в 2 роки під егідою ФІМБА є найпрестижнішим ветеранським турніром по баскетболу. З 2000 р. раз у 2 роки під егідою ФІМБА проводиться чемпіонат Європи по баскетболу серед ветеранів – європейський міжнародний турнір по максібаскетболу (<https://ru.wikipedia>).

На сьогодні до ФІМБА входять 42 країни, у томи числі і Україна. У 2019 році у Фінляндії відбувся чемпіонат світу по баскетболу серед ветеранів, в якому відразу три українські команди завоювали медалі. У категорії 45+ серед жінок збірна України отримала чемпіонський титул. Чоловіки в категорії 70+ стали срібними призерами, а чоловіки команди 35+ – бронзові медалі.

Рух ветеранів баскетболу є важливою складовою частиною спортивного руху в Україні, який відіграє важливу роль в соціалізації спортсменів, їх кооперативному об'єднанні, матеріальній та моральній підтримці.

2009 року була утворена Асоціація ветеранів баскетболу України, обрані її керівні органи. Президентом АВБУ затверджено Крайнюка О. Б., віцепрезидентами Карпукіна В. Г. та Косенка Ю. І. Асоціація отримала державну реєстрацію, стала колективним членом ФБУ, засновником Всеукраїнської асоціації ветеранів спорту України. Це єдина

організація, яка має право представляти баскетбол ветеранів України на міжнародній арені. Нині АВБУ одна з найбільш дійових структур ветеранів спорту України. Її президент невтомний В. Г. Карпукін.

Максібаскетбольний клуб МБК «AMIGO» м. Миколаїв розпочав діяльність як громадська організація з 1993 року. Команди клубу – призери та чемпіони Світу та Європи за версією ФІМБА, чемпіонатів та Спартакіад України, починаючи з 1993 року. Учасники більшості турнірів, присвячених пам'яті видатних гравців і популяризаторів баскетболу в Україні. Вже більше двадцяти років клуб «AMIGO» щорічно приймає в Миколаєві учасників двох турнірів. Команди різних вікових категорій, відомі під назвою «AMIGO», беруть участь у різних міжнародних змаганнях. Чимала заслуга в цьому засновника і президента ліцензованого ФІМБА Миколаївського МБК «AMIGO», повноважного представника ФІМБА в Україні, доктора технічних наук, професора Юрія Жукова. В рамках ФІМБА гравці МБК «AMIGO» брали участь в чемпіонатах Світу і Європи, починаючи зі Словенії (Любляна-2001) до Ігор Ліги Чемпіонів і останнього Чемпіонату Європи (Волошин, & Сушко, 2019).

Нині колективними членами Асоціації ветеранів баскетболу є 25 обласних осередків і 30 клубів, які нараховують від 20 до 50 членів кожний.

Асоціації ветеранів баскетболу щорічно влаштовує баскетбольні турніри. Українські команди ветеранів регулярно беруть участь в різних вікових категоріях в Чемпіонатах України, у Всеукраїнській спартакіаді ветеранів спорту і в традиційних турнірах ветеранів в різних містах – Харкові, Миколаєві, Одесі, Києві, Дніпрі, Полтаві, Житомирі та ін.

Змагання, що проводять ветерани баскетболу на місцях, організовуються для вшанування пам'яті тренерів, суддів, гравців, які пішли із життя, вони набувають авторитету, стають масовими, ширяться, викликають інтерес в уболівальницького загалу, керівництва. Вони стали справжніми спортивними святами (Волошин, & Сушко,

2019).

Щорічно в січні у Мукачево проводиться міжнародний Різдвяний турнір, який у 2020 році пройшов тринадцятий раз. Цього разу зібралися учасники із Словаччини, Латвії і України. Вітчизняні команди представляли Київ, Кривий ріг, Одеса, Дрогобич, Полтаву, Харків, Ужгород, Львів. Жінки змагалися в двох вікових категоріях: до 40 і після 45 років, чоловіки у трьох вікових категоріях: до 40 і після 45 і після 55 років. У Києві в листопаді проходить традиційний міжнародний турнір пам'яті Миколи Баглея, в ньому беруть участь чоловічі і жіночі команди ветеранів з України і Молдови. В м. Дніпро у жовтні проходить Кубок пам'яті ЗТУ Говорунова Н. І. (а з 2016 р. і ЗТУ Таслицького Е.Б.). В Харкові є традиційним міжнародний турнір ветеранів «Відкритий Кубок Харкова пам'яті ЗТУ Ф.М. Маргуліса», де беруть участь чоловіки у категоріях 40+ і 50 та турніри пам'яті Б. Ланевського та С. Ринденко. З жовтня 2018 року в Харкові проходить турнір по баскетболу серед жіночих команд ветеранів пам'яті О. А. Єфімова. У м. Миколаїв збираються на Всеукраїнські ігри пам'яті М. М. Баки баскетболісти чоловіки категорії 60+. У грудні у м. Житомир традиційно проходить міжнародний турнір пам'яті Корольова С. П., де беруть участь чоловіки 40+, 55+. У квітні у м. Кривий Ріг проводяться Всеукраїнські ігри категорії жінки 45+, чоловіки 55+, у травні у м. Світловодські – чоловіки 45+ та у м. Запоріжжя чоловіки категорії 70+, у м. Біла Церква – чоловіки 35-40+, в серпні в Одесі – жінки 35, чоловіки 65+. У травні у м. Кропивницький проводиться Всеукраїнський турнір пам'яті Вязовского Л. О., Дубіна В. О., для жінок 40+ та чоловіків 50+. Вересень це час проведення Всеукраїнського турніру «Кубок пам'яті Юрія Лизогуба» у м. Бердянськ, для жінок категорії 40+, жовтень – Всеукраїнського турніру пам'яті Г. С. Чечуро у м. Житомир для чоловіків категорії 55+, листопад – Кубку пам'яті С. Коненко у м. Дружківка для чоловіки 45+.

Ветеранський рух баскетболістів Харківщини очолює Євгеній Петров і Петро Вініченко.

У 1993 році чоловіча команда ветеранів м. Харкова дебютувала в 1 чемпіонаті України по баскетболу серед ветеранів в м. Алушта і посіла 4 місце. Потім настав не значний спад і тільки із створенням в 1998 році Харківської міської громадської організації «Баскетбольний клуб ветеранів» (ініціатором створення, а потім і керівником якої став Євгеній Петров) ветеранський баскетбол Харківщини став набирати оберти. До складу клубу ветеранів входять гравці, які піднімали і примножували славу Харківського баскетболу, виступаючи в різний час за команди майстрів «Динамо» (Харків), «Маяк» (Харків), «Авангард» (Харків), ДСК-2 (Харків) і «Будівельник» (Харків), а також за команди «ГПТ» (Харків), «Кіровоць» (Харків), «Універ Баскет» (Харків), «Політехнік» (Харків), «УНІВД» (Харків) (<http://diduguns.com.ua/>). Жіночий рух ветеранів Харківщини з 2018

року очолює Петро Вініченко, який є президентом Харківської федерації ветеранів баскетболу.

Висновки. Сьогодні в світі і в Україні баскетбол ветеранів є популярним і їм займається значна кількість спортсменів. Таким чином розвиток баскетбольного ветеранського руху в Україні потребує ґрунтовних об'єктивних наукових досліджень з проблем організації, методики спортивної, фізкультурно-спортивної та оздоровчої роботи, підготовки кадрів.

Перспектива подальших досліджень. Подальші дослідження будуть спрямовані на вивчення стану фізичної та функціональної підготовленості спортсменів ветеранів баскетболу України.

Конфлікт інтересів. Автори відзначають, що не існує ніякого конфлікту інтересів.

Джерела фінансування. Ця стаття не отримала фінансової підтримки від державної, громадської або комерційної організації

СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ

- Ананченко, К.В., & Хацаюк, О.В. (2018). Особливості тренувального процесу та техніко-тактичної підготовленості дзюдоїстів-ветеранів. *Єдиноборства*, (2), 4-18.
- Ананченко, К.В., Перебийніс, В.Б., & Пакулін, С.Л. (2016). Удосконалення техніко-тактичної підготовки дзюдоїстів на етапі виходу зі спорту вищих досягнень. *Trajectoriâ Nauki= Path of Science*, 2(2), 5.34-5.51.
- Вацеба, О., & Крицко, І. (2005). Історичні та організаційно-методичні аспекти формування та розвитку руху ветеранів спорту в Україні. *XI міжнародний Олімпійський конгрес «Олімпійський спорт і спорт для всіх»*, 47.
- Внебращный, Д., & Чернышева, Е. (2007). Мониторинг функционального и физического состояния ветеранов спорта. *Молода спортивна наука України*, 5, 56-61.
- Волков, Е.П., Ляхова, Т.П., & Стрельникова, Е.Я. (2011). Особенности использования тактических схем игры женских волейбольных команд на соревнованиях Кубка Украины среди ветеранов. *Слобожанський науково-спортивний вісник*, (1), 65-68.
- Волошин, А., & Сушко, Р. (2019). *Баскетбол України*. Монографія. К. : ФБУ.
- Горіна, В.В. (2016). Вплив рухової активності на фізичний стан ветеранів спорту. *Міжнародна науково-практична конференція "Фізична культура, спорт та здоров'я"*, 26-29.
- Горіна, В.В. (2017). Аналіз впливу рухової активності на фізичний стан ветеранів велосипедного спорту. *Основи побудови тренувального процесу в циклічних видах спорту*, (1), 18-22.
- Козлова, С. (2013). Особенности развития спорта ветеранов в автономной республике Крым. *Молода спортивна наука України*, 2, 77-82.
- Котченко, Ю.В. (2013). Порівняльний аналіз ефективності виступу спортсменів-ветеранів у змаганнях зі спортивного скелелазіння. *Слобожанський науково-спортивний вісник*, (3 (36)), 62-65.

- Кричко, І. (2007). Організаційно-методична діяльність керівних органів руху ветеранів спорту в Україні. *Молода спортивна наука України*. 163-166.
- Крупський, В. (2006). Дослідження ефективності деяких контрольних вправ та нормативи по оцінці загальної і спеціальної фізичної підготовки лижників-ветеранів. *Актуальні аспекти підготовки спортсменів*, 207-211.
- Крупський, В.П. (2004). Особливості тренування лижників-ветеранів на етапі без посередньої підготовки до змагань. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*, (4), 50-56.
- Курило, С., Лабскір, В., Любєєв, А., & Фридлянд, Э. (1999). Анализ взаимосвязей и взаимоотношений спорта ветеранов с олимпийским движением. *Олимпийское движение и социальные процессы: материалы IX Всерос. науч. прак. конф.*, 128.
- Лутовинов, Ю.А., Олешко, В.Г., & Лысенко, В.Н. (2007). Физическое развитие и физическая подготовленность ветеранов тяжелоатлетов. *Pedagogy of Physical Culture and Sports*, (3), 74-77.
- Мінц, М.О., & Димов, К.В. Соціальна адаптація спортсменів після завершення спортивної кар'єри. <https://sworld.education/simpoz7/53.pdf>
- Мулик, В.В. (2003). Исследование системы подготовки ветеранов в лыжных видах спорта циклического характера. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*, (2), 82.
- Мулик, В., & Перевозник, В. (2017). Вплив тренувального процесу на функціональний стан та показники фізичних якостей спортсменів-ветеранів на етапах виходу зі спорту вищих досягнень. *Слобожанський науково-спортивний вісник*, (1 (57)), 72-78. doi:10.15391/sns.v.2017-1.012.
- Мулик, В., Ананченко, К., Перевозник, В., Перебийніс, В., & Сорока, В. (2019). Характеристика фізичних якостей єдиноборців-ветеранів різних вікових груп. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*, (1), 29-35. doi:10.32652/tmfvs.2019.1.29–35
- Олешко, В.Г., Лутовинов, Ю.А., Лисенко, В.Н., & Ткаченко, К.В. (2012). Особливості фізичного розвитку, фізичної та технічної підготовленості важкоатлетів-ветеранів різних груп вагових категорій. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*, 1, 80-83.
- Офіційний сайт International Masters Games Association – [Електронний ресурс] – Режим доступу: <https://www.imga.ch/>
- Перебийнос, В.Б., & Ананченко, К.В. (2012). Формирование оптимального технического арсенала дзюдоистов-ветеранов. *Слобожанський науково-спортивний вісник*, (2), 100-103.
- Перебийніс, В.Б. (2013). Особливості спортивної підготовки дзюдоїстів-ветеранів. *Слобожанський науково-спортивний вісник*, (4 (37)), 56-59.
- Перебийніс, В.Б. (2016). Підвищення ефективності підготовки дзюдоїстів-ветеранів на етапі виходу зі спорту вищих досягнень. *Trajectoriâ Nauki= Path of Science*, 2(6), 3.1-3.14.
- Перебийніс, В., & Пакулін, С. (2016). Оцінка біологічного віку та «кількості здоров'я» дзюдоїстів-ветеранів на етапі виходу із спорту вищих досягнень. *Слобожанський науково-спортивний вісник*, (6 (56)), 74-78.
- Перевозник, В.І. (2004). *Особливості побудови тренувального процесу футболістів-ветеранів* (Дис. Канд. Наук з фізичного виховання і спорту). Харків, Україна.
- Пижов, В., Тимошенко, Л., & Максимів, Л. (2017). Спорт ветеранів: тенденції, проблеми, перспективи. <http://repository.ldufk.edu.ua/bitstream/34606048/7676/1/>
- Погодіна, С.В., Козлова, С.Н., Філіппов, М.М., & Кирилук, М.Л. (2013). Особливості реакцій стрес-реалізуючих систем організму у ветеранів гирьового спорту при виконанні змагальних вправ. *Спортивна медицина і фізична реабілітація*, (2), 49-53.
- Сайт баскетбольного клубу ветеранів Дніпра. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://dneprobasket.biggame.dp.ua/association/>

Сайт баскетбольного клубу ветеранів Харкова. [Електронний ресурс]. – Режим доступу:

<http://diduguns.com.ua/>

Сайт Вікіпедія. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://ru.wikipedia.org/wiki/>

Сердюк, Д.Г., Черненко, А.Є., Жержерунов, А.О., & Шартон, М. (2017). Аналіз сучасного стану розвитку ветеранського національного спорту. *Вісник Запорізького національного університету. Фізичне виховання та спорт*, (1), 277-283.

Татарчук, І. (2011). Всесвітні ігри майстрів у змагальній діяльності ветеранів спорту (на прикладі аналізу проведення VII Всесвітніх ігор майстрів). *Молода спортивна наука України*, 2, 243-248.

Татарчук, І. (2011). Всесвітні ігри майстрів у змагальній діяльності ветеранів спорту (на прикладі аналізу проведення VII Всесвітніх ігор майстрів). *Молода спортивна наука України*, 2, 43-48.

Татарчук, І.П. (2011). Аналіз виступу українських ветеранів спорту на I Європейських іграх майстрів (Швеція, 2008 р.). *Педагогіка, психологія, та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*, 12, 113-115.

Стаття поступила до редакції: 15.05.2020 р.

Опублікована: 01.06.2020 р.

Аннотація. Помещикова И.П., Чуча Н.И., Ляхова Т.П., Телешик Н.С. *Развитие движения ветеранов баскетбола.* Двигательная активность людей зрелого возраста является непременным условием повышения уровня здоровья и работоспособности, улучшения показателей физической подготовленности и функционального состояния, эмоциональной стойкости и успешной профессиональной деятельности. Спорт ветеранов является надежным инструментом улучшения двигательной активности населения. Системный подход является залогом повышения эффективности ветеранского спорта как составляющей массового спорта. Спортивное долголетие, как важно социальное и культурное явление, в последние годы все чаще становится объектом научных исследований. Однако вопросы связаны со спортивной деятельностью ветеранов баскетбола нами были выявлены только в работе Д. Внебрачного и Е. Чернышевой, что и стало поводом наших исследований. **Цель исследования** - осуществить анализ развития движения ветеранов баскетбола. **Методы исследования:** анализ литературных источников, нормативно-правовых документов и материалов международной информационной сети Internet. **Результаты исследования.** Движение Максибаскетбол было создано в Буэнос-Айресе в 1969 году. В дальнейшие годы были введены возрастные категории участников. Сейчас соревнования по максибаскетболу проводятся в следующих возрастных категориях: для мужчин и женщин - 30+, 35+, 40+, 45+, 50+, 55+, 60+, для мужчин еще - 65+, 70+, 75+. Игры проходят по правилам ФИБА, исключение действует только для категорий: женщины от 50 лет и старше, и для мужчин от 60 лет и старше. На сегодня к ФИМВА входят 42 страны, в том числе и Украина. В 2019 году в Финляндии состоялся чемпионат мира по баскетболу среди ветеранов, в котором сразу три украинских команды завоевали медали. В категории 45+ среди женщин сборная Украины получила чемпионский титул. Мужчины в категории 70+ стали серебряными призерами, а у мужской команды 35+ - бронзовые медали. В 2009 году в Украине создана Ассоциация ветеранов баскетбола Украины (АВБУ). Украинские команды ветеранов регулярно участвуют в различных возрастных категориях в Чемпионатах Украины, во Всеукраинской спартакиаде ветеранов спорта и в традиционных турнирах ветеранов в разных городах - Харькове, Николае, Одессе, Киеве, Днепре, Полтаве, Житомире и др. **Выводы.** Сегодня в Украине и во всем мире баскетбол ветеранов является популярным, им занимается значительное количество спортсменов. В связи с чем, развитие баскетбольного ветеранского движения в Украине нуждается основательных объективных научных исследований проблем организации, методики спортивной, физкультурно-спортивной и оздоровительной работы, подготовки кадров.

Ключевые слова: спортсмены-ветераны; ветеранский спорт; движение ветеранов, ветераны баскетбола; максибаскетбол.

Abstract. Pomeshchikova I.P., Chucha N.I., Liakhova T.P., Teleshik N.S. *The development of the movement of basketball veterans. Motor activity of mature people is a necessary condition for improving the level of health and efficiency, improving the indicators of physical preparation and functional state, emotional resistance and successful professional activity. Sport of veterans is a reliable tool for improving the motor activity of the population. The system approach is the key to increasing the efficiency of veteran sports as a component of mass sports. Sports longevity, as a social and cultural phenomenon is important, has increasingly become the object of scientific research in recent years. However, the questions are connected with sports activity of basketball veterans were revealed by us only in the work of D. Vnebrachnyi and Y. Chernisheva, which became the reason of our research. Purpose of the research - to carry out the analysis of the development of the movement of basketball veterans. Research methods: analysis of references, standard and legal documents and materials of the international information network internet. Results of the research. The Maxibasketball movement was established in Buenos Aires in 1969. Age categories of participants were introduced in the following years. Now competitions in Maxibasketball are held in the following age categories: for men and women - 30+, 35+, 40+, 45+, 50+, 55+, 60+ years old, for men more - 65+, 70+, 75+ years old. Games take place according to FIBA rules; the exception is valid only for categories: women from 50 years old and older, and for men from 60 years old and older. Today FIMBA includes 42 countries, including Ukraine. The World Basketball Championship among veterans, in which three Ukrainian teams won medals, took place in 2019 in Finland. The national team of Ukraine received the championship title in the category 45+ among women. Men in the category 70+ became silver prize-winners, and male team 35+ - bronze medals. In 2009, Ukraine established the Association of Veterans of Basketball of Ukraine (AVBU). Ukrainian veteran teams regularly participate in various age categories in the Championships of Ukraine, in the All-Ukrainian Games of veterans of sport and in traditional tournaments of veterans in different cities – Kharkov, Nikolaiev, Odessa, Kiev, Dnepr, Poltava, Zhitomir, etc. Conclusions. Today all over the world and in Ukraine basketball of veterans is popular; it is engaged by a significant number of sportsmen. In this connection, the development of the basketball veteran movement in Ukraine needs thorough objective scientific research of organization problems, technique of sports, physical culture and health-improving works, training of personnel.*

Keywords: sportsmen-veterans; veteran sport; veteran movement, basketball veterans; maxibasketball.

References

- Ananchenko, K.V., & Hachajuk, O.V. (2018). Osoblyvosti trenoval'nogo procesu ta tehniko-taktychnoi' pidgotovlenosti dzjudoi'stiv-veteraniv [Peculiarities of training process and technical-tactical preparation of judoists-veterans]. *Jedynoborstva* [Martial arts], no (2), 4-18. [in Ukrainian].
- Ananchenko, K.V., Perebijnis, V.B., & Pakulin, S.L. (2016). Udoskonalennja tehniko-taktychnoi' pidgotovky dzjudoi'stiv na etapi vyhodu zi sportu vyshhyh dosjagnen' [The improvement of technical and tactical training of judoists at the stage of withdrawal from the sport of excellence]. *Traektorijâ Nauki= Path of Science*, no 2(2), 5.34-5.51.
- Vaceba, O., & Krycko, I. (2005). Istorychni ta organizacijno-metodychni aspekty formuvannja ta rozvytku ruhu veteraniv sportu v Ukraïni [Historical and organizational-methodological aspects of formation and development of the movement of veterans of sport in Ukraine]. *XI mizhnarodnyj Olimpijs'kyj kongres «Olimpijs'kyj sport i sport dlja vsih»* [XI The International Olympic Congress "Olympic sport and sport for all"], 47. [in Ukrainian].
- Vnebrachnyj, D., & Chernysheva, E. (2007). Monitoring funkcional'nogo i fizicheskogo sostojanija veteranov sporta [Monitoring of functional and physical states of veterans of sport]. *Moloda sportyvna nauka Ukraïny* [Young sports science of Ukraine], no 5, 56-61. [in Ukrainian].

