

43. Fryer Simon Giles, Dave Garrido, Inma De la O, Alejandro Vanesa, España-Romero. Hemodynamic and Cardiorespiratory Predictors of Sport Rock Climbing Performance. The Journal of Strength and Conditioning Research. 2017; 32: 10.1519/JSC.0000000000001860.
44. Galchinskaya LA. The main factors that influence sports outcomes in a speed climbing. Young sports science. 2008; V. 2: 61-63.
45. Kravchuk TA. Development of a morphofunctional model of climbers, Theory and Practice of Applied and Extreme Sports. 2008; 2(14): 21-23.
46. Hamilton N. Investigating the differences between beginners and advanced climbers // XXV ISBS Symposium 2007. Ouro Preto – Brazil. 2007: 587-590.
47. Schweizer Andreas , Furrer M. Correlation of forearm strength and sport climbing performance. Isokinetics and Exercise Science. 2007; 15: 211-216. doi.org/10.3233/IES-2007-0275.

**Цитування на цю статтю:**

Уварова НВ. Системна характеристика досліджень у спортивному скелелазінні. Вісник Прикарпатського університету. Серія: Фізична культура. 2019 Лют 26; 32: 134-145.

**Відомості про автора:**

*Уварова Настасія Володимирівна* – старший викладач, Національний аерокосмічний університет ім. М.Є. Жуковського (Харків, Україна)  
e-mail: Nastasjya.u@gmail.com  
<https://orcid.org/0000-0002-7495-0717>

**Information about the author:**

*Uvarova Nastasiia Volodymyrivna* – lecturer, National Aerospace University (Kharkiv, Ukraine)

УДК 316.74

doi: 10.15330/fcult.32.145-149

*Ігор Фольварочний, Олександр Бідний*

**ФАХОВИЙ СУПРОВІД МАЙБУТНІХ СПЕЦІАