

Національний університет
фізичного виховання і спорту України



ЗБІРНИК ТЕЗ ДОПОВІДЕЙ

XVIII Міжнародної студентської
наукової конференції
«Спорт та сучасне суспільство»

Київ 2025

УДК: 796:316.3(063)

Спорт та сучасне суспільство: Збірник тез доповідей XVIII Міжнародної студентської наукової конференції, 28 березня 2025 року [Електронний ресурс]. – К., 2025. – 96 с.

У збірнику представлені тези з питань: актуальні проблем підготовки спортсменів, соціальні, правові та організаційно-управлінські аспекти розвитку сучасного спорту, новітні тренди оздоровчо-рекреаційної рухової активності та фізичного виховання різних груп населення..

Матеріали збірника представляють теоретичний і практичний інтерес для докторантів, аспірантів, здобувачів ступенів бакалавра та магістра, тренерів, спортсменів, викладачів, науково-педагогічних працівників, студентів.

Редакційна колегія:

Байрачний О. В., канд. фіз.виховання і спорту, доц.

Безмилов М. М., д-р. фіз.виховання і спорту, доц.

Бобровник В. І., д-р. фіз.виховання і спорту, проф.

Борисова О. В., д-р. фіз.виховання і спорту, проф.

Булгакова Т. М., канд. пед. наук, доц.

Гончаренко Є. В., канд. фіз.виховання і спорту, доц.

Гринь О. Р., канд. пед. наук, проф.

Дудорова Л. Ю., д-р. пед. наук, проф.

Кропивницька Т. А., канд. фіз.виховання і спорту, доц.

Маринич В.Л., канд. фіз.виховання і спорту, доц.

Пальчук М. Б., канд. фіз.виховання і спорту, доц.

Петренко Г. В., канд. пед. наук, доц.

Приймак М.М., канд. фіз.виховання і спорту, доц.

Прокопенко А. О., д-р. філософ. ФКС

Русанова О. М., д-р. фіз.виховання і спорту, доц.

Салямін Ю. М., канд. пед. наук, доц.

Сергієнко К. М., канд. фіз.виховання і спорту, доц.

Усиченко В. В., канд. фіз.виховання і спорту, доц.

Футорний С. М., канд. мед. наук, д-р. фіз.виховання і спорту, проф.

Шутова С. Є., канд. фіз.виховання і спорту, доц.

Яковенко О.О., канд. фіз.виховання і спорту, доц.

Тези пройшли перевірку з використанням сервісу пошуку плагіату StrikePlagiarism.

Рекомендовано Вченою радою Національного університету фізичного виховання і спорту України, протокол № 13 від 24.04.2025 р.

