

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ УКРАЇНИ



***АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ
ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНОГО
СУПРОВОДУ ТА РОЗВИТКУ
СУБ'ЄКТІВ СПОРТИВНОЇ
ДІЯЛЬНОСТІ***

***Матеріали IV Всеукраїнської наукової електронної
конференції (м. Київ, 29 жовтня 2021р., Україна)***

Київ 2021



**НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ
І СПОРТУ УКРАЇНИ
ФАКУЛЬТЕТ ЗДОРОВ'Я, ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ТА ТУРИЗМУ
КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ І ПЕДАГОГІКИ**

**Актуальні проблеми
психолого-педагогічного супроводу та
розвитку суб'єктів спортивної діяльності**

**МАТЕРІАЛИ ІV ВСЕУКРАЇНСЬКОЇ НАУКОВОЇ
ЕЛЕКТРОННОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ
(м. Київ, 29 жовтня 2021р., Україна)**

КИЇВ – 2021

УДК 796.01+378:159.9

ББК 74.00я88

**Друкується згідно з рішенням Вченої ради Національного університету
фізичного виховання і спорту України
наказ №246- заг. від 30.08.2021р.**

Актуальні проблеми психолого-педагогічного супроводу та розвитку суб'єктів спортивної діяльності: Матеріали IV Всеукраїнської наукової електронної конференції (м. Київ, 29 жовтня 2021 р.) / Відповід. ред.: Т. М. Булгакова. – Київ, 2021. – 164с.

Збірник містить тези учасників IV Всеукраїнської наукової електронної конференції «Актуальні проблеми психолого-педагогічного супроводу та розвитку суб'єктів спортивної діяльності» (29 жовтня 2021 р.). Матеріали розкривають результати досліджень студентів-початківців та науковців у сфері психології, педагогіки, фізичного виховання і спорту. В тезах висвітлюються такі напрями: актуальні напрями психологічного забезпечення та супроводу в фізичному вихованні і спорті, педагогічні аспекти підготовки та розвитку суб'єктів спортивної діяльності, рухова активність та психолого-педагогічні аспекти формування здорового способу життя.

Матеріали збірника призначено для студентів (бакалаврів та магістрів), молодих вчених, науковців і практиків, які цікавляться проблематикою психолого-педагогічного супроводу суб'єктів спортивної діяльності.

Редакційна колегія:

Петровська Т. В., к. пед. наук, професор, завідувач кафедри психології і педагогіки
Воронова В. І., к. пед. наук, професор кафедри психології і педагогіки
Гринь О. Р., к. пед. наук, професор кафедри психології і педагогіки
Фольварочний І. В., доктор пед. наук, доцент кафедри психології і педагогіки
Жукова Г.В., к.пед.наук, старший викладач кафедри психології і педагогіки
Булгакова Т. М., к.пед.наук, старший викладач кафедри психології і педагогіки

Матеріали надруковані в авторській редакції. За зміст матеріалів і достовірність наведених даних несуть відповідальність автори публікації та їх наукові керівники.