- Volkov, E.P., Ljahova, T.P., & Strel'nikova, E.Ja. (2011). Osobennosti ispol'zovanija takticheskikh shem igry zhenskikh volejbol'nyh komand na sorevnovanijah Kubka Ukrainy sredi veteranov [Peculiarities of using the tactical schemes of female volleyball teams at competitions of the Cup of Ukraine among veterans]. *Slobozhans'kyj naukovo-sportyvnyj visnyk* [Slobozhanskyi herald of science and sport], no 1, 65-68. [in Ukrainian]. [in Ukrainian].
- Voloshyn, A., & Sushko, R. (2019). *Basketbol Ukrainy*. Monografija. K. : FBU.
- Gorina, V.V. (2016). Vplyv ruhovoi' aktyvnosti na fizychnyj stan veteraniv sportu [Influence of motor activity on physical state of veterans of sports]. *Mizhnarodna naukovo-praktychna konferencija "Fizychna kul'tura, sport ta zdorov'ja"*, [The International Olympic Congress "Olympic sport and sport for all"], 26-29. [in Ukrainian].
- Gorina, V.V. (2017). Analiz vplyvu ruhovoi' aktyvnosti na fizychnyj stan veteraniv velosypednogo sportu [The analysis of motor activity impact on physical state of cycling veterans]. *Osnovy pobudovy trenuval'nogo procesu v cyklichnyh vyдах sportu* [Basics of training process construction in cyclic kinds of sport], no 1, 18-22. [in Ukrainian].
- Kotchenko, Ju.V. (2013). Porivnjal'nyj analiz efektyvnosti vystupu sportsmeniv-veteraniv u zmagannjah zi sportyvnoho skelelazinnja [The comparative analysis of efficiency of performance of sportsmen-veterans in sports climbing competitions]. *Slobozhans'kyj naukovo-sportyvnyj visnyk* [Slobozhanskyi herald of science and sport], no 3 (36), 62-65. [in Ukrainian].
- Kozlova, S. (2013). Osobennosti razvitija sporta veteranov v avtonomnoj respublike Krym [Development peculiarities of veteran sports in the autonomous republic of Crimea]. *Moloda sportyvna nauka Ukrainy* [Young sports science of Ukraine], no 2, 77-82. [in Ukrainian].
- Krups'kyj, V. (2006). Doslidzhennja efektyvnosti dejakyh kontrol'nyh vprav ta normatyvy po ocinci zagal'noi' i special'noi' fizychnoi' pidgotovky lyzhnykiv-veteraniv [The research of the effectiveness of some control exercises and standards for assessing the general and special physical training of veteran-skiers]. *Aktual'ni aspekty pidgotovky sportsmeniv* [Topical aspects of sports training], 207-211. [in Ukrainian].
- Krups'kyj, V.P. (2004). Osoblyvosti trenuvannja lyzhnykiv-veteraniv na etapi bez poseredn'oi' pidgotovky do zman' [Training peculiarities of veterans-skiers at the stage of directly preparation for competitions]. *Pedagogika, psihologija ta medyko-biologichni problemy fizychnogo vyhovannja i sportu* [Pedagogy, psychology and medical-biological problems of physical education and sport], no 4, 50-56. [in Ukrainian].
- Krycko, I. (2007). Organizacijno-metodychna dijal'nist' kerivnyh organiv ruhu veteraniv sportu v Ukraini [The organizational-methodological activity of the governing bodies of the movement of veterans of sport in Ukraine]. *Moloda sportyvna nauka Ukrainy* [Young sports science of Ukraine], 163-166. [in Ukrainian].
- Kurilo, S., Labskir, V., Ljubiev, A., & Fridljand, Je. (1999). Analiz vzaimosvjazej i vzaimootnoshenij sporta veteranov s olimpijskim dvizheniem [The analysis of sports interconnections and interrelations of veterans with the Olympic movement]. *Olimpijskoe dvizhenie i social'nye processy: materialy IX Vseros. nauch. prak. konf.* [The Olympic movement and social processes: materials of the IX All-Russ. scien. pract. conf.], 128. [In Russian].
- Lutovinov, Ju.A., Oleshko, V.G., & Lysenko, V.N. (2007). Fizicheskoe razvitie i fizicheskaja podgotovlennost' veteranov tjazheloatletov [Physical development and physical preparation of weightlifting veterans]. *Pedagogy of Physical Culture and Sports*, no 3, 74-77. [in Ukrainian].
- Minc, M.O., & Dymov, K.V. *Social'na adaptacija sportsmeniv pislja zavershennja sportyvnoi' kar'jery* [Social adaptation of sportsmen after completion of sports career]. Retrieved from <https://sworld.education/simpoz7/53.pdf>. [in Ukrainian].
- Mulyk, V.V. (2003). Issledovanie sistemy podgotovki veteranov v lyzhnyh vidah sporta ciklicheskogo haraktera [The research of the training system of veterans in ski sports of a cyclic nature]. *Pedagogika, psihologija ta medyko-biologichni problemy fizychnogo*

- vyhovannja i sportu [Pedagogy, psychology and medical-biological problems of physical education and sport], no 2, 82. [in Ukrainian].
- Mulyk, V., & Perevoznyk, V. (2017). Vplyv trenuval'nogo procesu na funkcional'nyj stan ta pokaznyky fizychnyh jakostej sportsmeniv-veteraniv na etapah vyhodu zi sportu vyshhyh dosjagnen' [The influence of the training process on the functional state and indicators of physical qualities of veteran athletes at the stages of withdrawal from sports of higher achievements]. *Slobozhans'kyj naukovo-sportyvnyj visnyk* [Slobozhanskyi herald of science and sport], no 1 (57), 72-78. doi:10.15391/snsv.2017-1.012. [in Ukrainian].
- Mulyk, V., Ananchenko, K., Perevoznyk, V., Perebyjnis, V., & Soroka, V. (2019). Harakterystyka fizychnyh jakostej jedynoborciv-veteraniv riznyh vikovyh grup [Characteristics of physical qualities of veteran wrestlers of different age groups]. *Teorija i metodyka fizychnogo vyhovannja i sportu* [Theory and methods of physical education and sport], no 1, 29-35. doi:10.32652/tmfvs.2019.1.29-35. [in Ukrainian].
- Oficijnyj sajt International Masters Games Association – [Official site International Masters Games Association]. Rezhym dostupu : <https://www.imga.ch/>
- Oleshko, V.G., Lutovinov, Ju.A., Lysenko, V.N., & Tkachenko, K.V. (2012). Osoblyvosti fizychnogo rozvytku, fizychnoi' ta tehnicnoi' pidgotovlenosti vazhkoatletiv-veteraniv riznyh grup vagovyh kategorij [Peculiarities of physical development, physical and technical preparation of weightlifters-veterans of different groups of weight categories]. *Psyhologika, psyhologija ta medykobiologichni problemy fizychnogo vyhovannja i sportu* [Pedagogy, psychology and medical and biological problems of physical education and sports], no 1, 80-83. [in Ukrainian].
- Perebejnos, V.B., & Ananchenko, K.V. (2012). Formirovanie optimal'nogo tehniceskogo arsenalu dzjudoistov-veteranov [Formation of optimal technical arsenal of judoists-veterans]. *Slobozhans'kyj naukovo-sportyvnyj visnyk* [Slobozhanskyi herald of science and sport], no 2, 100-103. [in Ukrainian].
- Perebijnis, V.B. (2016). Pidvyshhennja efektyvnosti pidgotovky dzjudoi'stiv-veteraniv na etapi vyhodu zi sportu vyshhyh dosjagnen' [The efficiency increase in preparation of judoists-veterans at the stage of withdrawal from the sport of excellence]. *Traektorija Nauki= Path of Science*, no 2(6), 3.1-3.14.
- Perebijnis, V., & Pakulin, S. (2016). Ocinka biologichnogo viku ta «kil'kosti zdorov'ja» dzjudoi'stiv-veteraniv na etapi vyhodu iz sportu vyshhyh dosjagnen' [Assessment of biological age and "quantity of healthy" of judoists-veterans at the stage of withdrawal from the sport of excellence]. *Slobozhans'kyj naukovo-sportyvnyj visnyk* [Slobozhanskyi herald of science and sport], no 6 (56), 74-78. [in Ukrainian].
- Perebyjnis, V.B. (2013). Osoblyvosti sportyvnoi' pidgotovky dzjudoi'stiv-veteraniv [Peculiarities of sports training of judoists-veterans]. *Slobozhans'kyj naukovo-sportyvnyj visnyk* [Slobozhanskyi herald of science and sport], no 4 (37), 56-59. [in Ukrainian].
- Perevoznyk, V.I. (2004). *Osoblyvosti pobudovy trenuval'nogo procesu futbolistiv-veteraniv* [Peculiarities of training process construction of football veterans]. (Dys. Kand. Nauk z fizychnogo vyhovannja i sportu). Harkiv, Ukrai'na. [in Ukrainian].
- Pogodina, S.V., Kozlova, S.N., Filippov, M.M., & Kyryljuk, M.L. (2013). Osoblyvosti reakcij stres-realizujuchyh system organizmu u veteraniv gyr'ovogo sportu pry vykonanni zmagal'nyh vprav [Peculiarities of reactions of stress-implementing systems of the body at kettlebell lifting veterans during performance of competitive exercises]. *Sportyvna medycyna i fizychna rehabilitacija* [Sports medicine and physical rehabilitation], no 2, 49-53. [in Ukrainian].
- Pyzhov, V., Tymoshenko, L., & Maksymiv, L. (2017). *Sport veteraniv: tendencii', problemy, perspektyvy* [Veteran sports: trends, problems, prospects]. <http://repository.ldufk.edu.ua/bitstream/34606048/7676/1/>

- Sajt basketbol'nogo klubu veteraniv Dnipra* [Website of the Dnipro Veterans Basketball Club]. dneprobasket.biggame.dp.ua/association. Retrieved from <http://dneprobasket.biggame.dp.ua/association/>. [in Ukrainian].
- Sajt basketbol'nogo klubu veteraniv Harkova*. [Website of the Kharkiv Veterans Basketball Club]. diduguns.com.ua: Retrieved from <http://diduguns.com.ua/>. [in Ukrainian].
- Sajt Vikipedija* [Wikipedia site]. wikipedia.org/wiki Retrieved from: [https://ru.wikipedia.org/wiki/Serdjuk, D.G., Chernenko, A.Je., Zherzherunov, A.O., & Sharton, M. \(2017\). Analiz suchasnogo stanu rozvytku veterans'kogo nacional'nyj sportu](https://ru.wikipedia.org/wiki/Serdjuk,_D.G.,_Chernenko,_A.Je.,_Zherzherunov,_A.O.,_&_Sharton,_M._(2017)._Analiz_suchasnogo_stanu_rozvytku_veterans'kogo_nacional'nyj_sportu) [The analysis of the modern state of development of veteran national sports]. *Visnyk Zaporiz'kogo nacional'nogo universytetu. Fizychno vyhovannja ta sport* [Journal of Zaporozhye National University. Physical education and sport], no 1, 277-283. [in Ukrainian].
- Tatarchuk, I. (2011a). Vsesvitni igry majstriv u zmagal'nij dijal'nosti veteraniv sportu (na prykladi analizu provedennja VII Vsesvitnih igor majstriv) [World games of masters in competition activity of veteran sports (on the example of analysis of carrying out the VII World games of masters)]. *Moloda sportyvna nauka Ukrai'ny* [Young sports science of Ukraine], no 2, 243-248. [in Ukrainian].
- Tatarchuk, I.P. (2011b). Analiz vystupu ukrai'ns'kyh veteraniv sportu na I Jevropejs'kyh igrah majstriv (Shvecija, 2008 r.) [The performance analysis of Ukrainian veterans of sports at the 1st European Games of Masters (Sweden, 2008)]. *Pedagogika, psykologija, ta medyko-biologichni problemy fizychnogo vyhovannja i sportu* [Pedagogy, psychology and medical and biological problems of physical education and sports], no 12, 113-115. [in Ukrainian].

Відомості про авторів / Information about the Authors

Помещикова Ірина Петрівна: *к. фіз. вих., доцент, Харківська державна академія фізичної культури: вул. Клочківська 99, Харків, 61058, Україна.*

Помещикова Ирина Петровна: *к. физ. восп., доцент, Харьковская государственная академия физической культуры; ул. Клочковская 99, 61058, г. Харьков, Украина*

Irina Pomeschchikova: *PhD (Physical education and Sport), assistant professor, Kharkiv State Academy of Physical Culture: Klochkivska str. 99, Kharkiv, 61058, Ukraine.*

<http://orcid.org/0000-0003-1343-8127>;

E-mail: pomeschikovaip@ukr.net

Чуча Наталія Іванівна: *старший викладач кафедри спортивних та рухливих ігор, Харківська державна академія фізичної культури: вул. Клочківська 99, Харків, 61058, Україна.*

Чуча Наталья Ивановна: *старший викладач кафедри спортивних и подвижних игр, Харьковская государственная академия физической культуры; ул. Клочковская 99, 61058, г. Харьков, Украина*

Nataliia Chucha: *Kharkiv State Academy of Physical Culture: Klochkivska str. 99, Kharkiv, 61058, Ukraine.*

<https://orcid.org/0000-0002-2564-4860>

E-mail: natali.chucha@ukr.net

Ляхова Тамара Петрівна: *старший викладач кафедри спортивних та рухливих ігор, Харківська державна академія фізичної культури: вул. Клочківська 99, Харків, 61058, Україна.*

Ляхова Тамара Петровна : *старший викладач кафедри спортивних и подвижних игр, Харьковская государственная академия физической культуры; ул. Клочковская 99, 61058, г. Харьков, Украина*

Tamara Lyakhova: *Kharkiv State Academy of Physical Culture: Klochkivska str. 99, Kharkiv, 61058, Ukraine.*

<https://orcid.org/0000-0003-4853-0513>

E-mail: tamaraliahova29@gmail.com

Телешик Надія Сергіївна: *магістрант, Харківська державна академія фізичної культури: вул. Клочківська 99, Харків, 61058, Україна.*

Телешик Надежда Сергеевна: *магістрант, Харьковская государственная академия физической культуры; ул. Клочковская 99, 61058, г. Харьков, Украина*

Nadezhda Teleshik: *Kharkiv State Academy of Physical Culture: Klochkivska str. 99, Kharkiv, 61058, Ukraine.*

<https://orcid.org/0000-0001-9356-2894>

E-mail: nadezda.teleshik@gmail.com

Актуальні проблеми студентського волейболу в Україні

Радченко О. В., Дмитрук В. С., Ковальчук В. Я.

Луцький національний технічний університет

Анотація. В останні роки в Україні студентський волейбол занепадає. Прослідковується ця тенденція за виступом студентських команд на Всесвітніх Універсиадах. Всесвітня Універсиада - 2019, українські збірні виступили вкрай невдало. Серед 20 чоловічих команд наша збірна посіла 13 місце, а серед 16 жіночих колективів – тільки 14. А ще зовсім нещодавно були часи, коли українські волейболісти-студенти на Всесвітніх Універсиадах боролися виключно за медалі. Так, в 2011 році на Універсіаді в Китаї чоловіча збірна України стала срібним призером, а жіноча посіла 6 місце. У 2013 році на Універсіаді в Казані чоловіча збірна України в матчі за третє місце програла збірній Японії. На Універсіаді 2015 року у Південній Кореї обидві наші збірні стали срібними призерами, а на Універсіаді 2017 року, яка проходила на Тайвані, жіноча збірна України завоювала бронзові нагороди, а чоловіки в матчі за 3 місце знову поступилися збірній Японії. Повертаючись до турніру Всесвітньої Універсіади 2019 слід зауважити, що і чоловіча, і жіноча збірна України були непогано укомплектовані гравцями, які виступають у вітчизняній Суперлізі, причому деякі з них мають навіть досвід виступу за національну збірну країни. **Мета дослідження:** полягала у визначенні чинників які впливають на розвиток студентського волейболу в Україні. **Методи дослідження:** аналіз наукової, методичної літератури та періодичних видань, анкетування тренерів, методи математичної статистики. **Організація дослідження:** дослідження проводилось у вищих навчальних закладах України: Луцька, Тернополя, Рівного, Хмельницького, Житомира та Києва. У дослідженні взяли участь 20 тренері закладів вищої освіти України III-IV рівня акредитації. **Висновки.** Анкетування показало, що велика кількість чинників впливає на розвиток студентського волейболу в Україні, а саме: 50% – тренерів вважає, що студентський волейбол не отримує значної підтримки від адміністрації ЗВО (закладів вищої освіти) та ФВУ (федерації волейболу України); рівень абітурієнтів-спортсменів, яких готують ДЮСШ недостатній (відзначило 75% тренерів університетів); у 40% студентів-спортсменів відсутня достатня мотивація до тренувального процесу; 40% опитаних тренерів відзначають відсутність змагань для збірних команд ЗВО на місцевому рівні; 50% респондентів відзначають, що ФВУ проводить змагання без урахування думки тренерів. Як якісну фінансову підтримку волейбольної команди з боку керівництва ЗВО оцінило 60% тренерів. 90% опитаних тренерів вважають роботу ФВУ з популяризації студентського волейболу незадовільною. У відсутності підтримки з боку ФВУ змагання з волейболу проводяться виключно за кошти ЗВО.

Ключові слова: анкета; волейбол; студентські команди; спортсмени; тренер.

Вступ. В останні роки в Україні студентський волейбол занепадає. Прослідковується ця тенденція за виступом студентських команд на Всесвітніх Універсиадах.

Всесвітня Універсиада – 2019, українські збірні виступили вкрай невдало. Серед 20 чоловічих команд

наша збірна посіла 13 місце, а серед 16 жіночих колективів – тільки 14. А ще зовсім нещодавно були часи, коли українські волейболісти-студенти на Всесвітніх Універсиадах боролися виключно за медалі (<https://www.volleyball.ua>). Так, в 2011 році на Універсіаді в Китаї чоловіча збірна України стала срібним призером, а жіноча посіла 6 місце. У 2013 році на Універсіаді в Казані чоловіча збірна України в матчі

© Радченко О. В., Дмитрук В. С., Ковальчук В. Я.

за третє місце прогала збірній Японії (Морозовський, 2010).

На Універсіаді 2015 року у Південній Кореї обидві наші збірні стали срібними призерами (<https://www.Volleyball>), а на Універсіаді 2017 року, яка проходила на Тайвані, жіноча збірна України завоювала бронзові нагороди, а чоловіки в матчі за 3 місце знову поступилися збірній Японії.

Повертаючись до турніру Всесвітньої Універсіади 2019 слід зауважити, що і чоловіча, і жіноча збірна України були непогано укомплектовані гравцями, які виступають у вітчизняній Суперлізі, причому деякі з них мають навіть досвід виступу за національну збірну країни.

Одразу ж після набуття Україною незалежності, проводились різноманітні турніри та змагання з волейболу для студентських команд, змагання студентської ліги, але кількість команд учасниць різноманітних змагань цього популярного виду спортивних ігор зменшується. Так змагання Чемпіонату України з волейболу «Студентська ліга» в сезоні 2004-2005 років налічувала 22 чоловічих та 16 жіночих команд (<http://www.fvu.in.ua>). А у Чемпіонаті України 2018-2019 р.р. серед студентських команд брало участь 12 чоловічих та 4 жіночі команди (ФВУ, 2004).

Відомий волейбольний арбітр, голова Комітету фізкультури і спорту Міністерства освіти України Михайло Мельник, а зараз Президент ГО «Федерація волейболу України» висловив сподівання, що за студентським спортом, зокрема волейболом, стоять майбутні успіхи наших атлетів. До речі, як відомо, склад національних збірних України, які виступали в кваліфікаційних турнірах до Євро-2017, відсотків на 90 повторює кадровий боєкомплект студентських команд (<https://www.radiosvoboda.org>).

Як зазначає О. Л. Морозовський, якщо розглядати розвиток волейболу в клубі, у регіоні, у країні як систему заходів, спрямованих на виховання талановитих

гравців і створення конкурентоздатних команд, як реально цілісну систему, то слід, мабуть, розглянути у якості підсистем:

а) комплекс заходів із пошуку, відбору, виховання юних волейболістів у якості резерву професійних команд. Певною мірою з цією ж метою може використовуватися масовий та студентський волейбол;

б) безпосередня підготовка команд. Створення чіткої системи змагань. Організація таких змагань, які б відповідали усім вимогам і завданням розвитку волейболу, які б ще забезпечували рентабельність клубної діяльності;

в) забезпечення ефективного керівництва на рівні клубного менеджменту, діяльності регіональних і національної Федерацій та інших керівних органів (Міністерство, Комітети, ДСО тощо) (Морозовський, 2010).

В нашому дослідженні була спроба з'ясувати проблеми студентського волейболу, питання «Що спричинило відтік такої кількості команд із студентської ліги?».

Мета дослідження – виявити чинники які впливають на розвиток студентського волейболу в Україні.

Завдання роботи:

1. Виявити проблеми які виникають при проведенні чемпіонату студентської ліги.
2. Проаналізувати чинники які впливають на розвиток студентського волейболу в Україні.

Матеріали і методи дослідження.

Під час роботи для вирішення поставлених завдань застосовувались наступні методи дослідження: аналіз наукової, методичної літератури та періодичних видань, анкетування тренерів, методи математичної статистики.

Організація дослідження: дослідження проводилось у вищих навчальних закладів України: Луцька, Тернополя, Рівного, Хмельницького, Житомира та Києва. У дослідженні взяли участь 20 тренері закладів вищої освіти України III-IV рівня акредитації.

Зв'язок роботи з важливими науковими програмами або

практичними завданнями. Дослідження виконане в межах теми 1.3 «Парадигма здорового способу життя в дискурсах фізичного виховання і спорту» Зведеного плану НДР у сфері фізичної культури і спорту на 2011–2015 рр. та ініціативної теми «Основи теоретичної підготовки у спорті» Львівського державного університету фізичної культури на 2013–2017 рр.

Результати дослідження та їх обговорення. Аналізування наукової та методичної літератури дали змогу виявити основні напрями наукових досліджень у студентському спорті пов'язані із вивченням сукупності даних організаційного та методичного характеру, удосконаленням структури і змісту студентського спорту, вивченням стану матеріально-технічного, науково-методичного забезпечення, покращенням правової захищеності діяльності та загалом мотивуванням студентів до систематичних занять спортом (ФВУ, 2018; Мельник, & Пітин, 2015a; 2015b). А визначенням чинників які впливають на розвиток студентського волейболу в Україні досліджень обмаль. У 2014 році прес-служба ФВУ запропонувала тренерам усіх команд-учасниць студентської ліги відповісти на п'ять питань, які стосуються не лише сьогодення студентського чемпіонату, але, що дуже важливо, його подальших перспектив (<https://www.volleyball.ua>). Отримані відповіді та побажання тренерів не знайшли подальшого відображення та підтримки в нормативних документах ФВУ, а саме регламенті Чемпіонату України з волейболу «Студентська ліга» та календарі Чемпіонату України з волейболу «Студентська ліга». Для вивчення проблем студентського волейболу в Україні та перешкод, які переслідують тренерів команд для розвитку даного виду, нами була розроблена анкета. Тематика анкети: «Чому відбувається занепад студентського волейболу в Україні?» Опитування проводилось серед тренерів чоловічих команд.

На запитання анкети: «Яким Ви бачите розвиток українського

студентського волейболу в майбутньому?» отримали наступні відповіді: 50% – тренерів вважає, що студентський волейбол має отримувати більшу підтримку від адміністрації ЗВО та ФВУ, 25% – припускають, що необхідно проводити більшу кількість змагань різного рівня, 20% – вважають, що необхідно спрощувати систему вступу для абітурієнтів, які займаються спортом, 5% – відзначили, що хотіли, щоб рівень підготовки спортсменів студентських команд був кращим.

Відповідаючи на питання: «Чи задоволені Ви рівнем підготовленості абітурієнтів-спортсменів, які є випускниками ДЮСШ?», 75% – опитаних дали відповідь «ні», 25% відповіли «так».

На наступне питання анкети: «Що на Вашу думку перешкоджає вступу спортсменів у заклади вищої освіти України?» відповіді розподілились так: 50% – вважає низький рівень знань абітурієнтів та невисокий бал сертифікатів незалежного оцінювання, 30% – небажанням вступників далі займатись спортом, 10% – продовжують спортивну кар'єру в професійних клубах, де отримують фінансову винагороду, 10% – з відповіддю не визначилися (рис 1).

Відповідаючи на четверте питання анкети: «Чи достатньо проводиться спортивних змагань на місцевому та всеукраїнському рівні для студентських команд?» 40% – фахівців відповіло, що жодних змагань не проводиться на місцевому рівні для збірних команд ЗВО, 50% – вважає, що студентський волейбол нікому не потрібний і ФВУ проводить змагання для «галочки» без врахування думки тренерів команд, 10% – відповіли, що кількість змагань достатня (рис 2).

На питання анкети: «Чи достатня мотивація у студентів спортсменів до тренувального процесу?» варіанти відповідей засвідчили: 60% «так», 40% – «ні».

На питання: «Що на Вашу думку заважає студентам-спортсменам покращувати рівень спортивної майстерності?» 40% респондентів вважає, що це низька мотивація студентів, 30% – поєднання навчального та тренувального

процесу, 20% – поєднання навчального, тренувального процесу та роботи, 10% –

незадовільний рівень матеріально-технічної бази ЗВО.

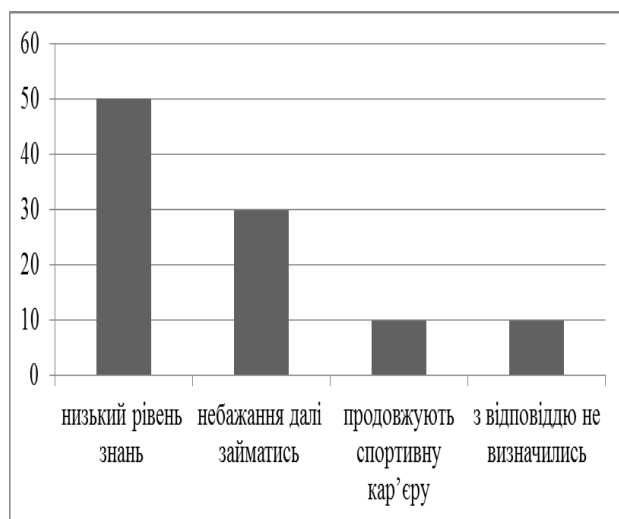


Рис. 1. Відповіді на питання «Що перешкоджає вступу спортсменів у заклади вищої освіти України?» (відсотки).

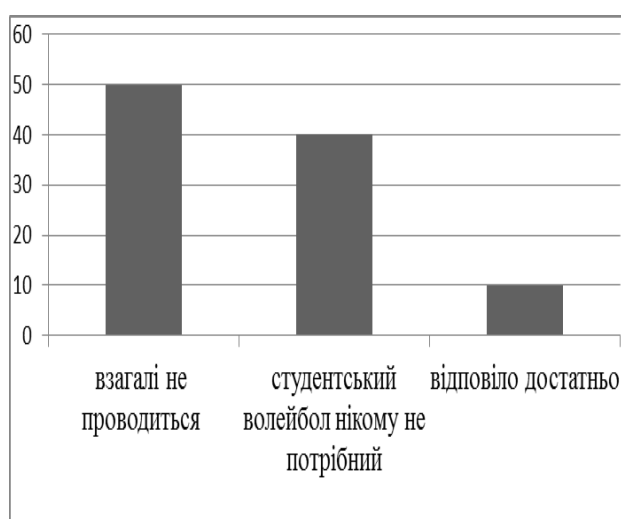


Рис. 2. Відповіді на питання «Чи достатньо проводиться спортивних змагань на місцевому та всеукраїнському рівні для студентських команд?» (відсотки).

На питання анкети: «Чи достатня мотивація у студентів спортсменів до тренувального процесу?» варіанти відповідей засвідчили – 60% «так», 40% – «ні».

Що до питання анкети: «Яким Ви бачите чемпіонат студентської ліги в майбутньому?» 40% – вважає збільшення кількості команд учасників та формування ліг, 30% – проведення змагань в чотири тури, 10% – кожна команда має приймати тур, 10% – кращі студентські колективи будуть мати середній рівень гри, але це будуть дійсно збірні ЗВО, без залучення студентів, які є волейболісти професіонали, 10% – команда буде формуватися виключно із гравців одного ЗВО (рис 3).

На сьоме питання анкети: «На Вашу думку чи можуть грати в студентській Лізі професійні гравці?» 50% – відповіли «так», 45% – «ні», 5% – виключно у вищій студентській Лізі.

Вивчаючи фінансову підтримку команд сформувався наступне питання анкети: «Наскільки якісною фінансово є підтримка волейбольної команди з боку керівництва вашого ЗВО за п'ятибальною шкалою?» 10% – тренерів оцінило на п'ять балів, 20% – на чотири бали, 60% – на три бали, 10% – на два бали (рис 4).

Десяте запитання анкети стосується завдань роботи тренера: «Чи ставите Ви перед собою завдання підготовки гравців для вищої ліги, суперліги та збірних команд України з волейболу?». 80% – респондентів відповіло «так», 15% – «ні», 5% – з відповіддю не визначились.

На одинадцяте питання анкети: «Як Ви оцінюєте роботу ФВУ для популяризації студентського волейболу?» 90% – опитаних оцінили незадовільно, відзначив, що нічого не робиться, змагання проводяться виключно за кошти закладів вищої освіти, 10% – задовільно.

Дванадцяте питання анкети яке стосуються проведення чемпіонату України з волейболу «Студентська ліга» звучить так: «Які виникають проблеми при проведенні чемпіонату студентської ліги?»

- відсутність регламенту чемпіонату України з волейболу «Студентська ліга» перед початком сезону;
 - відсутність календаря змагань Чемпіонату України з волейболу «Студентська ліга» на протязі ігрового сезону;

- гравці в командах старше 25 років;
 - у студентів приватних ЗВО відсутні студентські квитки;

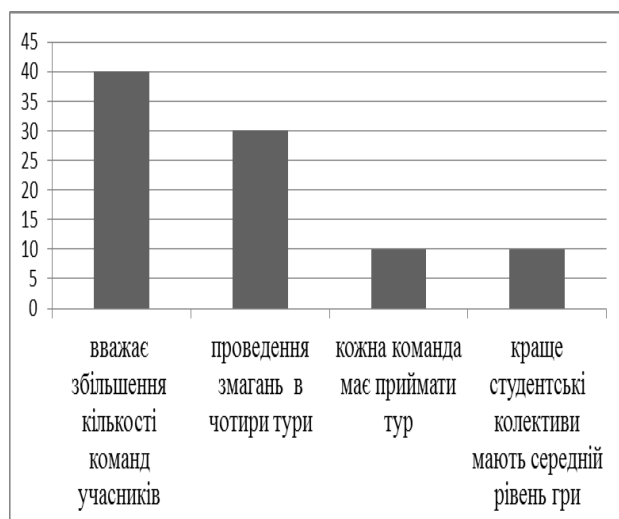


Рис. 3. Відповіді на питання «Яким Ви бачите чемпіонат студентської ліги в майбутньому?» (відсотки).

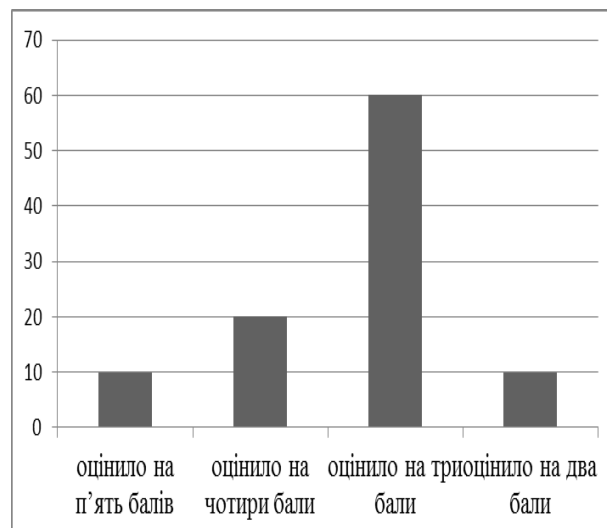


Рис. 4. Відповіді на питання «Наскільки якісною фінансово є підтримка волейбольної команди з боку керівництва вашого ЗВО за п'ятибальною шкалою?» (відсотки).

- грають за команди всі гравці суперліги, які не тренуються в ЗВО;
- гравці навчаються в ЗВО більше 6-10 років;
- студенти знаходяться в академвідпустці і на цей момент є відрахованими із ЗВО, але грають за студентську команду ЗВО;
- в студентській Лізі мають грати тільки студенти одного ЗВО, виникають проблеми з контролем кількості гравців задіяних на всіх турах з інших ЗВО в одній команді;
- не враховується думка тренерів при розробленні ФВУ регламенту чемпіонату України з волейболу «Студентська ліга»;
- відсутність чіткого формулювання у Регламенті чемпіонату України з волейболу «Студентська ліга», щодо підтверджуючих документів, які дають право спортсменам приймати участь у змаганнях. Повинен для цієї мети застосовуватися тільки один документ – *студентський квиток*.

Висновки. Таким чином анкетування показало, що велика кількість чинників впливає на розвиток студентського волейболу в Україні, а саме 50% – тренерів вважає студентський волейбол має отримувати більшу

підтримку від адміністрації ЗВО та ФВУ. Рівнем абітурієнтів спортсменів, які готують ДЮСШ незадоволенні – 75%. Не достатня мотивація у студентів спортсменів до тренувального процесу у 40%, взагалі не проводиться на місцевому рівні ніяких змагань для збірних команд ЗВО – відповіло фахівців 40%, 50% – вважає, що студентський волейбол нікому не потрібний і ФВУ проводить змагання для «галочки», без врахування думки тренерів команд. Якісну фінансову підтримку волейбольної команди з боку керівництва ЗВО оцінило 60% тренерів – на три бали, 90% – опитаних оцінили роботу ФВУ в популяризації студентського волейболу, як незадовільно.

Перспективи подальших досліджень у даному напрямку полягають у вивченні роботи тренерів ЗВО у підготовці волейболістів у якості резерву професійних команд.

Конфлікт інтересів. Автори відзначають, що не існує ніякого конфлікту інтересів.

Джерела фінансування. Ця стаття не отримала фінансової підтримки від державної, громадської або комерційної організації.

СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ

- Федерація волейболу України (2004). Календар Чемпіонату України з волейболу «Студентська ліга» в сезоні 2004-2005 років. Retrieved from URL <http://www.fvu.in.ua>.
- Федерація волейболу України (2018). Календар Чемпіонату України з волейболу «Студентська ліга» в сезоні 2018-2019 років. Retrieved from URL <http://www.fvu.in.ua>.
- Мельник, М., & Пітин, М. (2015а). Студентський спорт: перспективи наукових досліджень. *Спортивний вісник Придніпров'я: наук.-практ.*, (3), 73-76. Retrieved from URL http://file:///C:/Users/%D0%98%D1%80%D0%B8%D0%B0/Documents/Downloads/svp_2015_3_15.pdf
- Мельник, М.Г., & Пітин, М.П. (2015b). Нормативно-правове регулювання студентського спорту України. *Науковий часопис НПУ ім. М.П. Драгоманова*. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт (10 (65)), 105-108.
- Морозовський, О.Л. (2010). Конспект лекцій з волейболу. *ВОЛЕЙБОЛ-2010*, 104. Retrieved from URL <https://www.eprints.kname.edu.ua> ›
- Новини волейболу з Всесвітньої Універсиади. Retrieved from URL <https://www.volleyball.ua/international-universi>.
- Українські волейболісти увійшли в історію – 7 фактів. Retrieved from URL <https://www.radiosvoboda.org/a/30181651.html>.
- Професійно про волейбол – у колі ЗМІ. Retrieved from URL <https://www.volleyball.ua/news/profiesiino-pr>.
- Студентська ліга: думки з приводу. Retrieved from URL <http://www.5kolec.com/volleyball/news/article-11541/>
Retrieved from <https://sport.ua/news/450181-universiada-2019-obe-nashi-sbornye-finishirovali-vo-utorom-desyatke>

Стаття постуила до редакції: 06.05.2020 р.

Опублікована: 01.06.2020 р.

Аннотація. Радченко А. В., Дмитрук В. С., Ковальчук В. Я. *Актуальные проблемы студенческого волейбола в Украине. В последний годы в Украине студенческий волейбол переживает кризис. Эта тенденция прослеживается после выступления студенческих команд на Всемирных Универсиадах.*

Всемирная Универсиада - 2019, украинские сборные выступили крайне неудачно. Среди 20 мужских команд наша сборная заняла 13 место, а среди 16 женских команд - только 14. А еще совсем недавно были времена, когда украинские волейболисты-студенты на Всемирной Универсиаде боролись исключительно за медали. Так, в 2011 году на Универсиаде в Китае мужская сборная Украины стала серебряным призером, а женская заняла 6 место. В 2013 году на Универсиаде в Казани мужская сборная Украины в матче за третье место проиграла сборной Японии. На Универсиаде 2015 году в Южной Корее обе наши сборные стали серебряными призерами, а на Универсиаде 2017 года в Тайване, женская сборная Украины завоевала бронзовые награды, а мужчины снова уступили сборной Японии в матче за 3 место. Возвращаясь к турниру Всемирной Универсиады 2019, следует заметить, что и мужская, и женская сборная Украины были неплохо укомплектованы игроками, которые выступают в отечественной Суперлиге, причем некоторые из них имеют даже опыт выступления за национальную сборную страны.

Цель исследования. Работа заключалась в определении факторов влияющих на развитие студенческого волейбола в Украине. **Методы исследования:** анализ научной, методической литературы и периодических изданий, анкетирование тренеров, методы

математической статистики. **Организация исследования:** исследование проводилось в высших учебных заведениях Украины: Луцка, Тернополя, Ровно, Хмельницкого, Житомира и Киева. В исследовании приняли участие 20 тренеров высших учебных заведений Украины III-IV уровня аккредитации. **Выводы.** Таким образом, анкетирование показало, что большое количество факторов влияет на развитие студенческого волейбола в Украине, а именно 50% - тренеров считает, что студенческий волейбол должен получать большую поддержку от администрации ВУЗов и ФВУ. Уровнем абитуриентов-спортсменов, которых готовят ДЮСШ не удовлетворены - 75% тренеров. Недостаточная мотивация студентов спортсменов к тренировочному процессу, у 40% респондентов, не проводится на местном уровне ни каких соревнований для сборных команд ВУЗ, 50% - считает, что студенческий волейбол ни кому не нужен и ФВУ проводит соревнования для «галочки», без учета мнения тренеров команд. Качество финансовой поддержки волейбольной команды со стороны руководства ВУЗа на три балла оценило 60% тренеров, 90% опрошенных оценили неудовлетворительно работу ФВУ в популяризации студенческого волейбола. Тренеры отмечают, что ФВУ соревнования проводит исключительно за средства высших учебных заведений.

Ключевые слова: анкета; волейбол; студенческие команды; спортсмены; тренер.

Annotation. Radchenko O., Dmitruk V., Kovalchuk V. Actual problems of student volleyball in Ukraine. In the recent years, student volleyball has been declining in Ukraine. This tendency is clearly shown by the performance of student teams at the World Universiades. The World Universiade - 2019 was a failure for Ukrainian national teams. Our team was the 13th among 20 men's teams and only the 14th among 16 women's teams. But it wasn't a long time ago when Ukrainian students were competing solely for medals. So, in 2011 Ukrainian men's national team became the silver medalist at the Universiade in China, and the women's team won the 6th place. In 2013, Ukrainian men's national team lost to Japan in the third place playoff at the Universiade in Kazan. At the Universiade in South Korea in 2015, both of our teams won silver medals, and at the Universiade 2017 that took place in Taiwan, Ukrainian women's national team won bronze medals and the men lost to Japan national team in the match for third place again. Returning to the World Universiade 2019 tournament, it's worth noting that both the men's and women's national teams comprised good players that took part in the National Super League, some of them even played for the National Team of Ukraine. **The aim of the study.** The aim of the study was to determine the factors that influence the development of student volleyball in Ukraine. **Research methods:** analysis of scientific, methodological literature and periodicals, questionnaire among the coaches, methods of mathematical statistics. **Organization of the study:** the study was conducted at Higher education institutions in Ukraine: Lutsk, Ternopil, Rivne, Khmelnytsky, Zhytomyr and Kiev. 20 coaches of Ukrainian higher education institutions III-IV accreditation level participated in the study. **Conclusions.** Thus, the survey showed that a large number of factors affect the development of student volleyball in Ukraine, namely, 50% of coaches believe that student volleyball should receive more support from the administration of higher education institutions and UVF. 75% of respondents are dissatisfied with the level of athletes –entrants that are prepared by sports schools. 40% of respondents claim that there is a lack of motivation among athletes students for the training process. There are no competitions at all at the local level for the national teams at higher education institutions - 40% of experts provided the following answer. 50% of respondents - think that student volleyball is not needed by anyone and UFFV holds competitions without considering the opinion of the team coaches. The qualitative financial support of the volleyball team by the leadership of higher education institutions was evaluated by 60% of the coaches - by three points. 90% of those surveyed rated the work of the UFFV in the promotion of student volleyball as unsatisfactory, that is nothing is being done, and competitions are held exclusively at the expense of institutions of higher education.

Key words: questionnaire; volleyball; student teams; athletes.

References

- Federacija volejbolu Ukrai'ny* (2004). Kalendar Chempionatu Ukrai'ny z volejbolu «Students'ka liga» v sezoni 2004-2005 rokiv [Volleyball Federation of Ukraine (2004). Calendar of the Ukrainian Championship on volleyball "Student League" in the season 2004-2005]. Retrieved from URL <http://www.fvu.in.ua>. [in Ukrainian].
- Federacija volejbolu Ukrai'ny* (2018). Kalendar Chempionatu Ukrai'ny z volejbolu «Students'ka liga» v sezoni 2018-2019 rokiv [Volleyball Federation of Ukraine (2004). Calendar of the Ukrainian Championship on volleyball "Student League" in the season 2018-2019]. Retrieved from URL <http://www.fvu.in.ua>. [in Ukrainian].
- Mel'nyk, M., & Pityn, M. (2015a). Students'kyj sport: perspektyvy naukovykh doslidzhen' [Student sports: prospects for scientific research]. *Sportyvnyj visnyk Prydniprov'ja: nauk.-prakt.* [Sports herald of the Dnieper region], no. (3), 73-76. [in Ukrainian].
- Mel'nyk, M.G., & Pityn, M.P. (2015b). Normatyvno-pravove reguljuvannja students'kogo sportu Ukrai'ny [Statutory regulation of student sports in Ukraine]. *Naukovyj chasopys NPU im. M.P. Dragomanova. Serija 15. Naukovo-pedagogichni problemy fizychnoi kul'tury* [Scientific journal of M. P. Drahomanov NPU Scientific journal of M. P. Drahomanov NPU], no.10 (65), 105-108. [in Ukrainian].
- Morozovs'kyj, O.L. (2010). Konspekt lekcij z volejbolu [Volleyball Lecture Project]. *VOLEJBOL-2010* [Volleyball-2010], 104. Retrieved from URL <https://www.eprints.kname.edu.ua> >. [in Ukrainian].
- Novyny volejbolu z Vsesvitn'oi' Universiady* [Volleyball news on the World University Games]. Retrieved from URL <https://www.volleyball.ua/international-universi>. [in Ukrainian].
- Ukrai'ns'ki volejbolisty uvijshly v istoriju – 7 faktiv* [Ukrainian volleyball players entered the history - 7 facts]. Retrieved from URL <https://www.radiosvoboda.org/a/30181651.html>. [in Ukrainian].
- Profesijno pro volejbol – u koli ZMI* [About volleyball professionally - in the circle of mass media]. Retrieved from URL <https://www.volleyball.ua/news/profiesiino-pr>. [in Ukrainian].
- Students'ka liga: dumky z pryvodu* [Student League: thoughts on]. Retrieved from URL <http://www.5kolec.com/volleyball/news/article-11541/>. [in Ukrainian].

Відомості про авторів / Information about the Authors

Радченко Олександр Вікторович: кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент кафедри фізичної культури, спорту та здоров'я Луцького національного технічного університету: вул. Львівська 75, м. Луцьк, 332, Україна.

Радченко Александр Викторович: кандидат наук по физическому воспитанию и спорту, доцент кафедры физической культуры, спорта и здоровья Луцкого национального технического университета: ул. Львовская 75, г. Луцк, 332, Украина.

Oleksandr Radchenko: Doctor of Philosophy, Department of Physical Culture, Sport and Health, Lutsk National Technical University: st. Lvivska 75, Lutsk 332, Ukraine.

orcid.org/0000-0002-1822-8033

E-mail: Rad71@email.ua.

Дмитрук Віталій Степанович: кандидат педагогічних наук, доцент кафедри фізичної культури, спорту та здоров'я Луцького національного технічного університету: вул. Львівська 75, м. Луцьк, 332, Україна.

Дмитрук Виталий Степанович: кандидат педагогических наук, доцент кафедры физической культуры, спорта и здоровья Луцкого национального технического университета, ул. Львовская 75, г. Луцк, 332, Украина.

Vitaliy Dmitruk: Doctor of Philosophy, Department of Physical Culture, Sport and Health, Lutsk National Technical University: st. Lvivska 75, Lutsk 332, Ukraine.

orcid.org/0000-0003-1899-7681

E-mail: dm.andriy@gmail.com

Ковальчук Володимир Ярославович: кандидат педагогічних наук, доцент кафедри фізичної культури, спорту та здоров'я Луцького національного технічного університету: вул. Львівська 75, м. Луцьк, 332, Україна.

Ковальчук Владимир Ярославович: кандидат педагогических наук, доцент кафедры физической культуры, спорта и здоровья Луцкого национального технического университета: ул. Львовская 75, г. Луцк, 332, Украина.

Volodymyr Kovalchuk: Doctor of Philosophy, Department of Physical Culture, Sport and Health, Lutsk National Technical University: Lutsk National Technical University: st. Lvivska 75, Lutsk 332, Ukraine.

orcid.org/: 0000-0001-5888-7458

E-mail: v.kovalchuk@lntuu.edu.ua

Ефективність експериментальної програми швидкісно-силової підготовки футболістів 13-14 років із використанням блоків спеціально підібраних вправ

Стрикаленко Є.А.¹, Шалар О.Г.¹, Гузар В.М.², Бойченко А.В.¹

¹Херсонський державний університет

²Херсонська державна морська академія

Анотація. Мета – визначити ефективність експериментальної програми швидкісно-силової підготовки футболістів в СДЮШОР «Кристал». **Матеріал і методи:** у дослідженні прийняли участь дванадцять юних спортсменів віком 13-14 років. Тривалість занять футболом у даних спортсменів знаходилась в межах від 4 до 6 років. Тривалість дослідження жовтень 2018 – квітень 2019 року. Для визначення рівня розвитку швидкісно-силової підготовленості юних футболістів були застосовані наступні тести: біг на 30 м., човниковий біг 3 x 10 метрів, стрибок у довжину з місця, стрибок вгору з місця, вкидання м'яча на дальність, удар по м'ячу на дальність. Сутність методики швидкісно-силової підготовки юних футболістів полягала в тому, що у змісті трьох тренувань на тиждень були передбачені три блоки швидкісно-силових вправ. Використовувався метод колового тренування де тренер розбивав футболістів на три групи. Весь блок виконувався у 6 кіл. Відпочинок між колами 2 хв. Блок розрахований на розвиток м'язів ніг та верхнього плечового поясу, вибухової сили та швидкісної витривалості. **Результати:** визначивши рівень розвитку швидкісно-силових якостей на початку дослідження та по його завершенню встановлено, що зміни відбулися за всіма проведеними тестами. За показниками загальної швидкісно-силової підготовленості юних футболістів встановлено, що за тестом біг на 30 м середнє значення групи змінилося з 4,8 с до 4,6 с (приріст 4,2%); за тестом човниковий біг на 3x30 метрів було 8,31 с, стало 7,86 с (приріст 5,6%); за тестом стрибок у довжину з місця з 192,9 см на 198,5 см (приріст 2,8%); за тестом стрибок угору з місця було 39 см, стало 40,7 см (приріст 4,2%). За показниками спеціальної швидкісно-силової підготовленості теж відбулися позитивні зрушення: за тестом вкидання м'яча на дальність результати покращилися з 17,5 м до 18,3 м (приріст 4,4%); а за тестом удар по м'ячу на дальність - з 49,9 м до 51,6 м (приріст 3,3%). **Висновки:** експериментально встановлено, що використана в тренувальному процесі блочна методика швидкісно-силової підготовки футболістів 13-14 років є ефективною. Її застосування дозволило досягти суттєвих зрушень практично по кожному з тестових випробувань. Проте існує перспектива подальших досліджень, яка пов'язана з продовженням використання розробленої методики, для визначення її ефективності за більш тривалий період тренування з незначним коректуванням її змісту за рахунок введення вправ інтегральної спрямованості.

Ключові слова: юні футболісти; підготовка; методика; тестування; швидкість; швидкісно-силові якості.

Вступ. На даний час футбол є не тільки ігровим видом спорту, а вже декілька десятиліть є явищем глибоко соціальним (Зеленцов, Лобановський, Коуэрвер, & Ткачук, 1996). Активна рухова діяльність юних футболістів у процесі занять спортом сприяє запобіганню перевантажень і перевтоми. Доцільність і ефективність рухової

діяльності, як і будь-якої іншої, залежить від системи її реалізації, глибини наукового обґрунтування (Андреев, Левин, 2004; Губа, 2016; Алиев, Андреев, & Губа, 2012; Козловский, 1999). Ця система дає уявлення про складові фактори спортивної майстерності, дозволяє в певній мірі систематизувати засоби і методи, систему контролю та управління процесом спортивної підготовки футболістів (О.В. Соломонко, Лисенчук, & В.В. Соломонко, 1997; [Gamble](#), [Spencer](#),

[McCarren, & Moyna, 2019;](#) [Abbott, Brickley, & Smeeton, 2018](#)).

Кожен футболіст за час багаторічного вдосконалення, проходить всі види підготовки: фізичну, технічну, тактичну, психологічну та інтегральну.

Наші попередні дослідження довели, що формуючи особистість юного футболіста важливо творчо поєднувати психологічну та всі інші складові тренувального процесу (Гузарь, Шалар, & Норик, 2014; Еделев, Єфімако, & Шалар, 2008; Шалар, Стрикаленко, & Ємельянова, 2009; Стрикаленко, Шалар, Гузар, 2020).

Розглядаючи кожну спортивну підготовку окремо хотілося б виділити фізичну підготовку, яка саме спрямована на розвиток всіх фізичних якостей (Гусев, Стрикаленко, & Шалар, 2014; Жосан, Стрикаленко & Шалар, 2014; Жосан, Хоменко, & Шалар, 2016; Шалар, Гузар, & Хоменко, 2019). Провідною якістю футболіста є швидкісно-силова. Вона безумовно є однією з найважливіших тому, що обумовлена специфікою цього виду спорту (Лисенчук, Догадало, & Колотов, 1997; О.В. Соломонко, Лисенчук, & В.В. Соломонко, 1997; [Evangelos, Gioldasis, Ioannis, & Georgia, 2018](#)). Саме А. Bolotin і V. Bakayev (Bolotin, & Bakayev, 2017), підкреслювали значимість застосування певних обтяжень та силових тренажерів в швидкісно-силовій підготовці юних футболістів.

За статистичними даними протягом гри футболіст виконує понад 100 ривків і прискорень переважно на відрізках від 5 до 30 метрів. Випередження суперника на доволі короткій дистанції може зробити гравець, який володіє гарною вибуховою силою й швидкісними здібностями. Високий рівень цих якостей забезпечить вигравш часу, тобто вигравш простору (Hakman, Vaskan, Kljus, Liasota, Palichuk, & Yachniuk, 2018; [Gomez-Piqueras, Gonzalez-Villora, Castellano, & Teoldo, 2019;](#) [Smpokos, Mourikis, & Linardakis, 2018;](#) [Kassiano, Jesus, Lima, & Araripe, 2019;](#) [Pratas, Volossovitch, & Carita, 2018](#)). Тому досконала швидкісно-силова підготовка – це невід’ємна складова

підготовки футболістів різних ігрових амплуа.

Зв'язок дослідження з науковими програмами, планами, темами. Наукова робота є складовою науково-дослідної теми кафедри олімпійського та професійного спорту Херсонського державного університету «Оптимізація навчально-тренувального процесу спортсменів різної кваліфікації» (№ 0116U005791).

Мета дослідження: визначити ефективність експериментальної програми швидкісно-силової підготовки футболістів в СДЮШОР «Кристал».

Матеріал і методи дослідження. Методи дослідження: аналіз науково-методичної літератури, педагогічне тестування, педагогічний експеримент, методи математичної статистики.

У дослідженні прийняли участь дванадцять юних спортсменів віком 13-14 років. Тривалість занять футболом у даних спортсменів знаходилась в межах від 4 до 6 років. Всі учасники дослідження мають досвід виступу на змаганнях різного рівня. Можливо футболісти готувалися до виступу у другому колі чемпіонату України та області у власній віковій групі. Тестування проводилось на базі СДЮШОР «Кристал» із використання обладнання та інвентарю даної спортивної школи. Тривалість дослідження жовтень 2018 - квітень 2019 року. Для визначення рівня розвитку швидкісно-силової підготовленості юних футболістів були застосовані наступні тести: (біг 30 м., човниковий біг 3x10 метрів, стрибок у довжину з місця, стрибок вгору з місця, викидання м'яча на дальність, удар по м'ячу на дальність).

Нормативні показники з загальної та спеціальної фізичної підготовленості для футболістів 13-14 років представлено в таблиці 1.

Аналізуючи нормативні показники зазначимо, що в програмі для визначення загальної фізичної підготовленості запропоновано використання 4 тестів. Оцінка спеціальної фізичної підготовленості відбувалась за тестами, виконання яких передбачає прояв

швидкісно-силових здібностей під час виконання певної ігрової дії.

Сутність методики швидкісно-силової підготовки юних футболістів полягала в тому, що у змісті трьох тренувань на тиждень були передбачені три блоки швидкісно-силових вправ.

Таблиця 1

Контрольні нормативи із загальної та спеціальної фізичної підготовленості футболістів

Тестове завдання	Норматив
Загальна фізична підготовленість	
Біг на 30 м, с	
Човниковий біг 3x10м, с	
Стрибок у довжину з місця, см	
Стрибок угору з місця, см	
Спеціальна фізична підготовленість	
Укидання м'яча на дальність, м	
Удар по м'ячу на дальність, м	

Новий тренувальний тиждень починався з першого блоку, де основними засобами були: стрибки на тумбу, кидання м'яча з піском, човниковий біг з обтяжуванням на ногах тощо. Другий блок включав спеціальний біговий комплекс із стрибками та прискоренням, гра у футбол з партнером на спині. У третьому блоці

було передбачено стрибки з підніманням коліна до грудей та бігові ривки із різних положень. Використовувався метод колового тренування де тренер розбивав футболістів на три групи. Весь блок виконувався у 6 кіл. Відпочинок між колами 2 хв. Блок розрахований на розвиток м'язів ніг та верхнього плечового поясу (кидання м'яча), вибухової сили та швидкісної витривалості.

Результати дослідження та їх обговорення. Перш ніж впроваджувати певні методики для розвитку швидкісно-силових якостей, ми визначили вихідний рівень цих якостей за обраними тестами. Проаналізувавши отримані показники ми протягом трьох місяців впроваджували в тренувальний процес запропоновану блочну методику розвитку швидкісно-силових якостей.

Після трьох місяців роботи над підвищенням рівня швидкісно-силової підготовленості юних футболістів, нами було проведено повторне контрольне тестування. Показники змін загальної швидкісно-силової підготовленості протягом експерименту представлено в таблиці 2.

Таблиця 2

Показники швидкісно-силової підготовленості юних футболістів 13-14 років протягом експерименту

№	Вид випробування	Початковий рівень	Кінцевий рівень	t	p
		$\bar{x} \pm m$	$\bar{x} \pm m$		
1.	Біг 30 м, с	4,80 ± 0,048	4,60 ± 0,043	2,355	p < 0,05
2.	Човниковий біг 3x10 м, с	8,31 ± 0,176	7,86 ± 0,141	2,231	p < 0,05
3.	Стрибок у довжину з місця, см	192,90 ± 2,289	198,50 ± 3,843	1,124	p > 0,05
4.	Стрибок в гору з місця, см	39,00 ± 1,249	40,70 ± 1,647	1,222	p > 0,05

Аналізуючи результати тестування встановлено, що за тестом біг на 30 метрів середнє значення вихідних даних досліджуваної групи склало 4,8 секунди. Найкращий результат був у Сергія С. та Данило Е. (16,7%). Після проведеної методики та повторного складання тесту група показала результат 4,6 секунди (покращення склало 0,2 с), а у відсотковому співвідношенні приріст групи становив 4,2%. Високі результати показали 33,3% юних футболістів. Всі спортсмени мали покращення результатів.

Розглядаючи вихідні результати човникового бігу 3x10 метрів слід відмітити велику розбіжність результатів. Середнє значення групи склало 8,31с. Найгірший результат показав Данило Ш. (8,98 с). Проте, розглядаючи результати кінцевих даних, можна визначити, що середнє значення групи склало 7,86с, а покращення середнього показника для групи становило 0,45с, що у відсотках – 5,6%. Юний футболіст Данило Ш. покращив свій попередній результат на 1,2 с.

Під час виконання тесту стрибок у довжину з місця на початку експерименту було визначено середнє значення групи – 192,9 см. Розглядаючи кінцеві данні можна визначити, що 25% юних спортсменів підвищили свій результат на 10 см, 25% футболістів – тільки підтвердили свої результати, але не показали приросту. Середній показник покращення по групі склало 5,6 см, у відсотковому співвідношенні це 2,8%.

Під час вивчення результатів тесту стрибок угору з місця можна сказати, що при вихідних даних група показала середній результат – 39 см. А після використання експериментальної

методики, при повторному тестуванні середнє значення склало 40,7 см. Середній показник покращення в групі становило 1,7 см, що у відсотках складає 4,2%.

Серед контрольних вправ зі спеціальної фізичної підготовленості футболістів нами було обрано наступні тести: вкидання м'яча на дальність та удар по м'ячу на дальність.

Аналогічно до попереднього дослідження ми визначили зміни і в показниках рівня спеціальної швидкісно-силової підготовленості. Результати порівняння вихідних та заключних даних представлено в таблиці 3.

Таблиця 3.

Початкові та кінцеві показники спеціальної швидкісно-силової підготовленості юних футболістів

№	Вид випробування	Початковий рівень	Кінцевий рівень	t	p
		$\bar{x} \pm m$	$\bar{x} \pm m$		
1.	Вкидання м'яча на дальність, м	17,5 ± 0,410	18,3 ± 0,398	1,592	p > 0,05
2.	Удар по м'ячу на дальність, м	49,9 ± 1,119	51,6 ± 0,863	1,697	p > 0,05

Аналізуючи показники спеціальної швидкісно-силової підготовленості футболістів СДЮШОР «Кристал» зазначимо, що за першим тестом – вкидання м'яча на дальність при вихідних даних можна визначити середнє значення, яке склало 17,5 м, а після проведеної методики результат середнього значення був 18,3 м, покращення становить 0,8 м, що у відсотковому співвідношенні – 4,4%.

При порівнянні результатів тесту удар по м'ячу на дальність на початку дослідження нами було зафіксовано середнє значення групи – 49,9м. При повторному проведенні тесту результат склав – 51,6 м (покращення показника на 1,7 м), що у відсотках становить 3,3%.

Отримані в ході дослідження результати тестувань довели, що у юних футболістів відбулися зрушення у кращий бік по всім тестовим завданням після трьох місяців плідної роботи над підвищенням швидкісно-силових якостей.

Визначивши рівень розвитку швидкісно-силових якостей на початку дослідження та по його завершенню встановлено, що зміни відбулися за всіма проведеними тестами. Результати

порівнянь з бігових тестових завдань представлені на рисунку 1.

При порівнянні результатів з нормативними вимогами в тесті біг на 30 метрів видно, що 66,7% юних футболістів не вклалися в норматив, який складає 4,7 с, а середній час групи був 4,8 с. Після застосування блочної методики швидкісно-силової підготовки юних футболістів, середній результат склав 4,6 с, однак при цьому 41,7% спортсменів показали незадовільний результат.

Аналізуючи вихідні результати човникового бігу 3x10 м слід зазначити, що 33,3% юних спортсменів вклалися в нормативний результат, який становить 7,8 с, а середнє значення групи становило 8,31 с. Проте розглядаючи результати отримані після проведеного експерименту можна відзначити, що вже 58,3% футболістів виконали нормативний показник, середнє значення якого склало 7,86 с

На рисунку 2 представлено порівняння вихідних та кінцевих даних за нормативами з тестів: стрибок у довжину з місця та стрибок угору з місця.

За виконанням тесту стрибок у довжину з місця, при першому вимірюванні тільки один спортсмен вклався в норматив (який складає 210см), а

при повторному складанні тестування двоє юних спортсменів вклалися в норматив та перевищили його.

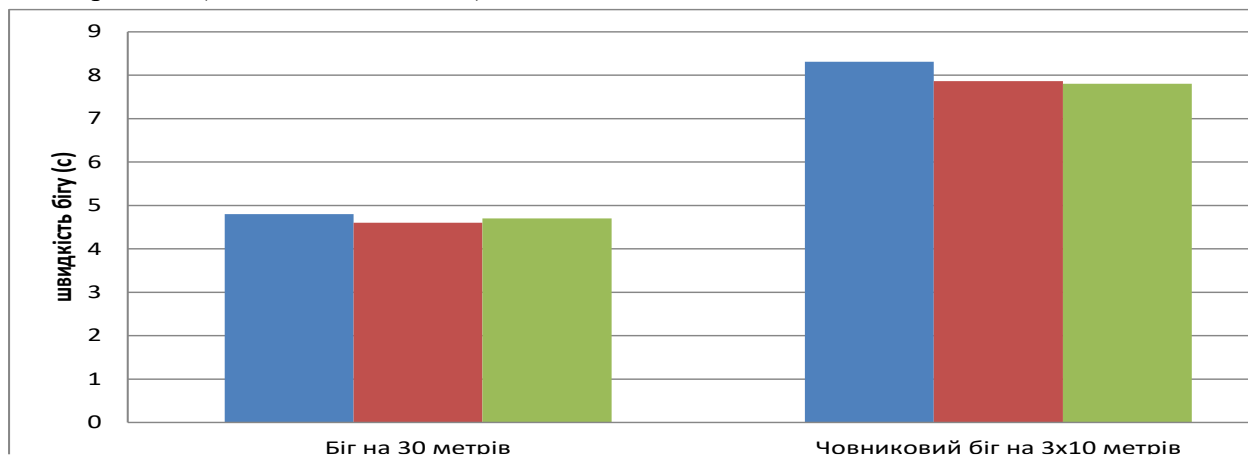


Рис. 1. Порівняння вихідних та кінцевих показників бігових тестів з нормативами програми з футболу (с)

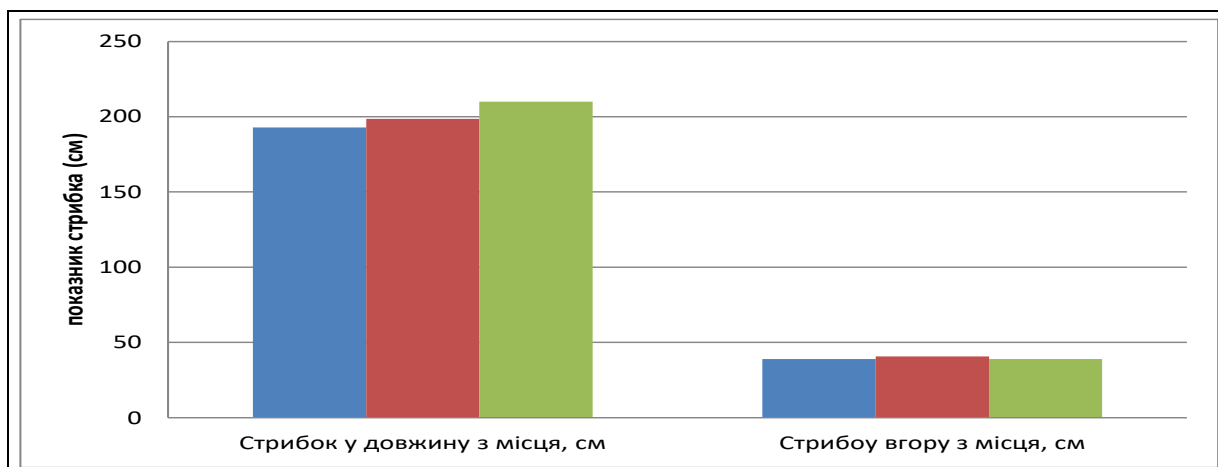


Рис. 2. Порівняння показників стрибкових контрольних нормативів футболістів протягом експерименту (см)

Порівнюючи результати контрольної вправи стрибок вгору з місця при першому тестуванні, виявлено 50% юних футболістів, які показали результат згідно з нормативним показником (39 см), а після проведеного експерименту та повторного складання тесту 66,7% спортсменів вклалися в нормативний показник.

Результати порівняння показників спеціальної фізичної підготовленості за тестами: вкидання м'яча на дальність та удар по м'ячу на дальність представлені на рисунку 3.

Норматив за тестом вкидання м'яча на дальність складає 17 м. Під час огляду

вихідних результатів по даному тесту можна визначити, що 66,7% футболістів показали позитивний результат, а наприкінці експерименту при повторному тестуванні, вся група футболістів виконала норматив або перевершила його.

Під час порівнянь результатів тесту удар по м'ячу на дальність, ми виявили досить низькі показники по цій вправі. Тільки один футболіст вклався в норматив (60 м), його результат у майбутньому не змінився. Проте всі інші спортсмени мали невеликий приріст (1-3 м), однак жоден не вклався в цей норматив.

Результати проведеного дослідження дозволяють стверджувати, що використання даної методики сприяло покращенню швидкісно-силової підготовленості юних футболістів. Майже кожен юний футболіст по кожному тестовому завданню мав приріст. Проте порівнюючи результати середнього значення групи з нормативними показниками можна відмітити, що група

вклалася в три тестових завдання з шести обраних. А саме, юні футболісти виконали нормативи по таким тестовим завданням: біг на 30 метрів, стрибок угору з місця, вкидання м'яча на дальність. Можна припустити, що для більш значних покращень показників таких нормативів як: човниковий біг 3x10 м, стрибок у довжину з місця та удар по м'ячу на дальність необхідно більше часу.

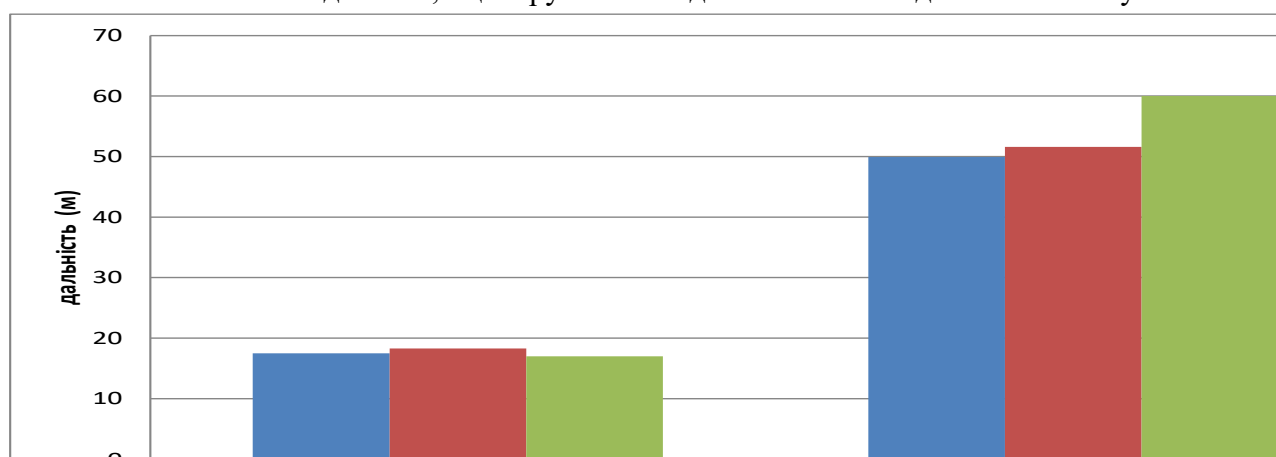


Рис. 3. Порівняння показників вкидання м'яча і удару по м'ячу футболістів (м)

При обробці кінцевих даних за тестом човниковий біг 3x10 м виявлено 58,3% юних футболістів які вклалися в норматив, але середнє значення групи не дотягує до нормативного показника на 0,06 с. Розглядаючи результати за тестом стрибок у довжину з місця можна припустити, що ці показники залежать й від антропометричних даних учня. Серед респондентів переважна більшість мала відносно невеликий зріст, що вплинуло на не високі результати з цієї вправи.

Незначний приріст результатів за тестом удар по м'ячу на дальність можна пояснити тим, що ця вправа потребує більш технічного вдосконалення, а ніж фізичного. Це може бути підставою в подальших тренувальних заняттях приділяти більше уваги саме виконанню передач м'яча юними футболістами на різну відстань та різних положень.

Висновки. 1. Експериментально встановлено, що використана в тренувальному процесі блочна методика швидкісно-силової підготовки футболістів 13-14 років є ефективною. Її застосування дозволило досягти зрушень практично по кожному з тестових випробувань. Проте

достовірні зміни виявлено лише в показниках бігу на 30 м і човникового бігу 3x10 м ($p < 0,05$).

2. За показниками загальної швидкісно-силової підготовленості юних футболістів встановлено, що за тестом біг на 30 м середнє значення групи покращилося з 4,8 с до 4,6 с (приріст 4,2%); за тестом човниковий біг на 3x30 метрів було 8,31 с, стало 7,86 с (приріст 5,6%); за тестом стрибок у довжину з місця з 192,9 см на 198,5 см (приріст 2,8%); за тестом стрибок угору з місця було 39 см, стало 40,7 см (приріст 4,2%).

3. За показниками спеціальної швидкісно-силової підготовленості теж відбулися позитивні зрушення: за тестом вкидання м'яча на дальність результати покращилися з 17,5 м до 18,3 м (приріст 4,4%); а за тестом удар по м'ячу на дальність – з 49,9 м до 51,6 м (приріст 3,3%).

Перспективи подальших досліджень у даному напрямку. Проте існує перспектива подальших досліджень, яка пов'язана з продовженням використання розробленої методики, для визначення її ефективності за більш

тривалий період тренування з незначним коректуванням її змісту за рахунок введення вправ інтегральної спрямованості.

Конфлікт інтересів. Автори відзначають, що не існує ніякого конфлікту інтересів.

Джерела фінансування. Ця стаття не отримала фінансової підтримки від державної, громадської або комерційної організації.

СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ

- Алиев, Э.Г., Андреев, С.Н., & Губа, В.П. (2012). *Мини-футбол (футзал)*. Москва : Советский спорт.
- Андреев, С.Н., Левин, В.С. (2004). *Мини-футбол*. Липецк : Арес.
- Губа, В.П. (2016). Теория и методика мини-футбола (футзала). Москва : Спорт.
- Гузарь, В.Н., Шалар, О.Г., & Норик, А.О. (2014). Взаимоотношения как аспект психологического климата женской футбольной команды. *Физическое воспитание студентов*, 2, 8-12. doi: 10.6084/m9/figshare. 906307
- Гусев, В.Г., Стрикаленко, Є.А., & Шалар, О.Г. (2014). Аналіз фізичної підготовленості футболістів високого класу. *Науковий часопис НПУ ім. М.П. Драгоманова*, 6 (49), 35-42.
- Жосан Ігор, Стрикаленко Євгеній, & Шалар Олег (2014). Технічне обладнання в тренуванні юних футболістів. *Фізична культура, спорт та здоров'я нації: збірник наукових праць. Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського*, 17, 448-454.
- Жосан, І.А., Хоменко, В.В., & Шалар, О.Г. (2016). Порівняння техніко-тактичних дій крайніх захисників на чемпіонаті світу з футболу 2014 року. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова*, 3 (72), 60-63.
- Зеленцов, А.М., Лобановський, В.В., Коуэрвер, В., & Ткачук, В.П. (1996). *Уроки футболу*. Київ : Олімпійська література.
- Еделев, О.С., Єфімако, В.О., & Шалар, О.Г. (2008). Дидактико-виховний аспект тренування юних футболісток. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*, 11, 16-20.
- Козловский, В.И. (1999). *Подготовка футболистов*. Москва : Физическая культура и спорт.
- Лисенчук, Г., Догадаło, В., & Колотов, В. (1997). Отбор и прогнозирование достижений как инструмент управления соревновательной деятельностью в футболе. *Наука в олимпийском спорте*, 1, 57-63.
- Соломонко, В.В., Лисенчук, Г.А., & Соломонко, О.В. (1997). *Футбол*. Київ : Олімпійська література.
- Стрикаленко Є.А., Шалар О.Г., Гузар В.М. (2020). Ефективність побудови тренувального процесу футзалістів ФК «Продуксім» в підготовчому періоді. *Спортивні ігри*, 1 (15), 44-47. doi: 10.15391/si.2020-2.05.
- Шалар, О.Г., Стрикаленко, Є.А., & Ємельянова, Ю.І. (2009). Формування особистості юних футболісток. *Педагогіка, психологія та методико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*, 10, 277-280.
- Шалар, О.Г., Гузар, В.М., & Хоменко, В.В. (2019). Вплив спортивного тренування на фізичну та технічну підготовленість футболістів. *Актуальні проблеми громадського здоров'я та рухова активність різних верств населення*, 200-205.
- Bolotin, A. & Bakayev, V. (2017). Pedagogical conditions required to improve the speed-strength training of young football players. *Journal of Physical Education and Sport*, (JPES) 17(2), 95, 638-642.
- Накман, А., Vaskan, I., Kljus, O., Liasota, T., Palichuk, Y., & Yachniuk, M. (2018). Analysis of the acquisition of expertise and mastery of physical skills for performing techniques by young footballers. *Journal of Physical Education and Sport*, 18, 1237-1242. <https://doi.org/10.7752/jpes.2018.s2184>.

