

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ
І СПОРТУ УКРАЇНИ



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

*Матеріали V Всеукраїнської наукової електронної
конференції з міжнародною участю
(м. Київ, 29 жовтня 2021р., Україна)*



Київ 2022

**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 V ВСЕУКРАЇНСЬКОЇ НАУКОВОЇ ЕЛЕКТРОННОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ
З МІЖНАРОДНОЮ УЧАСТЮ
(м. Київ, 28 жовтня 2022р., Україна)**

КИЇВ – 2022

УДК 796.01+378:159.9

ББК 74.00я88

**Друкується згідно з рішенням Вченої ради Національного університету
фізичного виховання і спорту України
наказ №204 - заг. від 26.08.2022р.**

Актуальні проблеми психолого-педагогічного супроводу та розвитку суб'єктів спортивної діяльності: Матеріали V Всеукраїнської наукової електронної конференції з міжнародною участю (м. Київ, 28 жовтня 2022 р.) / Відповід. ред.: Т. М. Булгакова. – Київ, 2022. – 129с.

Збірник містить тези учасників V Всеукраїнської наукової електронної конференції з міжнародною участю «Актуальні проблеми психолого-педагогічного супроводу та розвитку суб'єктів спортивної діяльності» (28 жовтня 2022 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 конференції пройшли перевірку з використанням сервісу пошуку плагіату Unischek.

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

II. ПЕДАГОГІЧНІ АСПЕКТИ ПІДГОТОВКИ ТА РОЗВИТКУ СУБ'ЄКТІВ СПОРТИВНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

Булгакова Тетяна, Жукова Галина МЕТОДИ ГЕНДЕРНОГО ВИХОВАННЯ СУБ'ЄКТІВ СПОРТИВНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ НА СЕМІНАРСЬКИХ ЗАНЯТТЯХ ІЗ ПЕДАГОГІКИ.....	61
Булгакова Тетяна ВПРОВАДЖЕННЯ МЕТОДІВ ГЕНДЕРНОГО ВИХОВАННЯ СУБ'ЄКТІВ СПОРТИВНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ.....	62
Булгакова Тетяна РОЗКРИТТЯ УМОВ ТА МЕТОДІВ ГЕНДЕРНОГО ВИХОВАННЯ СУБ'ЄКТІВ СПОРТИВНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ.....	64
Жукова Галина, Булгакова Тетяна ПІДГОТОВКА МЕТОДОЛОГІЇ НЕФОРМАЛЬНОЇ ОСВІТНЬОЇ ДІЯЛЬНОСТІ СУЧАСНИХ СПОРТСМЕНІВ.....	65
Жукова Галина ПІДРУНТЯ НЕФОРМАЛЬНОЇ ОСВІТНЬОЇ ДІЯЛЬНОСТІ СУЧАСНИХ СПОРТСМЕНІВ.....	66
Закорко Аріна ПЕДАГОГІЧНІ АСПЕКТИ ПІДГОТОВКИ ДІВЧАТ ДО ПРОХОДЖЕННЯ СЛУЖБИ В СПЕЦІАЛЬНИХ ПІДРОЗДІЛАХ ДЕРЖАВНИХ ВІЙСЬКОВИХ ФОРМУВАНЬ УКРАЇНИ.....	67
Ковальова Наталія ПСИХОЛОГІЧНА ПІДГОТОВКА В ХУДОЖНІЙ ГІМНАСТИЦІ НА ЕТАПІ ПОПЕРЕДНЬОЇ БАЗОВОЇ ПІДГОТОВКИ.....	69
Лебедик Леся ПЕДАГОГІЧНІ АСПЕКТИ ПІДГОТОВКИ ФАХІВЦІВ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ ДЛЯ ЗАКЛАДІВ ПОЗАШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ.....	71
Нагорна Вікторія, Митько Артур, Качарова Єлизавета БІЛЬЯРДНИЙ СПОРТ В КОНТЕКСТІ ПОЗАШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ ФІЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО НАПРЯМУ.....	73
Павленко Інна ФОРМУВАННЯ ІНДИВІДУАЛЬНОГО ДОСВІДУ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖЕННЯ У СТУДЕНТІВ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ.....	75
Петренко Геннадій, Гає Антон ПСИХОЛОГІЧНИЙ СУПРОВІД НАВЧАЛЬНО-ТРЕНУВАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ НА ЕТАПІ СПЕЦІАЛІЗОВАНОЇ БАЗОВОЇ ПІДГОТОВКИ В ТЕНІСІ.....	76
Писаревський Євгеній ФІЗИЧНА ПІДГОТОВКА КУРСАНТІВ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ ЗІ СПЕЦИФІЧНИМИ УМОВАМИ НАВЧАННЯ МВС УКРАЇНИ.....	78
Ролінська Анастасія ВПЛИВ ЕМОЦІЙНОГО СТАНУ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ НА РЕЗУЛЬТАТИВНІСТЬ ЗАСВОСННЯ РУХОВИХ НАВИЧОК В ХУДОЖНІЙ ГІМНАСТИЦІ НА ЕТАПІ ПОЧАТКОВОЇ ПІДГОТОВКИ.....	80
Сиськова Марія ПРИЧИНИ КОНФЛІКТІВ МІЖ ПАРТНЕРАМИ В БАЛЬНИХ ТАНЦЯХ.....	82
Скачедуб Наталія ОСНОВНІ НАПРЯМКИ ВИКОРИСТАННЯ ІНФОРМАЦІЙНИХ ТЕХНОЛОГІЙ У ФІЗИЧНІЙ КУЛЬТУРІ ТА СПОРТІ.....	83

- забезпечення закладів вищої освіти кваліфікованими педагогічними кадрами у галузі фізичної культури та фізичної підготовки;
- формування методичної системи здорового та безпечного способу життя серед студентів.

Таким чином, здоров'я є головною цінністю людини і суспільства та належить до категорії державних пріоритетів, тому процес його збереження та зміцнення є актуальним завданням у системі вищої освіти.

1. Здоров'я як особистий, освітній і суспільний феномен. В: Успенська ВМ, редактор. Матеріали IV Всеукраїнської науково-практичної Інтернет-конференції; 2020 Лис 26; Суми. Суми: ФОП Цьома С.П.; 2020. 220 с.
2. Про активізацію діяльності закладів освіти у міжнародному проєкті «Європейська мережа Шкіл сприяння здоров'ю», упровадження предметів, проєктів, курсів здоров'яспрямованого змісту в закладах загальної середньої освіти: наказ Департаменту освіти і науки Сумської обласної державної адміністрації від 05.07.2019 № 449-ОД. [Інтернет]; [цитовано 2022 Вер 15]. Доступно: <http://www.soippo.edu.ua/index.php/naukova-robota/3002-laboratoriyazdorov-uaspryamovanoji-osviti>.
3. Про Національну стратегію розбудови безпечного і здорового освітнього середовища у новій українській школі: Указ Президента України від 25 травня 2020 року № 195/2020. [Інтернет]; [цитовано 2022 Вер 3]. Доступно: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/195/2020#Text>.

ПСИХОЛОГІЧНИЙ СУПРОВІД НАВЧАЛЬНО-ТРЕНУВАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ НА ЕТАПІ СПЕЦІАЛІЗОВАНОЇ БАЗОВОЇ ПІДГОТОВКИ В ТЕНІСІ

Петренко Геннадій, Гак Антон

Національний університет фізичного виховання і спорту України, м. Київ

Актуальність дослідження. Удосконалення підготовки в тенісі не може здійснюватися лише за рахунок збільшення інтенсивності і обсягу навантажень, покращення організації навчально-тренувального процесу та підготовки до змагань. Ефективність змагальної діяльності тенісистів багато в чому зумовлена їхньою стійкістю до емоціогенних факторів, здатністю до мобілізації на досягнення максимального результату, а також проявом вольових якостей [7].