Кущенко Ніна	ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВУ РЕЗИСТЕНТНОСТІ ЯК ФАКТОРУ УСПІШНОСТІ ЗМАГАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ У ФІГУРНОМУ КАТАННІ НА КОВЗАНАХ.....	35
Луданов Кирило, Луданов Данило	ПСИХОФІЗІОЛОГІЧНИЙ КОНТРОЛЬ ЕЛІТНИХ БОРЦІВ ДО ЗМАГАНЬ.....	37
Lukomska Svitlana	IMPACT OF SPORTS FANDOMS ON FANS WELL-BEING.....	39
Марченко Оксана, Антонова Людмила	СТАВЛЕННЯ ШКОЛЯРІВ СЕРЕДНІХ КЛАСІВ ДО ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ.....	40
Моргосліп Дмитро	ПСИХОЛОГІЧНИЙ СУПРОВІД ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНІВ У СПОРТИВНИХ ТАНЦЯХ.....	42
Мосьпан Марина	СПОРТИВНА МОТИВАЦІЯ ПЛАВЦІВ ПІДЛІТКОВОГО ВІКУ.....	44
Новікова Анна	ТИПОВІ ПЕРЕЖИВАННЯ СПОРТСМЕНОК ПІД ЧАС ВИКОНАННЯ ФІГУР ОБОВ'ЯЗКОВОЇ ПРОГРАМИ В АРТИСТИЧНОМУ ПЛАВАННІ.....	46
Онкієнко Марія	ФОРМУВАННЯ ВПЕВНЕНОСТІ ЯК ФАКТОРУ, ЩО ВИЗНАЧАЄ ГОТОВНІСТЬ СПОРТСМЕНІВ ДО ЗМАГАНЬ.....	47
Павлова Ольга	КОРЕКЦІЯ ПСИХОЕМОЦІЙНОГО СТАНУ У СПОРТСМЕНІВ-ПЛАВЦІВ.....	49
Подофей Світлана	ІНДИВІДУАЛЬНІ ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ МОТИВУ СПОРТСМЕНА...	52
Прокопенко Анастасія, Скрипка Сергій, Константиновська Наталія	ПСИХОЛОГІЧНА ПІДГОТОВКА ТЕНІСІСТІВ НА ЕТАПІ ПОЧАТКОВОЇ ПІДГОТОВКИ.....	53
Ролінська Анастасія	ВПЛИВ ЕМОЦІЙНОГО СТАНУ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ НА РЕЗУЛЬТАТИВНІСТЬ ЗАСВОЄННЯ РУХОВИХ НАВИЧОК В ХУДОЖНІЙ ГІМНАСТИЦІ НА ЕТАПІ ПОЧАТКОВОЇ ПІДГОТОВКИ.....	54
Степура Євгеній	ЗНАЧЕННЯ ОПТИМІЗМУ В СПОРТІ.....	56
Толкунова Інна, Ревунова Аліна	ЕМОЦІЙНА ВИРАЗНІСТЬ В ХУДОЖНІЙ ГІМНАСТИЦІ.....	57
Толкунова Інна, Шишко Богдан	ПРОБЛЕМИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЇ АДИКТИВНОЇ ПОВЕДІНКИ ТА ЇЇ ВПЛИВ НА РОЗВИТОК ОСОБИСТОСТІ.....	59
Федорчук Світлана, Іваскевич Дарина	КОПІНГ-СТРАТЕГІЇ КВАЛІФІКОВАНИХ СПОРТСМЕНІВ (АКАДЕМІЧНЕ ВЕСЛУВАННЯ).....	60
Фольварочний Ігор	ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІ ПІДХОДИ ДО РОЗВИТКУ ОСОБИСТІСНИХ РЕСУРСІВ СПОРТСМЕНІВ.....	62
Фотієва Вікторія, Ковальчук Вікторія	ВПЛИВ ІНДИВІДУАЛЬНИХ ВЛАСТИВОСТЕЙ ОСОБИСТОСТІ НА НАДІЙНІСТЬ ЗМАГАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ В ХУДОЖНІЙ ГІМНАСТИЦІ.....	63
Харченко Надія, Кузнецов Едуард	ВПЛИВ СОЦІАЛЬНОЇ ІЗОЛЯЦІЇ В ПЕРІОД ПАНДЕМІЇ НА ОСОБИСТІСТЬ СПОРТСМЕНІВ.....	65

5. Толкунова ІВ, редактор. Психологія здоров'я людини: навч. посіб. Київ: Талком; 2021. 243 с.

ПСИХОЛОГІЧНА ПІДГОТОВКА ТЕНІСІСТІВ НА ЕТАПІ ПОЧАТКОВОЇ ПІДГОТОВКИ

**Прокопенко Анастасія, Скрипка Сергій, Константиновська Наталія
Національний університет фізичного виховання і спорту України, Київ**

Актуальність дослідження. Психологічна підготовка – невід'ємний компонент загальної виховної роботи, один із видів формування особистості, що зміцнює взаємозв'язки її властивостей, мотивів, знань, навичок, вмій. Процес психологічної підготовки переважно скерований на виховання дисциплінованості, охайності, старанності, відповідальності та на розвиток навичок подолання труднощів у спортивній діяльності юних тенісистів [1, 2, 4, 5].

Підвищена зацікавленість до питань, пов'язаних з психологічною підготовкою тенісистів на різних етапах підготовки, багато років існує в спорті. Однак в публікаціях міститься мало інформації, яка присвячена розгляду психологічної підготовки на етапі початкової підготовки тенісистів, тому дане питання залишається актуальним.

Результати дослідження. Психологічна підготовка тенісистів на початковому етапі передбачає формування мотивації до занять тенісом та виховання працездатності. Найбільший ефект формування мотивації до занять спортом полягає у впливі тренера через застосування ним засобів пояснення, переконання, спонування до діяльності, заохочення, доручення, догани або покарання [3].

Аналіз науково-методичної літератури [6] дозволив виділити принципи, з якими тренери повинні бути ознайомлені, працюючи з дітьми на початковому етапі підготовки, для розвитку психологічних навичок:

- з дітьми не треба спілкуватися, як з мініатюрними дорослими;
- фізичні параметри впливають на соціальний розвиток дитини, і обидві ці характеристики визначають психологічний або емоційний розвиток;
- стадії росту і розвитку дітей мають гендерні характеристики і не визначаються паспортним віком;
- діти мають індивідуальний шлях розвитку;
- знамениті дорослі особи, видатні гравці можуть служити прикладом для наслідування.