- [Gamble, Declan](#), [Spencer, Matt](#), [McCarren, Andrew](#), & [Moyna, Niall](#). (2019). Activity profile, PlayerLoad™ and heart rate response of Gaelic football players: A pilot study. *Journal of Human Sport and Exercise*, 14(4), 711-724. doi:10.14198/jhse.2019.144.01.
- [Kassiano, Witalo](#), [Andrade, Ana Denise](#), [Jesus, Karla de](#), [Lima, Antônio Barroso](#), [Simim, Mário Antônio](#), [Medeiros, Alexandre Igor Araripe](#), [Assumpção](#), & [Cláudio de Oliveira](#) (2019). Neuromuscular parameters and anaerobic power of U-20 futsal players. *Journal of Human Sport and Exercise*, 14(1), 207-214. doi:10.14198/jhse.2019.141.17.
- [Gomez-Piqueras, Pedro](#), [Gonzalez-Villora, Sixto](#), [Castellano, Julen](#), & [Teoldo, Israel](#) (2019). Relation between the physical demands and success in professional soccer players. *Journal of Human Sport and Exercise*, 14(1), 1-11. doi:10.14198/jhse.2019.141.01.
- [Smpokos, Emmanouil](#), [Mourikis, Christos](#), & [Linardakis, Manolis](#) (2018). Seasonal physical performance of a professional team's football players in a national league and European matches. *Journal of Human Sport and Exercise*, 13(4), 720-730. doi:10.14198/jhse.2018.134.01
- [Evangelos, Bekris](#), [Gioldasis, Aristotelis](#), [Ioannis, Gissis](#), & [Georgia, Axeti](#) (2018). Relationship between time and goal scoring of European soccer teams with different league ranking. *Journal of Human Sport and Exercise*, 13(3), 518-529. doi:10.14198/jhse.2018.133.04.
- [Abbott, Will](#), [Brickley, Gary](#), & [Smeeton, Nicholas J.](#) (2018). Physical demands of playing position within English Premier League academy soccer. *Journal of Human Sport and Exercise*, 13(2), 285-295. doi:10.14198/jhse.2018.132.04.
- [Pratas, José Maria](#), [Volossovitch, Anna](#), & [Carita, Ana Isabel](#) (2018). Goal scoring in elite male football: A systematic review. *Journal of Human Sport and Exercise*, 13(1), 218-230. doi:10.14198/jhse.2018.131.19.

Стаття поступила до редакції: 06.05.2020 р.

Опублікована: 01.06.2020 р.

Аннотация. *Стрикаленко Е., Шалар О., Гузарь В., Бойченко А. Эффективность экспериментальной программы скоростно-силовой подготовки футболистов 13-14 лет с использованием блоков специально подобранных упражнений Цель: определить эффективность экспериментальной программы скоростно-силовой подготовки футболистов СДЮШОР «Кристалл». Материал и методы: в исследовании приняли участие двенадцать юных спортсменов в возрасте 13-14 лет. Продолжительность занятий футболом у данных спортсменов находилась в пределах от 4 до 6 лет. Продолжительность исследования: октябрь 2018 - апрель 2019 года. Для определения уровня развития скоростно-силовой подготовленности юных футболистов были применены следующие тесты: бег 30 м., челночный бег 3 x 10 м, прыжок в длину с места, прыжок вверх с места, вбрасывание мяча на дальность, удар по мячу на дальность. Сущность методики скоростно-силовой подготовки юных футболистов заключалась в том, что в содержании трех тренировок в неделю были предусмотрены три блока скоростно-силовых упражнений. Использовался метод круговой тренировки, где тренер разбивал футболистов на три группы. Весь блок выполнялся в 6 кругов. Отдых между кругами 2 мин. Блок рассчитан на развитие мышц ног и верхнего плечевого пояса, взрывной силы и скоростной выносливости. Результаты: определив уровень развития скоростно-силовых качеств в начале исследования и по его завершению установлено, что изменения произошли по всем проведенным тестам. По показателям общей скоростно-силовой подготовленности юных футболистов установлено, что в тесте бег на 30 м среднее значение группы изменилось с 4,8 с до 4,6 с (прирост 4,2%); в тесте челночный бег на 3x30 метров результат 8,31 с улучшился до 7,86 с (прирост 5,6%); в тесте прыжок в длину с места – изменения с 192,9 см до 198,5 см (прирост 2,8%); в тесте прыжок вверх с места результат составлял 39 см, а стал 40,7 см (прирост 4,2%). По показателям специальной скоростно-силовой подготовленности тоже произошли положительные сдвиги: в тесте вбрасывание мяча на*

дальность результаты улучшились с 17,5 м до 18,3 м (прирост 4,4%); в тесте удар по мячу на дальность - с 49,9 м до 51,6 м (прирост 3,3%). **Выводы:** экспериментально установлено, что использованная в тренировочном процессе блочная методика скоростно-силовой подготовки футболистов 13-14 лет является эффективной. Ее применение позволило достичь существенных сдвигов практически в каждом из тестовых испытаний. Однако, существует перспектива дальнейших исследований, которая связана с продолжением использования разработанной методики для определения ее эффективности за более длительный период тренировки с незначительной корректировкой ее содержания за счет введения упражнений интегральной направленности.

Ключевые слова: юные футболисты; подготовка; методика; тестирование; скорость; скоростно-силовые качества.

Abstract. Strykalenko E., Shalar O., Huzar V., Boychenko A. *The effectiveness of the experimental program of speed and strength training of football players aged 13-14 with the use of blocks of specially selected exercises.* **Purpose:** to determine the effectiveness of speed-strength training of football players in the School "Crystal". **Material and methods:** twelve young athletes aged 13-14 years took part in the study. The duration of football lessons for these athletes ranged from 4 to 6 years. Duration of the study: October 2018 - April 2019. The following tests were applied to determine the level of development of speed-strength preparedness of young football players: 30 m run, 3 x 10 m shuttle run, long jump from standstill, jump up from the spot, throwing the ball into range, hitting the ball at range. The essence of the technique of speed-strength training of young football players was that three blocks of speed-strength exercises were provided for the content of three trainings per week. The method of circular training was used, where the coach divided the players into three groups. The whole block was carried out in 6 circles. Rest between circles 2 min. The unit is designed for the development of leg muscles and upper shoulder girdle, explosive strength and speed endurance. **Results:** after determining the level of development of speed-power qualities at the beginning of the study and upon its completion it was established that the changes occurred in all tests performed. According to the indicators of the general speed and strength preparedness of young football players, it was found that according to the test the 30-meter run the average value of the group changed from 4.8 s to 4.6 s (an increase of 4.2%); according to the test, the shuttle run for 3x30 meters was 8.31 s, it became 7.86 s (an increase of 5.6%); according to the test, a long jump from a standstill from 192.9 cm to 198.5 cm (an increase of 2.8%); according to the test, the jump up from a stand was 39 cm, it became 40.7 cm (an increase of 4.2%). In terms of special speed-power readiness indicators, positive shifts also occurred: according to the throw-in test, the results improved from 17.5 m to 18.3 m (an increase of 4.4%); and in the test, hitting the ball at a range from 49.9 m to 51.6 m (an increase of 3.3%). **Conclusions:** it has been experimentally established that the block technique of speed-strength training of 13-14 year old football players is used in the training process is effective. Its application allowed us to achieve significant shifts in almost every test test. However, there is the prospect of further research, which is associated with the continued use of the developed methodology to determine its effectiveness over a longer training period with a slight adjustment of its content due to the introduction of integral exercises.

Key words: young football players; training; methodology; testing; speed; speed-power qualities.

References

- Aliev E.G., Andreev S.N. & Guba V.P. (2012). *Myny-futbol (futzal)* [Mini-soccer (futsal)]. Moskva. Sovetskyi sport. [in Russia].
- Andreev S.N., Levin V.S. (2004). *Myny-futbol* [Futsal]. Lypetsk : Ares. [in Russia].
- Guba V.P. (2016). *Teoriya y metodyka myny-futbola (futzala)* [Theory and methods of mini-soccer (futsal)]. Moskva : Sport. [in Russia].
- Guzar', V.N., Shalar, O.G., & Norik, A.O. (2014). Vzaimootnosheniya kak aspekt psihologicheskogo klimata zhenskoj futbol'noj komandy [Relationship as an aspect of psychological climate of women's soccer team.] *Fizicheskoe vospitanie studentov* [Physical

- education of student], no 2, 8-12. doi: 10.6084/m9/figshare. 906307. [in Ukrainian].
- Gusev, V.G., Strykalenko, E. A., & Shalar, O.G. (2014). Analiz fizychnoi pidhotovlenosti futbolistiv vysokoho klasu [Analysis of physical fitness of high-class players]. *Naukovyi chasopys NPU im. M.P. Drahomanova* [Scientific journal of M.P. Drahomanov National Pedagogical University], no 6 (49), 35-42. [in Ukrainian].
- Zhosan, Ihor , Strykalenko, Yevgeniy, & Shalar, Oleh. (2014). Tekhnichne obladnannia v trenuvanni yunyk futbolistiv [Technical equipment in training of young football players]. *Fizychna kultura, sport ta zdorovia natsii: zbirnyk naukovykh prats. Vinnytskyi derzhavnyi pedahohichnyi universytet imeni Mykhaila Kotsiubynskoho* [Physical education, sports and health of the nation: a collection of scientific works. Vinnytsya State Pedagogical University named after Mykhailo Kotsyubynsky], 17, 448-454. [in Ukrainian].
- Zhosan, I.A., Homenko, V.V., & Shalar, O.H. (2016). Porivniannia tekhniko-taktychnykh dii krainikh zakhysnykiv na chempionati svitu z futbolu 2014 roku [Comparison of technical and tactical actions of extreme defenders at the 2014 FIFA World Cup]. *Naukovyi chasopys Natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni M.P. Drahomanova* [Scientific journal of M.P. Drahomanov National Pedagogical University], no (72), 60-63. [in Ukrainian].
- Zelentsiv A.M., Lobanovsky V.V., Kouerver V. & Tkachuk V.P. (1996). *Uroky futbola [Football Lessons]*. Kyiv : Olimpiiska literatura. [in Ukrainian].
- Edeliev A.S., Efimako V.O. & Shalar O.H. (2008). Dydaktyko-vykhovnyi aspekt trenuvannia yunyk futbolistok [Didactic and educational aspect of training of young football players]. *Pedahohika, psykholohiia ta medyko-biologichni problemy fizychnoho vykhovannia i sportu*, [Pedagogy, psychology and medical-biological problems of physical education and sport], no 11, 16-20. [in Ukrainian].
- Kozlovsky V.I. (1999)/ *Podhotovka futbolystov [Training of football players]*. Moskva : Fyzycheskaia kultura y sport. [in Russia].
- Lisenchuk G., Dogadalo V. & Kolotov V. (1997). Otor y prohnozyrovanye dostyzhenyi kak ynstrument upravleniia sorevnovatelnoi deiatelnosti v futbole [The selection and prediction of achievements as a management tool of competitive activity in football]. *Nauka v olymпыiskom sporte* [Science in Olympic Sports], no 1, 57-63. [in Ukrainian].
- Solomonko V.V., Lisenchuk G.A. & Solomonko O.V. (1997). *Futbol [Football]*. Kyiv : Olimpiiska literatura. [in Ukrainian].
- Strikalenko Y., Shalar O., Huzar V. (2020). Efficiency of building the training process of futsalists of FK Prodeksim in the preparatory period [Efficiency of building the training process of futsalists of FC Prodeksim in the preparatory period]. *Sportyvni ihry* [Sport games], no 1 (15), 44-47. doi: 10.15391/si.2020-2.05. [in Ukrainian].
- Shalar, O.H., Strykalenko, E. A., & Yemelyanova, Yu.I. (2009). Formuvannia osobystosti yunyk futbolistok [Formation of personality of young football players]. *Pedahohika, psykholohiia ta metodyko-biologichni problemy fizychnoho vykhovannia i sportu* [Pedagogy, psychology and medical-biological problems of physical education and sport], no 10, 277-280. [in Ukrainian].
- Shalar, O.H., Huzar V. M., & Homenko, V.V. (2019). Vplyv sportyvnoho trenuvannia na fizychnu ta tekhnichnu pidhotovlenist futbolistiv [Effect of sports training on the physical and technical fitness of football players]. *Aktualni problemy hromadskoho zdorovia ta rukhova aktyvnist riznykh verstv naseleennia* [Actual problems of public health and motor activity of different segments of the population], 200-205.
- Bolotin A. & Bakayev V. (2017). Pedagogical conditions required to improve the speed-strength training of young football players. *Journal of Physical Education and Sport*, (JPES) 17(2), 95, 638-642. doi:10.7752/jpes.2017.02095.
- Hakman, A., Vaskan, I., Kljus, O., Liasota, T., Palichuk, Y., & Yachniuk, M. (2018). Analysis of the acquisition of expertise and mastery of physical skills for performing techniques by young footballers. *Journal of Physical Education and Sport*, 18, 1237-1242. doi.org/10.7752/jpes.2018.s2184.

- [Gamble, Declan](#), [Spencer, Matt](#), [McCarren, Andrew](#), & [Moyna, Niall](#) (2019). Activity profile, PlayerLoad™ and heart rate response of Gaelic football players: A pilot study. *Journal of Human Sport and Exercise*, 14(4), 711-724. doi:10.14198/jhse.2019.144.01.
- [Kassiano, Witalo](#), [Andrade, Ana Denise](#), [Jesus, Karla de](#), [Lima, Antônio Barroso](#), [Simim, Mário Antônio](#), [Medeiros, Alexandre Igor Araripe](#), [Assumpção, & Cláudio de Oliveira](#) (2019). Neuromuscular parameters and anaerobic power of U-20 futsal players. *Journal of Human Sport and Exercise*, 14(1), 207-214. doi:10.14198/jhse.2019.141.17.
- [Gomez-Piqueras, Pedro](#), [Gonzalez-Villora, Sixto](#), [Castellano, Julen](#), & [Teoldo, Israel](#). (2019). Relation between the physical demands and success in professional soccer players. *Journal of Human Sport and Exercise*, 14(1), 1-11. doi:10.14198/jhse.2019.141.01.
- [Smpokos, Emmanouil](#), [Mourikis, Christos](#), & [Linardakis, Manolis](#) (2018). Seasonal physical performance of a professional team's football players in a national league and European matches. *Journal of Human Sport and Exercise*, 13(4), 720-730. doi:10.14198/jhse.2018.134.01.
- [Evangelos, Bekris](#), [Gioldasis, Aristotelis](#), [Ioannis, Gissis](#), & [Georgia, Axeti](#) (2018). Relationship between time and goal scoring of European soccer teams with different league ranking. *Journal of Human Sport and Exercise*, 13(3), 518-529. doi:10.14198/jhse.2018.133.04.
- [Abbott, Will](#), [Brickley, Gary](#), & [Smeeton, Nicholas J.](#) (2018). Physical demands of playing position within English Premier League academy soccer. *Journal of Human Sport and Exercise*, 13(2), 285-295. doi:10.14198/jhse.2018.132.04.
- [Pratas, José Maria](#), [Volossovitch, Anna](#), & [Carita, Ana Isabel](#). (2018) Goal scoring in elite male football: A systematic review. *Journal of Human Sport and Exercise*, 13(1), 218-230. doi:10.14198/jhse.2018.131.19.

Відомості про авторів / Information about the Authors

Стрикаленко Євгеній Андрійович: завідувач кафедри олімпійського та професійного спорту кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент; Херсонський державний університет; вулиця Університетська, 27, Херсон, Херсонська область, 73000

Стрикаленко Евгений Андреевич: заведующий кафедрой олимпийского и профессионального спорта, кандидат наук по физическому воспитанию и спорту, доцент; Херсонский государственный университет; улица Университетская, 27, Херсон, Херсонская область, 73000

Yevhenii Strykalenko: Kherson State University Head of Olympic and Professional Sports Department Candidate of Physical Education and Sport, Associate Professor, 73000 Kherson, 27, 40 Rokiv Zhovtnya St.

orcid.org/0000-0001-7686-8736

E-mail: strikalenko76@gmail.com

Шалар Олег Григорович: доцент кафедри олімпійського та професійного спорту, кандидат педагогічних наук, доцент Херсонський державний університет; вулиця Університетська, 27, Херсон, Херсонська область, 73000

Шалару Олег Григорьевич: доцент кафедры олимпийского и профессионального спорта, кандидат педагогических наук, доцент ХГУ; улица Университетская, 27, Херсон, Херсонская область, 73000

Oleh Shalar: Kherson State University, Associate Professor of Olympic and Professional Sports Department, Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor. 73000 Kherson, 27, 40 Rokiv Zhovtnya St.

orcid.org/0000-0003-1866-9143

E-mail: shalar@ksu.ks.ua

Гузар Віктор Миколайович: кандидат педагогічних наук, доцент; Херсонська державна морська академія, проспект Ушакова, 20, Херсон, Херсонська область, 73009

Гузар Виктор Николаевич: *кандидат педагогических наук, доцент; Херсонская государственная морская академия, проспект Ушакова, 20, Херсон, Херсонская область, 73009*

Viktor Huzar: Kherson State Maritime Academy, Associate Professor of Physical Education Department, Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor, 73000 Kherson, 20, Ushakov Avenue

orcid.org/0000-0002-4427-2425

E-mail: guzary59@gmail.com

Бойченко Антон Вікторович: *магістрант, Херсонський державний університет; вулиця Університетська, 27, Херсон, Херсонська область, 73000*

Бойченко Антон Викторович: магистрант, Херсонский государственный университет; улица Университетская, 27, Херсон, Херсонская область, 73000

Anton Boychenko: undergraduate, Kherson State University, Department of Olympic and Professional Sports: 73000 Kherson, 27, 40 Rokiv Zhovtnya St.

orcid.org/0000-0001-9878-5827

E-mail: strikalenko76@gmail.com

Особливості гендерних схожостей і відмінностей у спортсменів, що спеціалізуються в спортивних іграх

Тарасевич О. А.

Харківська державна академія фізичної культури

Анотація. Мета: визначити гендерні особливості спортсменів і спортсменок, які спеціалізуються в спортивних іграх. **Матеріал і методи:** в дослідженні приймали участь 194 студента і студентки, які займаються спортивними іграми і мають різну спортивну кваліфікацію, віком 17-26 років. Використані такі методи дослідження як: аналіз та узагальнення літературних джерел і інтернет-ресурсів з досліджуваної проблеми; психологічні методи: методика С. Бем «Маскулінність /фемінінність» і 16-факторний опитувальник Кеттелла; методи математичної статистики. **Результати.** Була розглянута група ігрових видів спорту з точки зору їх впливу на формування гендерного типу і виявлені гендерні схожості і гендерні відмінності у спортсменів і спортсменок, які спеціалізуються в різних спортивних іграх. Досліджуваними були 113 спортсменів і 81 спортсменка. Серед юнаків співвідношення маскулінних і андрогінних особистостей складає відповідно 60% : 40%. У дівчат – 59% : 41%. Найбільшу кількість спортсменів маскулінного типу особистості зафіксовано в волейболі (85%), а спортсменок – в гандболі (82%) і баскетболі (71%). Доведено, що настільний теніс не сприяє маскулінізації ні спортсменів, ні спортсменок. В цьому виді спорту переважають особистості андрогінного типу – юнаків (70%), дівчат (60%). З'ясовано схожість і відмінності маскулінних і андрогінних спортсменів і спортсменок стосовно їх особистісних якостей. **Висновки.** В спортивних іграх більше спортсменів (60%) і спортсменок (59%) маскулінного типу, ніж андрогінного. Фемінінних юнаків і дівчат в результаті дослідження виявлено не було. Ігрові види спорту сприяють маскулінізації і юнаків, і дівчат. Тренувальна діяльність і висока спортивна кваліфікація спортсменів (56%) і спортсменок (66%) сприяють формуванню у них маскулінного типу особистості. При аналізі особистісних якостей маскулінних і андрогінних юнаків та маскулінних і андрогінних дівчат виявлено між ними більше схожості, ніж відмінностей. У спортсменів взагалі не виявлено ні яких відмінностей. А у спортсменок відмінності спостерігаються лише за двома чинниками «сприйнятливість до почуттів – висока нормативність поведінки» і «консерватизм – радикалізм».

Ключові слова: спортивні ігри; гендер; маскулінність; фемінінність; андрогінність; біологічна стать; гендерні схожості; гендерні відмінності.

Вступ. Для того, щоб підкреслити соціокультурну причину міжстатевих відмінностей було введено таке поняття як «гендер». Гендер – це соціокультурна стать, що визначає поведінку людини в суспільстві, і те, як ця поведінка сприймається (Артамонова, & Шевченко, 2009). Це соціально організовані, такі що соціально формуються, відтворюються і змінюються особливості чоловіків і жінок (Клецина, 2009).

На думку І. С. Клециної такі поняття як «стать» і «гендер» не можна ототожнювати. Тому що «гендер» означає

психологічні характеристики людини як представника певної статі, які обумовлені специфікою його виховання (Цикунова, 2003). А біологічна стать – це сукупність анатомічних, фізіологічних, біохімічних і генетичних характеристик, що відрізняють чоловічий організм від жіночого (Ль'їн, 2010).

В останні роки в Україні і інших пострадянських країнах багато уваги приділяють вивченню гендерних аспектів в різних сферах людської діяльності. В гендерних дослідженнях стать вивчають не з біологічної точки зору, а як соціокультурне явище. В наукових роботах по гендерній проблематиці доведено, що

не біологічна стаття, а соціокультурні норми визначають психологічні якості, моделі поведінки, професії, види діяльності, в тому числі і спортивної, чоловіків і жінок (Ворожбітова, 2007).

Спортивна діяльність є однією із сфер людського життя, яка накладає значний відбиток на формування особистості. Як саме спорт впливає на формування особистісних якостей людини вивчали: Н. С. Цикунова (Цикунова, 2003; 2009); А. С. Дамадаєва (Дамадаєва, 2010; 2011); Ш. К. Шахов (Шахов, 2011); Т. Ю. Макаєва, Г. Н. Германов (Макаєва, & Германов, 2014); А. В. Речкалов (Речкалов, 2017); А. В. Баранова (Баранова, 2017); І. В. Дементьєва (Дементьєва, 2017); Ю. М. Босенко, І. В. Харитоновна, А. С. Распопова, Ж. О. Стоянова (Босенко, Харитоновна, Распопова, & Стоянова, 2018) і деякі інші. Але в теперішній час проблема впливу багаторічних занять спортом на формування гендерного типу особистості є гостро дискусійною і потребує подальшого вивчення. Таким чином вивчення гендерних особливостей особистості спортсменів і спортсменок є актуальною.

Мета дослідження: визначити гендерні особливості спортсменів і спортсменок, які спеціалізуються в спортивних іграх.

Завдання: 1. Здійснити аналіз літературних джерел і висвітлити різницю між поняттями «стать» і «гендер».

2. Виявити як заняття спортивними іграми сприяють формуванню у спортсменів і спортсменок маскулічних, андрогінних і фемінічних властивостей особистості з урахуванням спортивної кваліфікації.