Одним із основних завдань етапу спеціалізованої базової підготовки є поступове збільшення тренувальних і змагальних навантажень, доведення їх до величин спорту вищих досягнень [5], що передбачає збільшення психологічного впливу на підготовку тенісистів.

Але теоретичний аналіз програмного забезпечення навчально-тренувального процесу свідчить про відсутність годин для психологічної підготовки у плануванні річного циклу на етапі спеціалізованої базової підготовки, що негативно впливає на загальний стан підготовленості тенісистів.

Результати дослідження. Пріоритетні завдання психології в спорті передбачають визначення шляхів інтеграції і впровадження її досягнень у практику підготовки спортсменів, що є вкрай важливим. Слід враховувати, що професіоналізація сучасного спорту сприяла не лише вдосконаленню традиційної системи управління і підготовки спортсменів, але й зумовила суттєві зміни в уявленні про необхідність такого професійного компоненту в загальній системі підготовки спортсменів як психологічне забезпечення та супровід спортивної діяльності [2].

Характерним для сучасного тенісу є процес зростання психологічного чинника, що впливає як на ефективність тренувальної діяльності спортсменів, так і на успішні виступи на змаганнях. Спортивна підготовка відбувається в умовах значної емоційної напруженості,

дефіциту часу, недоліку відповідної інформації, фактору несподіванки, великим обсягом фізичних та психічних навантажень. Виникнення несприятливих психічних станів в умовах, що наближені до екстремальних під час навчально-тренувальної та змагальної діяльності, унеможливує виховання психічних властивостей особистості, що сприяють високій психічній стійкості, розробці засобів їх попередження та регуляції [6].

Аналіз даних досліджень щодо психологічної підготовки тенісистів показав, що спрямованість на вивчення різних сторін психологічної підготовленості та не торкаються її педагогічних аспектів. Навчально-тренувальний процес є цілісним педагогічним процесом, в якому мають бути передбачені педагогічні умови формування психологічної готовності вихованців до змагальної діяльності з урахуванням усіх компонентів психічної підготовки (мотиваційної, вольової, емоційної, інтелектуальної) [4].

Систематична робота над психологічною підготовленістю не тільки підвищує майстерність тенісистів на етапі спеціалізованої базової підготовки і дозволяє підготуватися до професійної кар'єри, а й дає можливість набути життєво важливих поведінкових навичок.

Психологічна підготовка розглядається як один із видів спортивної підготовки. Тому її, поряд з іншими видами, треба включати у планування тренувального та змагального процесів, визначити відповідні мету, форми, методи і засоби. Такий підхід спрощує вирішення організаційних завдань і структурування спортивної підготовки [4].

Психічна працездатність знижується раніше, ніж фізична, її вивчення більш інформативне про розвиток втоми, внаслідок чого можливе оперативне втручання з метою відновлення працездатності, що дозволяє коригувати навчально-тренувальний процес та підвищити ефективність спортивної діяльності методами і засобами психологічної підготовки [3].

Для успішного психологічного забезпечення підготовки спортсменів необхідно дотримуватися таких положень: рішення психологічних проблем спортсмена буде успішним, якщо психологічне забезпечення буде здійснюватися постійно, а не слугувати терміновим заходом виправлення негативних проявів психіки спортсмена; оскільки кожен етап є базою для успішного переходу спортсмена на наступні етапи, він повинен бути «випереджаючим», тобто зорієнтованим на вимоги та зміст наступних етапів підготовки; кожен етап багаторічної підготовки спортсменів має свої специфічні особливості, які і визначають конкретні завдання та зміст психологічного забезпечення [2] (табл. 1).