ЗМІСТ**РОЗДІЛІ****АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНІВ**

- БЛОНДИК М., БАЛАН Б. ФІЗИЧНА ПІДГОТОВКА ЯК КРИТЕРІЙ РАЦІОНАЛЬНОГО ВИКОНАННЯ ТАКТИКО-ТЕХНІЧНИХ ДІЙ ФУТБОЛІСТІВ В ПЕРІОД ПЕРЕХОДУ ДО ПРОФЕСІЙНИХ КОМАНД 8**
- ВНАРОВСЬКИЙ В., ШИРОКОСТУП В. НОВІТНІ ПІДХОДИ ДО ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНІВ У БАЛАНСІ МІЖ НАВАНТАЖЕННЯМ І ВІДНОВЛЕННЯМ 10**
- ГОЛУБ М., ШУТОВА С., КОПИЛ О. ОСОБЛИВОСТІ САМООЦІНКИ БАСКЕТБОЛІСТІВ В ДИТЯЧО-ЮНАЦЬКОМУ СПОРТІ 12**
- ДАДІВЕРЕН Є., БАБЕНКО Д. ЦИФРОВІ ТЕХНОЛОГІЇ У ФУТБОЛЬНОМУ ТРЕНУВАННІ 14**
- КУШНЕРЧУК С., ПРОКОПЕНКО А., КОНСТАНТИНОВСЬКА Н. ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ СТІЙКОСТІ ДО ЗМАГАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ У ТЕНІСІСТІВ ГРУП СПЕЦІАЛІЗОВАНОЇ ПІДГОТОВКИ 16**
- МАРШИНА Р., МАКСИМОВА Ю. ВДОСКОНАЛЕННЯ КООРДИНАЦІЙНИХ ЗДІБНОСТЕЙ ГІМНАСТОК ВІКОМ 8-9 РОКІВ 18**
- МЕЩЕРІНА Д., СМІРНОВА З. ФІЗИЧНІ ЯКОСТІ СПОРТСМЕНІВ ТА ЇХ ЗНАЧЕННЯ В ЛИЖНИХ ГОНКАХ НА ЕТАПІ СПЕЦІАЛІЗОВАНОЇ БАЗОВОЇ ПІДГОТОВКИ 20**
- МИХАЙЛЮК Д., МИТЬКО А., НАГОРНА В. АНАЛІЗ ТЕХНІКО-ТАКТИЧНИХ ПОКАЗНИКІВ ВИСОКОКВАЛІФІКОВАНИХ ГРАВЦІВ ВОЛЕЙБОЛЬНОЇ КОМАНДИ 22**
- НАПОЛЬСЬКИЙ В., КОНОВАЛ Ю. СУЧАСНІ ПІДХОДИ ДО ПІДВИЩЕННЯ ЕФЕКТИВНОСТІ ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНІВ У ВЕЛОСИПЕДНОМУ СПОРТІ НА ТРЕКУ 24**
- НЕДІЛЯ Д, ПУНДА К., ШУТОВА С. АНАЛІЗ РІВНЯ ТЕХНІКО-ТАКТИЧНОЇ ТА СПЕЦІАЛЬНОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ ВИСОКОКВАЛІФІКОВАНИХ БАСКЕТБОЛІСТІВ 25**
- ПЛЯМКА В., ХУРТИК Д. ОСОБЛИВОСТІ ТЕХНІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНІВ 14-15 РОКІВ В ГІРСЬКОЛИЖНОМУ СПОРТІ 27**
- САВЧЕНКО Д., СЕРЕБРЯКОВ О. СУЧАСНІ АСПЕКТИ ВИКОРИСТАННЯ РУХЛИВИХ ІГОР ПІД ЧАС ТРЕНУВАНЬ РЕГБІСТІВ У ДЮСШ 29**

ОСОБЛИВОСТІ САМООЦІНКИ БАСКЕТБОЛІСТІВ В ДИТЯЧО-ЮНАЦЬКОМУ СПОРТІ

Голуб М., Шутова С., Константиновська Н.

Національний університет фізичного виховання і спорту України, Київ, Україна

Вступ. Успішність спортсмена у великій мірі залежить не лише від його фізичних даних і технічної підготовки, але й від психологічних характеристик. Однією з важливих серед них є самооцінка — уявлення особистості про власні здібності, якості та значущість. У дитячо-юнацькому баскетболі, де формується не лише спортивна майстерність, а й особистість молодого спортсмена, самооцінка відіграє особливу роль [1, 4].

В дослідженнях у галузі баскетболу основний акцент робиться на вивчення психофізіологічних характеристик, комплексу значимих психологічних якостей та властивостей, вольових та емоційних якостей особистості, взаємовідносин між гравцями та формуванню мікроклімату у команді, проте мало уваги приділяється тому, як спортсмен сприймає себе в рамках спортивної діяльності. Проте, самооцінка спортсмена є важливим компонентом самосвідомості, що інтегрує особистісні якості та впливає на специфіку його спортивної діяльності [1, 2, 3, 4]. Тому, вивчення самооцінки юного спортсмена слід розглядати як важливий напрям у дитячо-юнацькому спорті, оскільки дозволяє виявити шляхи ефективного впливу на особистість баскетболіста, що формується, для покращення спортивних результатів.

Мета дослідження – визначення значимості та особливостей формування адекватної самооцінки у баскетболістів в дитячо-юнацькому спорті.

Методи дослідження: аналіз даних науково-методичної літератури, досвіду фахівців у сфері баскетболу, даних мережі Інтернет, систематизація та узагальнення отриманих даних.