3. З'ясувати схожість і відмінності представників різних гендерних типів, що спеціалізуються в спортивних іграх, стосовно якостей особистості.

Методи та матеріал дослідження: в дослідженні були використані такі методи як: аналіз та узагальнення літературних джерел і інтернет-ресурсів з досліджуваної проблеми; психологічні методи: методика С. Бем «Маскулічність /фемінічність», що діагностує психологічну статтю і виявляє ступінь

андрогінності, маскулічності і фемінічності особистості (Бем, 1979) і 16-факторний опитувальник Кеттелла, який діагностує риси особистості; методи математичної статистики.

В дослідженні прийняли участь 194 спортсмена і спортсменки віком 17-26 років різної спортивної кваліфікації (від спортсменів масових розрядів до спортсменів, які мають звання МС), що навчаються в Харківській державній академії фізичної культури, Національному університеті фізичного виховання і спорту України і Сумському державному педагогічному університеті імені А. С. Макаренка і спеціалізуються у спортивних іграх, таких як: волейбол, баскетбол, гандбол, футбол, хокей, бадмінтон, теніс, водне поло, настільний теніс, бейсбол, боулінг, петанк, шахи, регбі. Досліджуваними стали 81 дівчина і 113 юнаків, що відповідно складає 42% і 58%.

Результати дослідження та їх обговорення. Спорт – це засіб самопізнання, самовираження, самоствердження. Взагалі спорт виховує низку дуже важливих якостей особистості: витримку, самостійність, дисциплінованість, ініціативність, вміння досягати поставлених цілей, не зупинятися на досягнутому, постійно йти вперед, не боятися труднощів і вміти їх долати і т.п. Спорт формує внутрішній стрижень, який у свою чергу сприяє розвитку духу і життєвої стійкості. Спорт сприяє тому, що придбані якості характеру переносяться на інші сфери життя і діяльності особистості. Різні види спорту по різному впливають на формування особистості людини. Одні сприяють розвитку естетичних якостей, емоційності, артистизму, чуттєвості; другі – проявам логічного мислення, здатності швидко приймати рішення в екстремальних умовах, тренують пам'ять; треті – виховують сміливість, рішучість; четверті – вимагають прояву всіх цих якостей разом. Тобто, різні види спортивної діяльності впливають на формування гендерного типу спортсменів (Тарасевич, Камаєв, 2019).

На початковому етапі дослідження, використовуючи методику С. Бем «Маскуліність /фемінінність» ми виявили соціокультурну стать представників спортивних ігор, що прийняли участь в

дослідженні (n=194 осіб). Серед юнаків і дівчат спостерігаємо особистостей тільки маскулінного і андрогінного типів. Спортсменів і спортсменок, таких що мають фемінінний тип виявлено не було.

Таблиця 1

Відсоткове співвідношення гендерних типів особистості серед спортсменів і спортсменок в спортивних іграх

Гендерний тип особистості	Біологічна стать	
	юнаки, n= 113	дівчата, n = 81
Маскуліний	60%, n = 68	59%, n = 48
Андрогінний	40%, n = 45	41%, n = 33
Фемінінний	0	0

У спортивних іграх виявлена перевага і маскуліних спортсменів, і маскуліних спортсменок над андрогінними.

При порівнянні юнаків і дівчат відносно їх гендерного типу ми бачимо, що спортсменів маскулінного типу не на багато більше, чим спортсменок цього ж типу (60% – юнаків і 59% – дівчат), а серед респондентів з андрогінним типом спостерігається незначна перевага з боку спортсменок (41% – дівчат і 40% – юнаків). Таким чином, можна зробити висновок, що в результаті дослідження в спортивних іграх виявлена майже однакова кількість спортсменів і спортсменок маскуліної і андрогінної статі.

Різниця між маскуліними і андрогінними юнаками, що займаються різними спортивними іграми, складає 20% на користь маскуліних спортсменів, а у дівчат – ця різниця є 18% – на користь спортсменок маскулінного типу. Між спортсменами і спортсменками маскулінного типу різниця складає 1% на користь юнаків, і між спортсменами і спортсменками андрогінного типу – теж 1%, тільки на користь дівчат.

Спортивні ігри, представники яких приймали участь у дослідженні, а це волейбол, гандбол, баскетбол, футбол, регбі, хокей, водне поло це – командні ігри, настільний теніс, теніс, бадмінтон, петанк відноситься до особисто-командних ігор. Особливість цих видів визначається специфікою змагальної

діяльності. Змагання у спортивних іграх – це протиборство двох команд, яке проходить по встановленим правилам з використанням технічних і тактичних прийомів, які притаманні конкретній грі. Спортивна команда – це єдине ціле. В командних іграх виграє або програє команда в цілому, а не окремі спортсмени. Тому у командних видах спорту до спортсменів висувається ряд вимог. Однією з головних є прагнення до повного підпорядкування власних дій інтересам команди. Специфіка командних ігор позначається на поглядах, установках, особистісних якостях спортсменів. Також важливими є особливості міжособистісних стосунків між членами команди. Все це та інше формує гендерний тип особистості спортсменів у спортивних іграх.

Також нами було виявлене відсоткове співвідношення досліджуваних різних гендерних типів в окремих спортивних іграх з урахуванням статевої ознаки.

Ми розглядали тільки ті види спорту, в яких серед досліджуваних були представники і чоловічої і жіночої статі у кількості не менше 8 осіб. Це – футбол, баскетбол, гандбол, волейбол, настільний теніс.

У таких спортивних іграх як волейбол, гандбол, баскетбол і футбол у юнаків спостерігаємо перевагу маскуліних спортсменів, і тільки в настільному тенісі більше особистостей андрогінного типу.

Відсоткове співвідношення спортсменів і спортсменок різних гендерних груп в окремих спортивних іграх

Вид спорту або спорт. дисципліна	Юнаки, n = 83		Дівчата, n = 66	
	Маскулінні, n = 52	Андрогінні, n = 31	Маскулінні, n = 37	Андрогінні, n = 29
Волейбол	85%, n = 11	15%, n = 2	50%, n = 8	50%, n = 8
Гандбол	67%, n = 6	33%, n = 3	82 %, n = 9	18%, n = 2
Баскетбол	63%, n = 12	37%, n = 7	71%, n = 10	29%, n = 4
Настільний теніс	30%, n = 3	70%, n = 7	40%, n = 4	60%, n = 6
Футбол	63%, n = 20	37%, n = 12	40%, n = 6	60%, n = 9

У спортсменок, що займаються волейболом виявлено співвідношення маскулінних і андрогінних дівчат 50%:50%. У настільному тенісі і футболі більшість спортсменок мають андрогінну стать. І тільки у гандболі і баскетболі переважають маскулінні спортсменки.

Таким чином формуванню маскулінного типу особистості сприяють такі спортивні ігри як гандбол і баскетбол і у юнаків, і у дівчат. А у юнаків – ще футбол і волейбол.

Нами було виявлено відсоткове співвідношення гендерних типів особистості серед спортсменів і спортсменок, які спеціалізуються в спортивних іграх відносно їх спортивної кваліфікації.

Всі досліджувані відносно їх біологічної статі були поділені на дві групи. Перша група – це кваліфіковані спортсмени і спортсменки. До них відносяться ті, хто мають звання МС і КМС. Друга група – це спортсмени-розрядники (1 і 2 спортивні розряди) або ті, хто взагалі не мають спортивного розряду.

Серед досліджуваних юнаків і дівчат виявлено менше кваліфікованих спортсменів (32%) і спортсменок (38%) ніж тих, хто мають спортивні розряди. Але серед кваліфікованих спортсменів і спортсменок переважають особистості маскулінного типу (відповідно 56% і 66%). Тобто висока кваліфікація в ігрових видах спорту сприяє маскулінізації спортсменів і спортсменок.

Використовуючи методику С. Бем «Маскулінність /фемінінність», що

діагностує психологічну стать і виявляє ступінь андрогінності, маскулінності і фемінінності особистості і 16-факторний опитувальник Кеттелла, який діагностує риси особистості, з'ясували схожість і відмінності маскулінних і андрогінних юнаків і дівчат, що спеціалізуються в спортивних іграх стосовно їх особистісних якостей (табл. 3 і табл. 4).

Встановлено, що між маскулінними юнаками і андрогінними юнаками за середніми показниками особистісних якостей відмінностей не спостерігається. Навпаки за всіма чинниками ми бачимо схожість. Найбільша схожість виявлена за чинниками «підпорядкованість – домінантність» комунікативного блоку, «жорсткість – чутливість» і «розслабленість – напруженість» емоційно-вольового блоку, «практичність – розвинена уява» інтелектуального блоку. Також значна схожість була зафіксована за чинниками «загальний рівень інтелекту» і «адекватність самооцінки».

Показники чинника «підпорядкованість – домінантність» (6,87 у маскулінних юнаків і 6,89 – у андрогінних; $t=1,984$; $p<0,05$) вказують на те, що спортсмени характеризуються як незалежні, самостійні, наполегливі, норавливі, агресивні, впertі; вони прагнуть домінувати в колективі і багато роблять для самоствердження.

Показники чинника «жорсткість – чутливість» (5,78 у спортсменів маскулінного типу і 5,84 – андрогінного; $t=1,982$; $p>0,05$) характеризують спортсменів як сильних, незалежних, реалістичних і раціональних; таких, що

покладаються тільки на себе, які не терплять безглуздості.

Показники чинника «практичність – розвинена уява» (5,75 у маскулінних спортсменів і 5,73 у спортсменів андрогінного типу; $t=1,997$; $p<0,05$) свідчать про те, що досліджуваним притаманна висока швидкість вирішення

практичних завдань, орієнтованість на зовнішню реальність, практичність, реалістичність, але вони не позбавлені вміння оперувати абстрактними поняттями, вони можуть бути мрійниками і романтиками, а інколи навіть поглиненими своїми ідеями.

Таблиця 3

Середні показники особистісних якостей спортсменів, які спеціалізуються в спортивних іграх з урахуванням гендерного типу особистості, $\bar{x} \pm m$, умовні одиниці

Особистісні якості	Маскулінні юнаки $n^1 = 68$	Андрогінні юнаки $n^2 = 45$	t	p
	$\bar{x}^1 \pm m^1$	$\bar{x}^2 \pm m^2$		
Замкнутість - товарицькість (A)	7,88 ± 1,94	7,44 ± 2,06	1,987	< 0,05
Загальний рівень інтелекту (B)	4,12 ± 1,58	4,22 ± 1,48	1,984	< 0,05
Емоційна нестійкість – емоційна стійкість (C)	7,72 ± 2,13	7,06 ± 1,47	1,982	> 0,05
Підпорядкованість – домінантність (E)	6,87 ± 2,28	6,89 ± 2,13	1,984	< 0,05
Стриманість – експресивність (F)	5,88 ± 2,00	5,31 ± 1,83	1,984	< 0,05
Сприйнятливості до почуттів – висока нормативність поведінки (G)	8,75 ± 2,02	8,40 ± 2,36	1,989	< 0,05
Боязкість – сміливість (H)	8,18 ± 1,74	7,78 ± 2,33	1,992	< 0,05
Жорсткість – чутливість (I)	5,78 ± 2,50	5,84 ± 1,91	1,982	> 0,05
Довірливість – підозрілість (L)	5,76 ± 1,82	5,62 ± 1,93	1,987	< 0,05
Практичність – розвинена уява (M)	5,75 ± 1,82	5,73 ± 1,85	1,986	< 0,05
Прямолінійність – дипломатичність (N)	5,76 ± 1,75	6,16 ± 1,66	1,985	< 0,05
Впевненість у собі – тривожність (O)	5,97 ± 2,07	5,40 ± 2,47	1,989	< 0,05
Консерватизм – радикалізм (Q1)	6,84 ± 1,78	6,33 ± 2,52	1,993	< 0,05
Конформізм – нонконформізм (Q2)	4,94 ± 1,92	5,56 ± 1,96	1,986	< 0,05
Низький самоконтроль – високий самоконтроль (Q3)	7,49 ± 1,71	6,11 ± 1,63	1,985	< 0,05
Розслабленість – напруженість (Q4)	4,87 ± 2,02	4,78 ± 2,47	1,990	< 0,05
Адекватність самооцінки (MD)	7,34 ± 2,67	7,24 ± 2,20	1,983	> 0,05

**Жирним шрифтом виділені високі показники, курсивом – низькі показники.*

Показники чинника «розслабленість – напруженість» (4,87 у особистостей маскулінного типу і 4,78 – андрогінного; $t=1,990$; $p=0,05$) вказують, що досліджувані характеризуються оптимальним емоційним тонусом і стресостійкістю.

За показниками чинника «Загальний рівень інтелекту» (4,12 у маскулінних юнаків і 4,22 – у

андрогінних; $t=1,984$; $p<0,05$) виявлено, що спортсмени, які спеціалізуються в спортивних іграх загалом показують середній рівень інтелекту, вони мислять конкретно, у них знижена оперативність мислення і вони мають деякі труднощі в рішенні абстрактних завдань. Цим можна пояснити те, що більшість (72%) досліджуваних спортсменів-ігровиків мають масові спортивні розряди (перший і

другий) або взагалі не мають розрядів з тим, що тренуються вже багато років (6 і більше). Їм для досягнення кращих результатів не вистачає оперативності

мислення, розвиненого абстрактного мислення, кмітливості. В ігрових видах спорту ці якості мають значення для досягнення спортсменами успіху.

Таблиця 4

Середні показники особистісних якостей спортсменок, які спеціалізуються в спортивних іграх з урахуванням гендерного типу особистості, $x \pm m$, умовні одиниці

Особистісні якості	Маскулінні дівчата n1 = 48	Андрогінні дівчата n2 = 33	t	p
	$x^1 \pm m^1$	$x^2 \pm m^2$		
Замкнутість - товариськість (A)	8,27 ± 2,20	8,09 ± 1,85	2,000	< 0,05
Загальний рівень інтелекту (B)	4,54 ± 1,32	4,06 ± 1,36	1,996	< 0,05
Емоційна нестійкість – емоційна стійкість (C)	7,48 ± 2,28	7,12 ± 1,96	1,992	< 0,05
Підпорядкованість – домінантність (E)	6,48 ± 2,13	5,91 ± 2,44	1,998	< 0,05
Стриманість – експресивність (F)	6,02 ± 2,10	5,88 ± 2,57	2,000	< 0,05
Сприйнятливості до почуттів – висока нормативність поведінки (G)	9,00 ± 2,14	7,55 ± 2,27	1,997	< 0,05
Боязкість – сміливість (H)	8,42 ± 1,91	7,55 ± 2,39	2,001	< 0,05
Жорсткість – чутливість (I)	6,31 ± 2,11	6,88 ± 1,96	1,993	< 0,05
Довірливість – підозрілість (L)	5,50 ± 1,87	5,45 ± 1,60	1,992	< 0,05
Практичність – розвинена уява (M)	5,81 ± 1,90	6,30 ± 2,07	1,997	< 0,05
Прямолінійність – дипломатичність (N)	5,08 ± 2,29	4,93 ± 1,92	1,992	< 0,05
Впевненість у собі – тривожність (O)	6,67 ± 2,34	6,88 ± 2,67	1,998	< 0,05
Консерватизм – радикалізм (Q1)	7,38 ± 2,06	6,67 ± 1,73	1,992	< 0,05
Конформізм – нонконформізм (Q2)	4,65 ± 1,76	4,94 ± 1,71	1,994	< 0,05
Низький самоконтроль – високий самоконтроль (Q3)	7,29 ± 1,57	6,70 ± 1,45	1,993	< 0,05
Розслабленість – напруженість (Q4)	6,06 ± 2,09	6,12 ± 2,06	1,994	< 0,05
Адекватність самооцінки (MD)	7,02 ± 1,98	7,12 ± 2,52	2,002	< 0,05

**Жирним шрифтом виділені високі показники, курсивом – низькі показники.*

Що стосується адекватності самооцінки, то за даними дослідження з'ясовано, що і у маскулінних (7,34) і у андрогенних (7,24) юнаків вона є адекватною.

Пояснити схожість між маскулінними і андрогінними спортсменами за всіма чинниками, що характеризують особистість можна тим, що середнє значення індексу «маскулінність /фемінінність» у андрогінних спортсменів наближається до маскулінних показників (-0,6606). У спортсменів з маскулінним типом особистості значення індексу дорівнює (-1,3279). Тобто в показниках

індексу теж не виявлено суттєвої різниці між спортсменами цих гендерних типів.

В результаті дослідження встановлено, що між спортсменками з маскулінним типом особистості і спортсменками з андрогенним типом відмінності спостерігаються за чинниками «сприйнятливості до почуттів – висока нормативність поведінки», що належать до емоційно-вольового блоку і «консерватизм – радикалізм» інтелектуального блоку. За іншими чинниками виявлена схожість. Найбільшу схожість встановлено за чинниками, що належать до комунікативного блоку «стриманість –

експресивність», «довірливість – підозрілість» і «прямолінійність – дипломатичність», а також за чинником «адекватність самооцінки».

За чинником «сприйнятливність до почуттів – висока нормативність поведінки» у маскулінних дівчат виявлено високі показники (9,00), а у дівчат з андрогінним типом особливості – середні (7,55) ($t=1,997$; $p<0,05$). Спортсменкам з високими показниками цього чинника притаманні такі риси як відповідальність, стабільність, врівноваженість, сумлінність. Вони вимогливі до себе, наполегливі в досягненні мети, у них розвинене почуття обов'язку, є усвідомлення того, що необхідно дотримуватися громадських моральних норм і правил. Спортсменки андрогінного типу з середніми показниками цього чинника характеризуються свідомістю, наполегливістю, обов'язковістю, статечністю, на них можна покластися.

Показники чинника «консерватизм – радикалізм» свідчать про те, що дівчатам маскулінного типу (7,38) характерні такі якості як критичність, аналітичність, лібералізм. Вони мають свободу мислення і розвинене аналітичне мислення, схильні експериментувати. У них зафіксовано середнє значення цього чинника. У андрогінних дівчат виявлені низькі показники (6,67), але вони наближені до середніх. Вони більш схильні до консерватизму, хоча консерваторами їх назвати важко ($t=1,992$; $p<0,05$).

Відмінності між досліджуваними дівчатами маскулінного і андрогінного типів були виявлені за чинниками, що належать до емоційно-вольової і інтелектуальної сфери, а схожості – тільки між чинниками комунікативної сфери.

Показники чинника «стриманість – експресивність» вказують, що спортсменкам і маскулінного (6,02), і андрогінного (5,88) типів притаманні життєрадісність, імпульсивність, емоційна значущість соціальних контактів, експресивність, динамічність спілкування, яка передбачає емоційне лідерство в колективі. Вони веселі і повні ентузіазму,

експресивні і інколи безпечні ($t=2,000$; $p<0,05$).

Показники чинника «довірливість – підозрілість» (5,50 у дівчат маскулінного типу і 5,45 – андрогенного; $t=1,992$; $p<0,05$) характеризують досліджуваних як відкритих, поступливих, довірливих особистостей. Вони легше можуть адаптуватися до умов, що змінюються.

Показники чинника «прямолінійність – дипломатичність» (5,08 у маскулінних дівчат і 4,93 – у андрогенних; $t=1,992$; $p<0,05$) свідчить, що такі дівчата відверті, прямолінійні, емоційні. Вони можуть бути сентиментальними і нехитрими. Інколи можуть проявляти недисциплінованість і нетактовність.

За показниками чинника «адекватність самооцінки», який у спортсменок з маскулінним типом особливості дорівнює 7,02, а у андрогенних дівчат – 7,12 встановлено, що їх самооцінка є адекватною, тобто вони не схильні ні занижувати, ні завищувати її.

Більш схожостей ніж відмінностей у дівчат маскулінного і андрогенного типів пояснюється тим, що за показниками індексу «маскулінність /фемінінність» між ними не існує суттєвої різниці. Середній індекс у маскулінних дівчат дорівнює (-1,3334), а у андрогінних – (-0,6724).

Висновки.

1. Поняття «стать» і «гендер» мають різний сенс. «Стать» – це біологічна характеристика особистості, а «гендер» – соціокультурна (психологічна).
2. Встановлено, що в спортивних іграх більше спортсменів (60%) і спортсменок (59%) маскулінного типу, ніж андрогінного. Фемінінних юнаків і дівчат в результаті дослідження виявлено не було.
3. Встановлено, що ігрові види спорту сприяють маскулінізації і юнаків, і дівчат. Найбільшу кількість спортсменів маскулінного типу особистості зафіксовано в волейболі (85%), а спортсменок – в гандболі (82%) і баскетболі (71%). Специфіка командних ігор і особливості міжособистісних стосунків між членами команд позначаються на поглядах, установках, особистісних якостях

спортсменів і формують гендерний тип особистості.

4. Доведено, що настільний теніс не сприяє маскулізації ні спортсменів, ні спортсменок. В цьому виді спорту переважають особистості андрогінного типу – юнаків (70%), дівчат (60%).

5. З'ясовано, що тренувальна діяльність і висока спортивна кваліфікація спортсменів (56%) і спортсменок (66%) сприяють формуванню у них маскулітного типу особистості.

6. При аналізі середніх показників особистісних якостей маскулітних і андрогінних юнаків між ними взагалі не виявлено ні яких відмінностей. За всіма чинниками ми спостерігаємо схожість. Найбільшу схожість встановлено за чинниками «підпорядкованість – домінантність» (6,87 і 6,89; $t=1,984$; $p<0,05$), «жорсткість – чутливість» (5,78 і 5,84; $t=1,982$; $p>0,05$), «розслабленість – напруженість» (4,87 і 4,78; $t=1,990$; $p<0,05$) і «практичність – розвинена уява» (5,75 і 5,73; $t=1,986$; $p<0,05$). У спортсменок маскулітного і андрогінного типів відмінності спостерігаються за чинниками «сприйнятливність до почуттів – висока нормативність поведінки» (9,00 і 7,55; $t=1,997$; $p<0,05$) і «консерватизм – радикалізм» (7,38 і 6,67; $t=1,992$; $p<0,05$). За

іншими чинниками виявлено схожість; найбільшу – за чинниками «стриманість – експресивність» (6,02 і 5,88; $t=2,000$; $p<0,05$), «довірливість – підозрілість» (5,50 і 5,45; $t=1,992$; $p<0,05$), «прямолінійність – дипломатичність» (5,08 і 4,93; $t=1,992$; $p<0,05$). За даними дослідження з'ясовано, що і у маскулітних, і у андрогінних спортсменів і спортсменок самооцінка є адекватною.

7. Пояснити схожість між маскулітними і андрогінними спортсменами і спортсменками можна тим, що середні показники індексу «маскулітність /фемінітність» у них наближаються до (-1).

Перспектива подальших досліджень у даному напрямку. Подальші дослідження планується вести у напрямку виявлення схожості і відмінностей у спортсменів і спортсменок різних гендерних типів відносно їх особистісних характеристик з урахуванням специфіки спортивної діяльності і спортивної кваліфікації.

Конфлікт інтересів. Автори заявляють, що відсутній будь-який конфлікт інтересів.

Джерела фінансування. Ця стаття не отримала фінансової підтримки від державної, громадської або комерційної організації.

СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ

- Артамонова, Т.В., & Шевченко, Т.А. (2009). *Гендерная идентификация в спорте. Монография*; Волгоград : ФГОУ ВПО «ВГАФК».
- Баранова, А.В. (2017а). Личностные особенности спортсменок в традиционно мужских видах спорта. *Зборник наукових праць академії післядипломної адукації*, 15, 30-41.
- Баранова, А.В. (2017б). Психологические механизмы маскулинизации спортсменок. *Рудиковские чтения. Материалы XIII Международной научно-практической конференции психологов физической культуры и спорта 11-12 мая 2017 г. Москва*, 112-115.
- Босенко, Ю.М., Харитоновна, И.В., Роспопова, А.С., & Стоянова, Ж.А. (2018). Гендерные особенности личностных свойств спортсменок, занимающихся тяжёлой атлетикой. *Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика*, 24 (4), 266-270.
- Ворожбитова, А.Л. (2007). Гендерная теория физической культуры как основа формирования гендерного сознания спортсменок. *Вестник Ставропольского государственного университета*, 49, 27-31.
- Дамадаева, А.С. (2010). Влияние занятий спортом на гендерные характеристики личности женщин. *Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта*, 3 (61), 45-47.
- Дамадаева, А.С. (2010). Влияние спорта на психологические особенности мужчин и женщин. *Теория и методика спорта высших достижений*, 6, 3-6.