Таблиця 1

Задачі психологічного забезпечення на етапі спеціалізованої базової підготовки спортсменів

Психологічні особливості підготовки на етапі спеціалізованої базової підготовки	Завдання психологічного забезпечення підготовки спортсменів
- необхідність формування й вдосконалення психологічних механізмів регуляції спортивної діяльності: мотивації, цілеспрямованості, навичок аналізу значущих умов діяльності, її контрольно-оцінних компонентів, навичок самоконтролю й саморегуляції дій і психічних станів	<ol style="list-style-type: none"> 1. Формування психологічних механізмів регуляції діяльності (мотивації, планування своїх дій, підсумкового самоконтролю, дій і емоційних станів, раціональних причин пояснення успіхів і невдач). 2. Формування професійно важливих якостей психіки. 3. Розвиток психологічних передумов змагальної надійності. 4. Профілактика дисгармонії особистісного розвитку

У психологічній підготовці тенісистів рекомендовано застосовувати такі форми як психологічна консультація, психологічне навчання, психотренінг, психогігієна і психотерапія [1].

Висновок. Збільшення тренувальних і змагальних навантажень на етапі спеціалізованої базової підготовки суттєво впливають на планування спортивної підготовки тенісистів. Навчально-тренувальний процес доцільно будувати в такий спосіб, щоб психологічна підготовка розглядалася як один із основних видів спортивної підготовки з відповідними метою, методами та засобами.

1. Воронова ВІ. Психологія спорту: навч. посібник для студ. ВНЗ. Київ: Олімпійська літ.; 2007. 298 с.
2. Гринь ОР, Воронова ВІ. Система психологічного забезпечення підготовки спортсменів як проблема сучасної психології спорту. Спортивний вісник Придніпров'я. 2015;3:29-34.
3. Костюкевич ВМ. Теорія і методика тренування спортсменів високої кваліфікації: навч. посібник. Вінниця: Планер; 2007. 273 с.
4. Олійник НА, Войтенко СМ. Психологічні особливості спортивної діяльності: монографія. Вінниця: ВНАУ; 2020. 240 с.
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. Cece V, Guillet-Descas E, Martinent G. Mental training program in racket sports: A systematic review. *International Journal of Racket Sports Science*. 2020;2(1):55-71.
7. Cowden RG. On the mental toughness of self-aware athletes: Evidence from competitive tennis players. *South African Journal of Science*. 2017;113(1-2):1-6.

ФІЗИЧНА ПІДГОТОВКА КУРСАНТІВ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ ЗІ СПЕЦИФІЧНИМИ УМОВАМИ НАВЧАННЯ МВС УКРАЇНИ

Писаревський Євгеній

Дніпропетровський державний університет внутрішніх справ, м. Дніпро, Україна

Фізична підготовка в університетах МВС України нерозривно пов'язана з процесами, що відбуваються в суспільно-політичному просторі та соціально-економічному житті держави. Докорінна зміна основних рис сучасного суспільства, збільшення обсягу та складності завдань, що покладаються на правоохоронні органи, зростання злочинності змушують пояснити необхідний рівень готовності до виконання покладених на них завдань.

Досвід правоохоронних органів показує, що недооцінка важливості фізичної підготовленості персоналу часто призводить до травм, поранень і смерті працівників правоохоронних органів під час виконання службових обов'язків. Вищезазначений негативізм з'являється в житті правоохоронців через недостатню юридичну освіту та низьку соціальну захищеність, а також у разі відсутності необхідних навичок застосування заходів фізичного впливу, вогнепальної зброї та спеціальних заходів. Крім того, слід зазначити, що при виконанні покладених на них завдань також важливо дотримуватися заходів безпеки та раціональної та єдиної тактики дій.

Для досягнення мети дослідження в контексті визначення основних напрямів удосконалення фізичного виховання майбутніх офіцерів у системі вищої освіти МВС України необхідно запровадити:

- 1) удосконалення змісту та форм фізичного виховання курсантів з урахуванням специфіки майбутньої службової діяльності;
- 2) комплексні заходи фізичної, вогневої та тактико-спеціальної підготовки на основі вдосконалення міжпредметних зв'язків;