Результати та обговорення дослідження. Аналіз та систематизація даних науково-методичної літератури, дозволив визначити особливу роль самооцінки у розвитку юного баскетболіста. При переході від початкового навчання спортивна підготовка гравців у подальшому в дитячо-юнацькому баскетболі передбачає появу загальної установки на досягнення спортивних результатів, що веде до постанови нових цілей, збільшення числа змагань, підвищення їх ранга і т. ін. На цьому етапі підготовки у юних баскетболістів змінюється режим тренування та навантаження у бік збільшення; змінюється відношення до спорту, тренувань; з'являється свідомість щодо самообмежень та жертв у інших сферах життя; виникають труднощі у поєднанні навчання у школі та тренувань і т. ін. При цьому, деякі особливості вікового розвитку у підлітковий період (статеве дозрівання, швидке збільшення зросту, підвищена стомленість, психомоторні особливості розвитку, емоційна неврівноваженість та погана непереносимість монотонної роботи, бажання самостверджуватися за рахунок інших, що призводить до конфліктності і т. ін.) створюють додаткові труднощі у спеціальній спортивній підготовці юних баскетболістів. Враховуючи те, що юні спортсмени в силу вікових особливостей недостатньо володіють засобами подолання вищезазначених труднощів, саме цьому, особистісний розвиток юних баскетболістів, які вирішили професійно спортивно удосконалюватися, пов'язаний з ускладненням умов формування у них повноцінної Я-концепції, самооцінки [3, 4].

Роботи Воронової В. І., Височіної Н. Л., Шутової С. Є. свідчать, що самооцінка впливає на мотивацію до тренувань, ставлення до поразок і перемог, рівень самодисципліни та взаємини з тренером і командою [1, 2, 4]. При чому, висока самооцінка сприяє впевненості в собі, що дозволяє спортсмену ефективніше реалізовувати свій потенціал на майданчику. Низька ж — може призводити до страху помилок, невпевненості, пасивності або навпаки — агресивності.

Результати проведеного дослідження свідчать, що у юних баскетболістів самооцінка є ще нестабільною і значною мірою залежить від зовнішніх факторів, які мають вплив на її формування:

- Думка тренера - авторитет тренера часто є визначальним чинником, що формує віру в себе або сумніви.
- Оцінка однолітків - підтримка або критика з боку товаришів по команді можуть як зміцнювати, так і підірвати самооцінку.
- Особистісні досягнення - участь у змаганнях, отримання нагород чи похвали сприяє підвищенню впевненості.
- Сімейне середовище - емоційна підтримка з боку батьків також суттєво впливає на самосприйняття юного спортсмена.
- Характерні особливості баскетболу - подолання ігрових труднощів, як специфіки виду спорту командна взаємодія, вміння працювати під тиском, швидкість прийняття рішень і т. ін. [1, 3, 4].

Важливо, щоб тренери враховували ці чинники у своїй роботі та створювали умови для розвитку адекватної самооцінки, яка базується не лише на перемогах, а й на процесі вдосконалення.

Систематизація та узагальнення даних досвіду фахівців в області баскетболу та мережі Інтернет дозволив сформулювати шляхи розвитку адекватної самооцінки у юних баскетболістів, а саме через регулярне використання позитивного підкріплення у тренувальному процесі, формування об'єктивного ставлення до власних помилок, створення умов для індивідуального прогресу та самопізнання гравців, навчання спортсменів методам саморефлексії і самоконтролю, побудову довірливих відносин між тренером і спортсменами [5].

Висновки. Самооцінка юного баскетболіста є важливим психологічним компонентом, що впливає на його спортивний і особистісний розвиток. Завдання тренерів, батьків та психологів, на основі, визначених знань особливостей формування адекватної самооцінки у баскетболістів в дитячо-юнацькому спорті — сприяти формуванню здорової, гнучкої та адекватної самооцінки, що стане основою для гармонійного поєднання повноцінного життя зі спортивними успіхами юних баскетболістів.

Список використаних джерел.

1. Височіна Н. Л. Психологічне забезпечення у системі підготовки спортсменів в олімпійському спорті : моног. Київ : «Центр учбової літератури», 2017. 384 с.
2. Воронова В. І. Психологія спорту: навч. посібник / В.І. Воронова – К.: Олимпийская литература, 2007. – 298 с.
3. Гант О. Є. Формування адекватної самооцінки тенісистів в системі їх психологічної підготовки / О. Є. Гант // J. of Physical Education and Sport ®. – 2016. – Vol. 16(2). – P. 335–339
4. Мікушев О., Шутова С. Психологічні якості та властивості, що забезпечують ефективність змагальної діяльності кваліфікованих баскетболістів різних амплуа. *Спорт та сучасне суспільство*: зб. тез доповідей XVII Міжнар. студ. наук. конф., м. Київ, 07 трав. 2024 р. / НУФВСУ. Київ, 2024. С. 32–33. URL: https://uni-sport.edu.ua/sites/default/files/vseDocumenti/zbirnyk_tez_xvii_sport_ta_suchasne_suspilstvo_13_05_24_0.pdf
5. Федерація баскетболу України. URL: <http://fbu.ua>.