- Дементьева, И.М. (2017). Гендерные различия гандболистов юношеского возраста как фактор их социализации и адаптации. *Вестник АГУ*, 3 (203), 126-131.
- Ильин, Е.П. (2010). *Пол и гендер*. СПб.: Питер.
- Клєдина, С.И. (2009). *Гендерная психология*. СПб.: ООО «Питер Пресс».
- Маскаева, Т.Ю., & Германов Г.Н. (2014). Гендерные психические и поведенческие особенности женщин и их проявление как результат занятий различными видами спорта. *Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта*, 12 (118), 266-272.
- Речкалов, А.В., Речкалова, О.Л. (2017). Влияние занятий спортом на психологические особенности личности. *Известия высших учебных заведений*, 1, 104-109.
- Тарасевич, О.А., & Камаєв, О.І. (2019). Особливості гендерних відмінностей у спортсменів, що займаються спортивними єдиноборствами. *Єдиноборства*, 4 (14), 117-126.
- Цикунова, Н.С. (2003). *Гендерные характеристики личности спортсменов в маскулинных и фемининных видах спорта*. Дисс... канд. психол. наук. Санкт-Петербург.
- Шахов, Ш.К., & Дамадаева, А.С. (2011). Спорт как фактор формирования психологического пола личности. *Вестник спортивной науки*, 6, 16-18.
- Вem, S.L. (1979). Theory and measurement of androgyny. *Journal of Personal and Social Psychology*, 37, 1047-1054.
- Colker, R. (1980). Correlates of female athletic: masculinity, femininity, selfesteem and attitudes toward women. *Sex Roles*, 6, 47-58.
- Lamont-Mills, Andrea (1998). Sex. Gender and gender identity in sport. The Inaugural Wendy EY Women in sport Essay Prize: Exploring Perceptions of Sex, Gender and Gender Identity in Australian Sport. Retrieved from URL <https://eprints.usq.edu.au/18052/1/Lamont-Mills.pdf>
- Lantz, C.D., & Schroeder, P.J. (1999). Endorsement of masculine and feminine gender roles: differences between participation and identification with the athletic role. *Journal of Sport Behavior*, 22, 545-557.
- Matteo, S. (1986). The effect of sex and gender-schematic processing on sport participation. *Sex Roles*, 15, 356-371.

Стаття поступила до редакції: 08.04.2020 р.

Опублікована: 15.04.2020 р.

Аннотация. Тарасевич Е.А. Особенности гендерного сходства и отличий у спортсменов, которые специализируются в спортивных играх. Цель: определить гендерные особенности спортсменов и спортсменок, которые специализируются в спортивных играх. Материал и методы: в исследовании приняли участие 194 студента и студентки, которые занимаются спортивными играми и имеют различную спортивную квалификацию, возрастом 17-26 лет. Были использованы такие методы исследования как: методика С.Бэм «Маскулинность / фемининность» и 16-факторный опросник Кеттелла; методы математической статистики. Результаты. Рассмотрели и проанализировали группу игровых видов спорта с точки зрения их влияния на формирование гендерного типа и выявили гендерные сходства и гендерные отличия у спортсменов и спортсменок, которые специализируются в различных спортивных играх. Исследуемыми были 113 спортсменов и 81 спортсменка. Среди юношей соотношение маскулинных и андрогинных личностей составляет соответственно 60% : 40%. У девушек – 59% : 41%. Наибольшее количество спортсменов маскулинного типа зафиксировано в волейболе (85%), а спортсменок – в гандболе (82%) и баскетболе (71%). Настольный теннис не способствует маскулинизации ни спортсменов, ни спортсменок. В этом виде спорта преобладают личности андрогинного типа – юношей (70%), девушек (60%). Установлены сходства и отличия маскулинных и андрогинных спортсменов и спортсменок относительно их личностных качеств. Выводы. В спортивных играх больше спортсменов (60%) и спортсменок (59%) маскулинного типа, чем андрогинного. Фемининных юношей и девушек в результате исследования выявлено не было. Игровые виды спорта способствуют маскулинизации и юношей, и девушек. Тренировочная

деятельность и высокая спортивная квалификация спортсменов (56%) и спортсменок (66%) способствуют формированию у них маскулинного типа личности. При анализе личностных качеств маскулинных и андрогинных юношей и маскулинных и андрогинных девушек выявлено между ними больше сходства, чем отличий. У спортсменов юношей не выявлено каких-либо отличий. А у спортсменок отличия наблюдаются только по двум факторам «подверженность чувствам – высокая нормативность поведения» и «консерватизм – радикализм».

Ключевые слова: спортивные игры; гендер; маскулинность; фемининность; андрогинность; биологический пол; гендерное сходство; гендерные отличия.

Abstract. Tarasevich E.A. Features of gender similarities and differences among athletes who specialize in sports games. Purpose: identify the gender characteristics of male and female athletes who specialize in sports games. **Material and methods:** 194 male students and female students involved in sports games and have various sports qualifications, aged 17-26 years, took part in the study. Such research methods were used as: S. Bem's "Masculinity / Femininity" technique and Kettell's 16-factor questionnaire; methods of mathematical statistics. **Results.** We examined and analyzed a group of sportgames in terms of their influence on the formation of a gender type and revealed gender similarities and gender differences among male and female athletes who specialize in various sports games. The subjects were 113 maleathletes and 81 femaleathletes. Among young men, the ratio of masculine and androgynous personalities is 60%: 40%, respectively. Girls - 59%: 41%. The largest number of masculine-type athletes were recorded in volleyball (85%), and female athletes in handball (82%) and basketball (71%). Table tennis does not contribute to the masculinization of either male athletes or femaleathletes. This type of sport is dominated by personalities of the androgynous type - boys (70%), girls (60%). The similarities and differences of masculine and androgynous male and female athletes with respect to their personal qualities are established. **Conclusions.** In sports games there are more male athletes (60%) and female athletes (59%) of the masculine type than the androgynous type. No feminine boys and girls were identified as a result of the study. Sports games contribute to the masculinization of both boys and girls. Training activities and high sports qualifications of athletes (56%) and athletes (66%) contribute to the formation of their masculine personality type. When analyzing the personal qualities of masculine and androgynous boys and masculine and androgynous girls, more similarities were found between them than differences. The athletes did not reveal any differences at all. And among athletes, differences are observed only in two factors: "susceptibility to feelings - high normative behavior" and "conservatism - radicalism".

Keywords: sports games; gender; masculinity; femininity; androgyny; biological sex; gender similarity; gender differences.

References

- Artamonova, T.V., & Shevchenko, T.A. (2009). *Gendernaja identifikacija v sporte* [Gender identification in sport]. Monografija; Volgograd : FGOU VPO «VGAFK». [In Russian].
- Baranova, A.V. (2017a). Lichnostnye osobennosti sportsmenok v tradicionno muzhskih vidah sporta [Personal features of sportswomen in traditionally male sports]. *Zbornik navukovyh prac akadjemii pasljadyplomnaj adukacyi* [Collection of scientific works of academy of postgraduate education], 15, 30-41.
- Baranova, A.V. (2017b). Psihologicheskie mehanizmy maskulinizacii sportsmenok [Psychological mechanisms of sportswomen's masculinization]. *Rudikovskie chtenija. Materialy XIII Mezhdunarodnoj nauchno-prakticheskoj konferencii psihologov fizicheskoj kul'tury i sporta 11-12 maja 2017 g. Moskva* [Rudikovsky readings. Materials of the XIII International scientific and practical conference of psychologists of physical culture and sports on May 11-12, 2017 Moscow], 112-115. [In Russian].
- Bosenko, Ju.M., Haritonova, I.V., Rospopova, A.S., & Stojanova, Zh.A. (2018). Gendernye osobennosti lichnostnyh svojstv sportsmenov, zanimajushhihsja tjazhjolj atletikoj [Gender features of personal properties of sportsmen engaged in weightlifting]. *Vestnik Kostromskogo gosudarstvennogo universiteta. Serija: Pedagogika. Psihologija.*

- Sociokinetika* [Herald of Kostroma State University. Series: Pedagogics. Psychology. Sociokinetics], no. 24 (4), 266-70. [In Russian].
- Vorozhbitova, A.L. (2007). Gendernaja teorija fizicheskoj kul'tury kak osnova formirovanija gendernogo soznanija sportsmenov [Gender theory of physical culture as a basis of formation of sportsmen's gender consciousness]. *Vestnik Stavropol'skogo gosudarstvennogo universiteta* [Journal of Stavropol State University], no. 49, 27-31. [In Russian].
- Damadaeva, A.S. (2010). Vlijanie zanjatij sportom na gendernye charakteristiki lichnosti zhenshhin [Impact of sports activities on women's gender characteristics]. *Uchenye zapiski universiteta im. P. F. Lesgafta* [Scientists notes of P. F. Lesgaft University], no.3 (61), 45-47. [In Russian].
- Damadaeva, A.S. (2010). Vlijanie sporta na psihologicheskie osobennosti muzhchin i zhenshhin [Influence of sports on psychological characteristics of men and women]. *Teorija i metodika sporta vysshih dostizhenij* [Theory and methods of the highest sports achievements], no.6, 3-6. [In Russian].
- Dement'eva, I.M. (2017). Gendernye razlichija gandbolistov junosheskogo vozrasta kak faktor ih socializacii i adaptacii [Gender differences among youth-aged handball players as a factor of their socialization and adaptation]. *Vestnik AGU* [Herald of ASU], no. 3 (203), 126-131. [In Russian].
- Il'in, E.P. (2010). *Pol i gender* [Sex and gender]. SPb.: Piter. [In Russian].
- Kljocina, S.I. (2009). *Gendernaja psihologija* [Gender psychology]. SPb.: OOO «Piter Press». [In Russian].
- Maskaeva, T.Ju., & Germanov G.N. (2014). Gendernye psihicheskie i povedencheskie osobennosti zhenshhin i ih projavlenie kak rezul'tat zanjatij razlichnymi vidami sporta [Gender mental and behavioral characteristics of women and their manifestation as a result of various sports activities.]. *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta* [Scientists notes of P. F. Lesgaft University], no. 12 (118), 266-272. [In Russian].
- Rechkalov, A.V., Rechkalova, O.L. (2017). Vlijanie zanjatij sportom na psihologicheskie osobennosti lichnosti [Influence of sports activities on psychological features of personality]. *Izvestija vysshih uchebnyh zavedenij* [News of higher education institutions], no. 1, 104-109. [In Russian].
- Tarasevych, O.A., & Kamajev, O.I. (2019). Osoblyvosti gendernyh vidminnostej u sportsmeniv, shho zajmajut'sja sportyvnyj jedy noborstvamy [Features of gender differences at sportsmen who are engaged in combat sports]. *Edynoborstva* [Martial arts], no. 4 (14), 117-126. [in Ukrainian].
- Cikunova, N.S. (2003). *Gendernye charakteristiki lichnosti sportsmenov v maskulinnyh i femininnyh vidah sporta* [Gender characteristics of sportsmen's personality in masquerading and feminist sports]. Diss... kand. psihol. nauk. Sankt-Peterburg. [In Russian].
- Shahov, Sh.K., & Damadaeva, A.S. (2011). Sport kak faktor formirovanija psihologicheskogo pola lichnosti [Sports as a forming factor of psychological sex of personality]. *Vestnik sportivnoj nauki* [Herald of sports science], no. 6, 16-18. [In Russian].
- Bem, S.L. (1979). Theory and measurement of androgyny. *Journal of Personal and Social Psychology*, no. 37, 1047-1054.
- Colker, R. (1980). Correlates of female athletic: masculinity, femininity, self-esteem and attitudes toward women. *Sex Roles*, 6, 47-58.
- Lamont-Mills, Andrea (1998). Sex. Gender and gender identity in sport. The Inaugural Wendy EY Women in sport Essay Prize: Exploring Perceptions of Sex, Gender and Gender Identity in Australian Sport. Retrieved from URL <https://eprints.usq.edu.au/18052/1/Lamont-Mills.pdf>
- Lantz, C.D., & Schroeder, P.J. (1999). Endorsement of masculine and feminine gender roles: differences between participation and identification with the athletic role. *Journal of Sport Behavior*, no. 22, 545-557.
- Matteo, S. (1986). The effect of sex and gender-schematic processing on sport participation. *Sex Roles*, no. 15, 356-371.

Відомості про авторів / Information about the Authors

Тарасевич Олена Анатоліївна: *старший викладач кафедри олімпійського і професійного спорту; Харківська державна академія фізичної культури: вул. Клочківська, 99, м. Харків, 61058, Україна.*

Тарасевич Елена Анатольевна: *старший преподаватель кафедры олимпийского и профессионального спорта; Харьковская государственная академия физической культуры: ул. Клочковская, 99, г. Харьков, 61058, Украина.*

Olena Tarasevich: *Senior Lecturer of the Department of Olympic and Professional Sports; Kharkiv State Academy of Physical Culture: Klochkovskaya st., 99, Kharkov, 61058, Ukraine.*

<https://orcid.org/0000-0002-6016-3608>

E-mail: tarasevichelena13@gmail.com

Порівняльний аналіз показників моторної функціональної асиметрії у студентів спортивної спеціалізації бадмінтон, теніс

Шевченко О. О., Мерзлікін М. В., Чуча Н. І.

Харківська державна академія фізичної культури

Анотація. Мета: провести порівняльний аналіз показників моторної функціональної асиметрії у студентів спеціалізації бадмінтон, теніс. **Матеріали та методи.** Для вирішення завдань дослідження використовувалися наступні методи: аналіз науково-методичної літератури, педагогічне тестування з використанням інструментального методу, методи математичної статистики. В дослідженні проведене тестування моторної функціональної асиметрії у бадмінтоністів і тенісистів з використанням спеціальної комп'ютерної програми. В дослідженні прийняли участь студенти Харківської державної академії фізичної культури 7 бадмінтоністів та 9 тенісистів, які мали кваліфікацію від майстрів спорту України до I розряду. **Результати:** доведено, що чим вище рівень кваліфікації спортсменів, тим менше різниця в показниках тестування в моделі. Педагогічне тестування виявило достовірні зміни у бадмінтоністів в кількості натискань лівою та правою руками, що вказує на стійкість функціональних показників моторної асиметрії. У тенісистів достовірні зміни були в кількості натискань та часі зорово-моторної реакції правою рукою. Для лівої руки достовірні зміни визначилися у коефіцієнті варіації часу реакції та мінімальному значенні реакції. Це підтверджує думку про більше використання лівої руки, ніж у бадмінтоністів. **Висновки:** встановлено, що для планування та удосконалення тренувального процесу в бадмінтоні, тенісі необхідне вивчення та оцінка моторної функціональної асиметрії спортсменів. Результати дослідження можна використовувати в тренувальному процесі для оцінки показників моторної функціональної асиметрії, у підборі методики навчання та удосконалення техніко-тактичних дій та спрямованості підготовки спортсменів в бадмінтоні, тенісі.

Ключові слова: функціональна асиметрія; бадмінтон; теніс; сенсорна реакція; зоровий сигнал.

Вступ. Спортивна підготовка – це багатогранний процес, який вибудовується на різних аспектах тренувальної та змагальної діяльності спортсменів. Саме системне вивчення рівня розвитку показників психомоторики спортсмена є одним із шляхів удосконалення багаторічного тренувального процесу (Вознюк, 2008).

Науковцями встановлено, що в спортивних іграх психофізіологічні особливості в більшій ступені впливають на швидкість складних реакцій, на диференціювання і реагування на відповідні сигнали у ситуаціях множинного вибору, що здійснює спортсмен під час гри. Кількість помилок у реакціях вибору знаходиться в тісному

зв'язку з рівнем спортивної кваліфікації: чим вище кваліфікація, тим менше помилок при реакціях вибору допускає спортсмен та мають велику стабільність (Дудник, 2010)

Дослідження проведені встановили, що заняття спортивними іграми формують психомоторні функції спортсменів, будують умови адаптації до виду спорту (Беленко, 2009).

Науковці виділяють моторні, сенсорні та психічні функціональні асиметрії (Брагіна & Доброхотова, 2004).

Низка досліджень визначають факт того, що моторна асиметрія пов'язана зі специфікою конкретного виду спорту, а динаміка її прояву залежить від стажу спортсмена і рівня його підготовленості та результативності дій (Шинкарук, 2017; Коробейникова, 2014).

Сенсорна асиметрія є підґрунтям тактичного мислення спортсмена, визначає специфіку процесів сприйняття ним інформації, що вкрай необхідно в умовах дефіциту часу, простору, змагальних ситуацій, які швидко змінюються (Улан & Шинкарук, 2019; Ровний, 2002).

Науковці вивчали питання особливостей прояву функціональної асиметрії, за рівнем переробки інформації, і успішністю в спорті вищих досягнень (Коробейников, 2002; Коробейников, Коробейникова, Мищенко, & Рычок, 2014), методика оцінки моторної функціональної асиметрії однокорців (Романенко & Веретельникова, 2020), розглянуті різні аспекти при підборі методики навчання технічним діям з відповідним переважанням завдань на ту чи іншу систему сприйняття інформації (Коробейникова, 2014), визначені підходи до орієнтації підготовки спортсменів у різних видах спорту з урахуванням функціональної асиметрії (Улан, 2018), раціонального використання функціональної асиметрії для становлення спортивної майстерності залежно від потреб виду спорту (Таймазов & Бакулев, 2006) та дослідження когнітивних характеристик у спортивних єдиноборствах (Коробейников, Коробейникова, Вольський, & Го, 2018).

Спортсмени з різними профілями асиметрії мають незвичні особливості виконання техніко-тактичних прийомів і дій у змаганнях, тому використання функціональної моторної асиметрії в тренувальному процесі, в відборі, орієнтації підготовки спортсменів в бадмінтоні, тенісі робить наше дослідження актуальним.

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами та темами. Дослідження виконано відповідно до тем науково-дослідної роботи ХДАФК у сфері фізичної культури і спорту: «Психосенсорна регуляція рухової діяльності спортсменів ситуативних видів спорту» (номер державної реєстрації 0116U008943).

Мета дослідження: провести порівняльний аналіз показників моторної

функціональної асиметрії у студентів спортивної спеціалізації бадмінтон, теніс.

Завдання дослідження:

1. Провести аналіз науково-методичної літератури з питань особливостей прояву моторної функціональної асиметрії в спорті.
2. Визначити особливості прояву моторної функціональної асиметрії у студентів бадмінтоністів та тенісистів
3. Провести порівняльний аналіз показників моторної функціональної асиметрії у студентів бадмінтоністів та тенісистів

Матеріали та методи дослідження.

Для вирішення завдань дослідження використовувалися наступні методи: аналіз науково-методичної літератури, педагогічне тестування з використанням інструментального методу, методи математичної статистики.

Для визначення моторної функціональної асиметрії студентів бадмінтоністів та тенісистів була застосована комп'ютерна програма «Reaction SM Dual» для використання на планшетних комп'ютерах під управлінням iOS (Ашанин, & Романенко, 2015). У програмі передбачено 5 моделей, але були використані 3 моделі, які відрізняються складністю впливу зорових стимулів. Кожна модель мала 5 етапів по 20 с. Завдання 1 моделі полягало в реагуванні виконавцем обома руками на однакові візуальні сигнали. Для 2 моделі необхідно було реагувати обома руками на сигнал під впливом великої кількості збиваючих візуальних сигналів. Для 3 моделі використовувалося поступове нарощення кількості збиваючих візуальних сигналів для кожної руки та разом.

Після проведення тесту були отримані наступні показники (для лівої та правої руки окремо): загальна кількість натискань (n); середнє значення зорово-моторної реакції за тест (мс); мінімальне та максимальне значення зорово-моторної реакції за тест (мс); коефіцієнт варіації часу реакції за весь тест (%); середнє значення тривалості торкання при натисканні за тест (мс).

В дослідженні приймали участь студенти Харківської державної академії фізичної культури (ХДАФК) спеціалізації бадмінтон, теніс, які були розділені по видам спорту: бадмінтон – 7 спортсменів, вік $20,2 \pm 0,42$ рік, з них: 1 – МС України, 2 – КМС України, 4 – 1 розряд; теніс – 9 спортсменів, вік $19,1 \pm 0,66$ роки, з них: 1 – МС України, 4 – КМС України, 3 – 1 розряд.

Результати дослідження та їх обговорення. Аналіз результатів в моделі 1 (табл. 1) показав, що різниця між кількістю натискань лівою та правою руками у бадмінтоністів 5,8%, у тенісистів 1,5%. На нашу думку, це пов'язано з особливостями техніки виконання ударів зліва в тенісі, де задіяна ліва рука.

Таблиця 1

Показники моторної функціональної асиметрії у студентів для моделі 1, (n=16)

№	Параметри	Одиниці виміру	бадмінтоністи, (n=7)		тенісисти, (n=9)	
			Ліва рука	Права рука	Ліва рука	Права рука
1	Кількість натискань	разів	202,14±5,16	208,14±8,48	207,56±6,39	209,11±6,39
2	Час зорово-моторної реакції	(мс)	0,49±0,01	0,49±0,02	0,49±0,02	0,48±0,02
3	Коефіцієнт варіації часу реакції	(%)	15,46±3,09	15,27±3,53	15,46±1,28	14,67±1,52
4	Мін. значення реакції	(мс)	0,34±0,05	0,33±0,05	0,31±0,03	0,34±0,03
5	Макс. значення реакції	(мс)	0,93±0,08	0,81±0,07	0,95±0,06	0,89±0,07
6	Тривалість натискання	(мс)	60,23±3,31	56,71±3,36	57,07±3,55	47,82±2,41

Час зорово-моторної реакції та коефіцієнт варіації часу реакції у бадмінтоністів та тенісистів був практично однаковий. Це свідчить про приблизно однаковий рівень психофізіологічних якостей у студентів, що досліджувалися.

Мінімальні значення реакції у бадмінтоністів та тенісистів між правою та лівою руками практично не мали різниці в показниках 1% та 3% відповідно.

Максимальні значення реакції відрізнялися для кожної руки у бадмінтоністів на 10,4%, у тенісистів на 4%. Невелика різниця між показниками правою та лівою рукою показує більшу злагожденість обох рук у тенісистів.

Різниця в тривалості натискання склала у бадмінтоністів між правою та лівою руками 3,3%, у тенісистів 7,7%. Але середні показники тривалості натискання правою рукою у тенісистів краще на 8,89 мс, лівою на 3,16 мс ніж у студентів-бадмінтоністів. Науковці підкреслюють (Романенко, & Веретельникова, 2020), цей параметр характеризує рівень взаємодії сенсорного та моторного механізму керування рухами спортсмена та рівень

міжм'язової координації при виконанні визначених дій руками.

Виконання моделі 2 передбачало визначення зорово-моторної реакції спортсменів під впливом збиваючих зорових сигналів (табл. 2, 4). Аналіз стійкості психофізіологічних функцій показав приблизно однаково достовірне зменшення кількості натискань для бадмінтоністів лівою рукою на 32,7%, правою рукою на 36,5% і тенісистів на 31,1%, та права рука 32,3% відповідно, що вказує на суттєвий вплив зорових сигналів, що збивають, на психофізіологічні функції спортсменів. Приблизно однаково достовірно збільшилися результати часу зорово-моторної реакції у бадмінтоністів ліва рука на 11,9%, права рука на 11,9%, у тенісистів 8,9% та 10,2% відповідно підтверджує думку, що вплив зорових сигналів на стійкість психофізіологічних реакцій спортсменів.