На думку науковців [2], на «червоному» рівні тренеру необхідно допомогти юним тенісистам оволодіти технікою дихання, що може застосовуватися для вирішення індивідуальних завдань. Розроблені тренувальні комплекси вправ для психологічної підготовки на «помаранчевому» та «зеленому» рівнях включають в себе вправи на розвиток концентрації уваги, виконання «ритуалів» для концентрації уваги, «мови тіла», візуалізації, а також продовження оволодіння технікою дихання [2].

Змагальна діяльність в тенісі починається вже на «червоному» рівні, тому з перших тренувань тренеру необхідно створювати ситуації, які допомагають їх психологічній підготовці: виконання кидків м'яча у тренувальну стінку під наглядом тренера; підбивання м'яча (30 - 40 разів) ракеткою вгору під контролем тренера; кидки м'яча один одному з підрахунком використаних рухів імітації ударів; кидки м'яча один одному в несподіваних напрямках; набивання м'яча ракеткою об підлогу; підбивання м'яча вгору поперемінно обома боками ракетки (25-30 разів); підбивання м'яча вгору ручкою ракетки; естафетний біг із сильним суперником; виконання ударів на техніку, на оцінку; виконання ударів без помилки на рахунок; виявлення кращого воротаря під час гри "Воротарі"; змагання між

парами: хто виконає більше ударів без помилок; змагання між партнерами: хто краще виконає удари на завдання [5].

Для підвищення психологічного навантаження з метою підготовки спортсменів до умов змагань доцільно використовувати мішені (від 3 м x 3 м до 1 м x 1 м) або ігри із завданням комплексу на рахунок (до 11 очок, як у настільному тенісі) [5].

Для ефективної психологічної підготовки на початковому етапі фахівці [1, 4] також наголошують на необхідності врахування вікових та індивідуальних особливостей тенісистів і проводити опитування гравців, що рекомендовані провідними спеціалістами з тенісу Міжнародної федерації тенісу, а саме опитування для оцінки мотивації учнів, стресу, що виникає у дітей під час занять, та мотиваційного клімату в групі [2].

Висновки. Результати теоретичного аналізу свідчать про те, що психологічна підготовка на початковому етапі відіграє важливу роль у формуванні зацікавленості та мотивації до занять тенісом. Практична реалізація психологічної підготовки тенісиста здійснюється шляхом застосування різних засобів, методів і методичних заходів, у тому числі, особистий приклад тренера.

1. Білюк СП. Психологічні особливості тенісистів на ранньому етапі підготовки (молодша вікова категорія). Наукові записки. Серія «Психологія і педагогіка». 2013. с. 16-8.
2. Ібраїмова МВ, Ханюкова ОВ, Поліщук ЛВ. Сучасна школа тенісу: початкова підготовка [для студентів вищих навчальних закладів фізичної культури і спорту]. Київ: Експрес; 2013. 204 с.
3. Олійник НА, Войтенко СМ. Психологічні особливості спортивної діяльності: монографія. Вінниця: ВНАУ; 2020. 240 с.
4. Онущак О, Каратник І. Психологічна підготовка тенісистів. День студентської науки: зб. матеріалів щоріч. студент. наук. конф; 2018; Львів. Львів; 2018. с. 97-9.
5. Теніс: Навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності та спеціалізованих навчальних закладів спортивного профілю. Республіканський науково-методичний кабінет Державної служби молоді та спорту України. 2012. 159 с.
6. Woods RB. Children development: Its impact on the young tennis player. USA Tennis Parent's Guide USTA. 2001:16-22.

ВПЛИВ ЕМОЦІЙНОГО СТАНУ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ НА РЕЗУЛЬТАТИВНІСТЬ ЗАСВОЄННЯ РУХОВИХ НАВИЧОК В ХУДОЖНІЙ ГІМНАСТИЦІ НА ЕТАПІ ПОЧАТКОВОЇ ПІДГОТОВКИ

Ролінська Анастасія

Національний університет фізичного виховання і спорту України, м. Київ

Актуальність. Спорт - один з найбільш емоційних видів діяльності людини. Саме в спорті багато удач і невдач спортсмена часто залежать від емоційних переживанні і станів. Проблема емоцій по підношенню до практичної діяльності людини охоплює широке коло питань. Це різноманітні питання значущості емоцій у творчій діяльності, впливу емоцій на працездатність людини, на збереження здорової життєдіяльності, емоційного впливу як педагогічного фактору [2,6]. Не підлягає сумніву, що емоційні процеси здатні як підвищити ефективність діяльності, так і дезорганізувати її [3,4]. Іноді це може залежати не стільки від характеру емоцій, скільки від емоційності – збудженості, інтенсивності та тривалості емоцій, які переживає спортсмен [5].