Аналізуючи зміни коефіцієнту варіації часу реакції у бадмінтоністів показники збільшилися лівою рукою на 1,1%, правою рукою на 2,5%, у тенісистів 1,2% та 2,7% відповідно, можна

СПОРТИВНІ ІГРИ SPORTYVNI IHRY СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ 2020№3(17)

підкреслити, що результати в моделі 1 були однорідними, але під впливом зорових сигналів, мали більшу неоднорідність в моделі 2 та не мали достовірної різниці.

У бадмінтоністів тривалість натискання збільшилася лівою на 3,7% та

правою на 2,1% руками, у тенісистів 3,7% та 1,9% відповідно. Невеликий відсоток характеризує досить високий рівень між'язової координації у спортсменів та здатність розслабляти м'язи.

Таблиця 2

Показники моторної функціональної асиметрії у студентів для моделі 2, (n=16)

№	Параметри	Одиниці виміру	бадмінтоністи, (n=7)		тенісисти, (n=9)	
			Ліва рука	Права рука	Ліва рука	Права рука
1	Кількість натискань	разів	161,13±4,64	160,88±5,41	168,67±6,6	168,56±6,39
2	Час зорово-моторної реакції	(мс)	0,63±0,02	0,63±0,02	0,6±0,03	0,61±0,03
3	Коефіцієнт варіації часу реакції	(%)	17,09±1,2	18,3±2,11	17±1,21	17,4±1,01
4	Мін. значення реакції	(мс)	0,41±0,04	0,4±0,05	0,43±0,03	0,4±0,04
5	Макс. значення реакції	(мс)	1,11±0,03	1,28±0,11	1,11±0,04	1,14±0,06
6	Тривалість натискання	(мс)	64,15±4,01	58,86±4,25	61,04±3,98	49,77±3,51

Аналіз отриманих результатів вказує на суттєве зниження результатів у студентів-спортсменів при проходженні моделі 2. Неритмічна подача різних за кольором зорових сигналів при виконанні вправи модель 2 знизила концентрацію та розподіл уваги спортсменів, що вплинуло на результати. Отримані результати підтверджує дослідження (Губа, &

Маринич, 2016). Також можна визначити, що результати тенісистів лівою рукою були краще, ніж у бадмінтоністів.

При виконанні моделі 3, яка передбачала поступове нарощення кількості збиваючих візуальних сигналів в дослідженні, можна визначити адаптацію студентів до умов виконання тесту (табл.3, 5).

Таблиця 3

Показники моторної функціональної асиметрії у студентів для моделі 3, (n=16)

№	Параметри	Одиниці виміру	бадмінтоністи		тенісисти	
			Ліва рука	Права рука	Ліва рука	Права рука
1	Кількість натискань	разів	179±4,54	182±4,89	183,33±4,72	187,89±4,5
2	Час зорово-моторної реакції	(мс)	0,56±0,02	0,55±0,02	0,55±0,02	0,54±0,01
3	Коефіцієнт варіації часу реакції	(%)	19,96±0,87	19,74±1,86	19,48±1,29	18,97±1,36
4	Мін. значення реакції	(мс)	0,33±0,03	0,31±0,03	0,32±0,03	0,33±0,93
5	Макс. значення реакції	(мс)	1,07±0,05	1,06±0,08	1,25±0,06	1,03±0,05
6	Тривалість натискання	(мс)	57,56±2,49	50,17±1,29	61,7±3,04	50,07±2,86

Якщо порівнювати результати між 1 та 3 моделями у бадмінтоністів в кількості натискань різниця достовірно склала 20,5% (ліва рука) та 22,8% (права рука), у тенісистів 21,4% та 19,1% відповідно.

Для показників часу зорової-моторної реакції достовірна зміни у бадмінтоністів склала 6% для лівої руки та 5% для правої руки, у тенісистів 5% для правої та лівої руки.

Показники коефіцієнту варіації часу реакції не мали достовірної різниці, результати змінилися у бадмінтоністів на 3,5% (права рука та ліва рука), у тенісистів 3,2% та 3,3% відповідно.

Мінімальні значення реакції не отримали достовірної різниці, при цьому зміни показників у бадмінтоністів та тенісистів були незначні.

Таблиця 4

Статистично значимі відмінності показників у студентів-спортсменів в моделі 1 та 2, (n=16)

№	Параметри	Одиниці виміру	бадмінтоністи		тенісисти	
			Ліва рука	Права рука	Ліва рука	Права рука
1	Кількість натискань	разів	t=5,9 p<0,001	t=4,7 p<0,001	t=4,2 p<0,001	t=4,5 p<0,001
2	Час зорово-моторної реакції	(мс)	t=6,3 p<0,001	t=4,9 p<0,001	t=3,1 p<0,005	t=3,6 p<0,001
3	Коефіцієнт варіації часу реакції	(%)	t=0,49 p>0,05	t=0,74 p>0,05	t=0,76 p>0,05	t=1,8 p>0,05
4	Мін. значення реакції	(мс)	t=1,1 p>0,05	t=1,1 p>0,05	t=2,8 p<0,05	t=1,2 p>0,05
5	Макс. значення реакції	(мс)	t=2,1 p>0,05	t=3,6 p<0,001	t=2,2 p>0,05	t=2,7 p<0,05
6	Тривалість натискання	(мс)	t=0,75 p>0,05	t=0,4 p>0,05	t=0,73 p>0,05	t=0,46 p>0,05

Таблиця 5

Статистично значимі відмінності показників у студентів-спортсменів в моделі 1 та 3, 2 та 3, (n=16)

№	Параметри	бадмінтоністи		тенісисти		бадмінтоністи		тенісисти	
		Ліва рука	Права рука	Ліва рука	Права рука	Ліва рука	Права рука	Ліва рука	Права рука
		1 та 3 моделі				2 та 3 моделі			
1	Кількість натискань (разів)	t=3,4 p<0,001	t=2,7 p<0,05	t=4,2 p<0,001	t=4,5 p<0,001	t=2,8 p<0,05	t=2,9 p<0,05	t=1,8 p>0,05	t=2,5 p<0,05
2	Час зорово-моторної реакції (мс)	t=3,1 p<0,001	t=2,7 p<0,05	t=2,7 p<0,05	t=2,7 p<0,05	t=2,5 p<0,05	t=2,8 p<0,05	t=1,4 p>0,05	t=2,7 p<0,05
3	Коефіцієнт варіації часу реакції (%)	t=1,4 p>0,05	t=1,1 p>0,05	t=2,1 p>0,05	t=2,1 p>0,05	t=1,9 p>0,05	t=0,51 p>0,05	t=4 p<0,001	t=1 p>0,05
4	Мін. значення реакції (мс)	t=0,17 p>0,05	t=0,34 p>0,05	t=0,24 p>0,05	t=0,01 p>0,05	t=1,6 p>0,05	t=1,7 p>0,05	t=2,6 p<0,05	t=0,08 p>0,05
5	Макс. значення реакції (мс)	t=1,5 p>0,05	t=2,4 p<0,05	t=3,5 p<0,001	t=1,6 p>0,05	t=0,69 p>0,05	t=1,6 p>0,05	t=1,9 p>0,05	t=1,4 p>0,05
6	Тривалість натискання(мс)	t=0,64 p>0,05	t=1,8 p>0,05	t=0,99 p>0,05	t=0,6 p>0,05	t=1,4 p>0,05	t=2 p>0,05	t=0,13 p>0,05	t=0,07 p>0,05

Значення максимальної реакції були досить неоднорідні. Так, різниця результатів у бадмінтоністів для лівої руки склала 4%, але не мала достовірної різниці, для правої руки покращилися з достовірною різницею в 12,1%. У тенісистів лівою рукою результати достовірно погіршилися на 23%, та правою

рукою недостовірно збільшилися на 12%. Такі неоднорідні результати можна пояснити невеликою втомою у спортсменів. Результати тривалості натискання не мали достовірної різниці та визначилися змінами у бадмінтоністів на 2,6% (ліва рука) та 5,8% (права рука), у тенісистів на 4,1% та 2,1% відповідно.

Порівняльний аналіз результатів бадмінтоністів та тенісистів 1 та 3 моделі показав, що високий рівень кваліфікації впливає на швидкість адаптації спортсменів. Виконання 2 та 3 моделі спортсменами виявило неоднорідні зміни результатів моторної функціональної асиметрії при впливі зорових сигналів в тестуванні. Достовірні зміни між показниками виявилися у бадмінтоністів в кількості натискань лівою та правою руками, що вказує на стійкість функціональних показників моторної асиметрії.

У тенісистів достовірні зміни були в кількості натискань та часі зорово-моторної реакції правою рукою. Для лівої руки достовірні зміни визначилися у коефіцієнті варіації часу реакції та мінімальному значенні реакції. Це підтверджує думку про більше використання лівої руки, ніж у бадмінтоністів. Проведене дослідження виявило хороші результати моторної функціональної асиметрії у студентів бадмінтоністів та тенісистів, що підтверджує високий рівень кваліфікації спортсменів. Велика кількість відволікаючих зорових сигналів після виконання 2 моделі достовірно вплинула на зменшення показників кількості натискань, швидкості зорово-моторної реакції та максимальних значень реакції. Після виконання моделі 3 з поступовим нарощенням кількості збиваючих візуальних сигналів, були показано покращення показників, що вказує на процес адаптації психофізіологічних функцій спортсменів до несприятливих умов виконання тесту. Тестування виявило, що чим вище рівень кваліфікації спортсменів, тим менше різниця зміни показників тестування. Отримані висновки результатів підтверджуються дослідженнями (Ровний 2002, Романенко, & Веретельникова, 2020, Вознюк 2008). Можна виділити, що показники тестування лівою рукою у тенісистів були краще, що, на нашу думку, показує на більше використання спортсменами лівої руки в ударах. Науковці стверджують, що лише 7 % загальної кількості населення планети

мають лівизну, і близько 2–3 % амбідекстери – люди з однаково розвинутою функцією обох півкуль (Доброхотова, & Брагіна, 2004). Тому відносити тенісистів, що досліджувалися, до іншого профілю асиметрії без додаткових досліджень зарано та потребує подальших досліджень.

Науковці визначають, що спортсмени, які мають односторонній тип домінування функцій (лівий або правий профіль асиметрії), відрізняються коротшою сенсомоторною реакцією та більш високим рівнем рухливості нервових процесів і психічних функцій (Улан, & Шинкарук 2019, Романенко, & Веретельникова, 2020), що цілком підтверджується результатами нашого дослідження. Також, з практики тренувального процесу, можна підкреслити, що спортсмени з різними профілями асиметрії мають незвичні особливості виконання техніко-тактичних прийомів і дій у змаганнях. Це обумовлює інтерес для подальшого планування тренувального процесу спортсменів на основі вивчення індивідуального профілю асиметрії.

Висновки

1. Аналіз науково-методичної літератури показав, що вивчення та оцінка моторної функціональної асиметрії спортсменів може використовуватися в плануванні та удосконаленні тренувального процесу в спортивних іграх, а саме бадмінтоні, тенісі.
2. Показники моторної функціональної асиметрії у бадмінтоністів та тенісистів показали приблизно однаковий рівень результатів в моделі 1, тільки середні результати тривалості натискання правою рукою у тенісистів краще на 8,89 мс, лівою на 3,16 мс ніж у студентів-бадмінтоністів.
3. Виконання 2 та 3 моделі спортсменами виявило неоднорідні зміни результатів зорових сигналів моторної функціональної асиметрії. Достовірні зміни між показниками виявилися у бадмінтоністів в кількості натискань лівою та правою руками. У тенісистів достовірні зміни були в кількості натискань та часі

зорово-моторної реакції правою рукою. Для лівої руки достовірні зміни визначилися у коефіцієнті варіації часу реакції та мінімальному значенні реакції.

Результати дослідження можна використовувати в тренувальному процесі для оцінки показників моторної функціональної асиметрії, в підборі методики навчання та удосконалення техніко-тактичних дій і спрямованості підготовки спортсменів в бадмінтоні, тенісі.

Перспективи подальших досліджень у даному напрямку будуть направлені на вивчення особливостей моторної функціональної асиметрії у спортивних іграх.

Конфлікт інтересів. Автори відзначають, що не існує ніякого конфлікту інтересів.

Джерела фінансування. Ця стаття не отримала фінансової підтримки від державної, громадської або комерційної організації

СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ

- Ашанин, В.С., & Романенко, В.В. (2015). Использование компьютерных технологий при оценке сенсомоторных реакций в единоборствах. *Слобожанский науково-спортивний збірник*, 4 (48), 15-18.
- Беленко, И.С. (2009). Психофизиологические особенности у юных спортсменов игровых видов спорта разного возрастного периода развития и тренированности. *Вестник ТГПУ*, 3 (81), 54-58.
- Вознюк, Т. (2008). Психомоторика юних баскетболісток у віковому аспекті. *Молода спортивна наука України*, 1. 91-97.
- Губа, В.П., & Маринич, В.В., (2016). *Теория и методика современных исследований*. Монография, Спорт, 232.
- Доброхотова, Т.А., & Брагина, Н.Н., (2004). Методологическое значение принципа симметрии в изучении функциональной организации человека. *Methodological significance of symmetry principle in studying human functional organization*. Научный мир, 53.
- Дудник, О.К. (2010). *Функціональна організація психофізіологічних станів організму людини в умовах напруженої м'язової діяльності*. Монографія. 129.
- Коробейников, Г.В., Коробейникова, Л.Г., Мищенко, В.С., & Рычок, Т.М., (2014). Функциональная межполушарная асимметрия мозга и когнитивные функции у элитных борцов. *Вопросы функциональной подготовки в спорте высших достижений*, 2, 53-63.
- Коробейникова, Л.Г., (2014). Влияние уровня функциональной межполушарной асимметрии мозга на возможности проявления психических функций в единоборствах. *Ученые записки Таврического национального университета им. В. И. Вернадского*, Т. 27 (66), 2, 103-112.
- Коробейников, Г., Коробейникова, Л., Вольський, Д., & Го, Ш., (2018). Функціональна асиметрія мозку і когнітивні стратегії у спортивних єдиноборствах. [Теорія і методика фізичного виховання і спорту](#), 2, 73-77.
- Ровний, А.С. (2002). Психофізіологічні основи спеціальної працездатності спортсменів у спортивних іграх. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*, 22, 45-52.
- Ровний, А.С. (2002). Психофізіологічне сприйняття зорової інформації рухової діяльності людини. *Педагогіка, психологія та мед.-біол. пробл. фіз. виховання і спорту*, (26), 17-23.
- Романенко, В.В., & Веретельникова, Н.А. (2020). Методика оцінки моторної функціональної асиметрії одноборців. *Єдиноборства*, 67-77. doi:10.15391/ed.2020-1.07
- Таймазов, В.А., & Бакулев, С.Е. (2006). Значение функциональной асимметрии как генетического маркера спортивных способностей. *Ученые записки*, 22, 74-82.
- Улан, А.М. (2018). Підходи до орієнтації підготовки спортсменів у різних видах спорту з урахуванням функціональної асиметрії. *Молодь та олімпійський рух: зб. тез*

договідей Міжнар. наук. конф. молодих учених, 2019. Доступно: <http://www.uni-sport.edu.ua/content/naukovikonferenciya-ta-seminary>.

Улан, А, & Шинкарук О. (2019). Функциональная асимметрия в спорте: особенности проявления и подходы к использованию в процессе ориентации подготовки фехтовальщиков. *Наука в олимпийском спорте*, 1, 24-35. doi:10.32652/olympic2019.

Shynkaruk, O. (2017). Assessment of psycho-physiological characteristics of the representatives of cyclic sports. Materials of the International Scientific Congress «Sport. Olympism. Health», 140.

Стаття поступила до редакції: 15.05.2020.

Опублікована: 01.06.2020.

Аннотация. Шевченко О.О., Мерзликин М.В., Чуча Н.И. Сравнительный анализ показателей моторной функциональной асимметрии у студентов специализации бадминтон, теннис. **Цель:** провести сравнительный анализ показателей моторной функциональной асимметрии у студентов специализации бадминтон, теннис. **Материалы и методы.** Для решения задач исследования использовались следующие методы: анализ научно-методической литературы, педагогическое тестирование с использованием инструментального метода, методы математической статистики. В исследовании проведено тестирование моторной функциональной асимметрии у бадминтонистов и теннисистов с использованием специальной компьютерной программы. В исследовании приняли участие студенты Харьковской государственной академии физической культуры 7 бадминтонистов и 9 теннисистов от мастеров спорта Украины до 1 разряда. **Результаты:** доведено, что чем выше уровень квалификации спортсменов, тем меньше разница в показателях тестирования. Педагогическое тестирование выявило достоверные изменения у бадминтонистов в количестве нажатий левой и правой руками, что указывает на стойкость функциональных показателей моторной асимметрии. У теннисистов достоверные изменения были в количестве нажатий и времени зрительно-моторной реакции правой рукой. Для левой руки достоверные изменения определились в коэффициенте вариации времени реакции и минимального значения реакции. Это подтверждает мысль о большем использовании левой руки, чем у бадминтонистов. **Выводы:** установлено, что для планирования и совершенствования тренировочного процесса в бадминтоне, теннисе необходимо изучения и оценки моторной функциональной асимметрии спортсменов. Результаты исследования можно использовать в тренировочном процессе для оценки показателей моторной функциональной асимметрии, в подборе методики обучения и совершенствования технико-тактических действий и направлении подготовки спортсменов в бадминтоне, теннисе.

Ключевые слова: функциональная асимметрия; бадминтон; теннис; сенсорная реакция; визуальный сигнал.

Abstract. Shevchenko O., Merzlikin M., Chucha N. The comparative analysis of motor functional asymmetry indicators at students of badminton and tennis specialization. **Purpose:** to carry out the comparative analysis of motor functional asymmetry indicators at students of badminton and tennis specialization. **Materials and methods.** The following methods were used to solve the problems of research: analysis of scientific and methodological literature, pedagogical testing using an instrumental method, methods of mathematical statistics. Testing of motor functional asymmetry at badminton players and tennis players using a special computer program was carried out in the research. Students of Kharkiv state academy of physical culture - 7 badminton players and 9 tennis players from masters of sports of Ukraine to the 1st sports category took part in the research. **Results:** it is proved that the higher the level of qualification of sportsmen is, the smaller the difference in testing indicators. Pedagogical testing revealed reliable changes at badminton players in the number of presses by left and right hands, which indicates the persistence of functional indicators of motor asymmetry. Tennis players had reliable changes in the number of

presses and time of visual-motor reaction by their right hand. Valid changes were determined in the reaction time variation coefficient and the minimum reaction value by the left hand. This confirms the thought of using the left hand more than at badminton players. **Conclusions:** it was established that it is necessary to study and evaluate motor functional asymmetry of sportsmen to plan and improve the training process in badminton and tennis. The results of the research can be used in the training process for evaluation of motor functional asymmetry indicators, in selection of training methodology and improvement of technical-tactical actions and training direction of sportsmen in badminton and tennis.

Keywords: functional asymmetry; badminton; tennis; sensory reaction; visual signal.

References

- Ashanin, V. S., & Romanenko, V. V. (2015). Using the computer technologies at assessment of sensomotor reaction in single combats. *Slobozhanskyi herald of science and sport*, №4 (48), 15-18.
- Belenko, I.S. (2009). Psychophysiological features of young sportsmen of game sports of different development and training age period. *Herald TGPU №3 (81)*, 54-58.
- Voznuik, T. (2008). Psychomotor of young female basketball players in the age-old aspect. *Young sports science of Ukraine*, V.I. 91-97.
- Guba, V.P., & Marinich, V.V., (2016). *Theory and methods of modern research*. Monograph, Sport, 232.
- Dobrokhotova, T.A., & Bragina, N.N., (2004). Methodological significance of symmetry in the study of human functional organization. *Methodological significance of symmetry principle in studying human functional organization*. Scientific world, 53.
- Dudnyk, O.K. (2010). *Functional organization of psychophysiological states of human organism under conditions of intense muscle activity*. Monograph. 129.
- Korobeynikov, G. V., Korobeynikova, L. G., Mishchenko, V. S., & Rychok, T. M., (2014). Functional interhemispheric asymmetry and cognitive functions at elite wrestlers. *Questions of functional training in sport of the highest achievements*, № 2, 53–63.
- Korobeynikova, L. G., (2014). Influence of the level of functional interhemispheric brain asymmetry on possibilities of manifestation mental functions in single combats. *Scientists of notes of V.I. Vernadsky Taurian National University*, Volume 27 (66), № 2, 103-112.
- Korobeynikov, G., Korobeynikova, L., Volskyi D., & Go, Sh., (2018). Functional brain asymmetry and cognitive strategies in sports single combats. *Theory and methodology of physical education and sports*. № 2, 73-77.
- Rovnyi, A.S. (2002). Psychophysiological bases of special efficiency of sportsmen in sports games. *Pedagogy, psychology and medical and biological problems of physical education and sports*. 45-52.
- Rovnyi, A.S. (2002). Psychophysiological perception of visual information of human motor activity. *Pedagogics, psychology and med.-biol. problems of physical education and sport*, (26), 17-23.
- Romanenko, V. V., & Veretelnykova, N. A. (2020). Method of evaluation of motor functional asymmetry of combatants. *Single combats*, 67-77.
- Taymazov, V. A., & Bakulev, S. Y. (2006). The significance of functional asymmetry as a genetic marker of sporting abilities. *Scientific notes*, № 22, 74–82.
- Ulan, A.M. (2018). Approaches to orientation of preparation of sportsmen in different sports taking into account functional asymmetry. *Youth and the Olympic movement: col. of theses of reports of Intern. scien. conf. of young scientists*, 209. Available: <http://www.uni-sport.edu.ua/content/naukovikonferenciya-ta-seminary>.
- Ulan, A, & Shinkaruk O. (2019). Functional asymmetry in sports: features of manifestation and approaches to using the orientation of fencer training in the process. *Science in Olympic sports.*; 1:24-35. DOI:10.32652/olympic2019.

Shynkaruk, O. (2017). Assessment of psycho-physiological characteristics of the representatives of cyclic sports. Materials of the International Scientific Congress «Sport. Olympism. Health», P. 140.

Відомості про авторів / Information about the authors

Шевченко Олег: к. фіз. вих., доцент; Харківська державна академія фізичної культури: вул. Клочківська, 99, м. Харків, 61058, Україна.

Шевченко Олег: к. физ. восп., доцент; Харьковская государственная академия физической культуры: ул. Клочковская, 99, г. Харьков, 61058, Украина.

Shevchenko O.: PhD (physical education and sport), Associate Professor Associate Professor; Kharkiv State Academy of Physical Culture: Klochkivska str. 99, Kharkiv, 61058, Ukraine.

orcid.org/0000-0002-2856-9640

E-mail: Shevchenko7777oleg@gmail.com

Мерзлікін Максим: викладач; Харківська державна академія фізичної культури: вул. Клочківська, 99, м. Харків, 61058, Україна.

Мерзликин Максим: преподаватель; Харьковская государственная академия физической культуры: ул. Клочковская, 99, г. Харьков, 61058, Украина.

Merzlikin Maxim: Kharkiv State Academy of Physical Culture: Klochkivska str. 99, Kharkiv, 61058, Ukraine.

orcid.org/0000-0002-8798-1002

E-mail: merzlikin80@mail.ua

Чуча Наталія Іванівна: старший викладач кафедри спортивних та рухливих ігор, Харківська державна академія фізичної культури: вул. Клочківська 99, Харків, 61058, Україна.

Чуча Наталья Ивановна: старший викладач кафедри спортивних и подвижных игр, Харьковская государственная академия физической культуры; ул. Клочковская 99, 61058, г. Харьков, Украина

Nataliia Chucha: Kharkiv State Academy of Physical Culture: Klochkivska str. 99, Kharkiv, 61058, Ukraine.

<https://orcid.org/0000-0002-2564-4860>

E-mail: natali.chucha@ukr.net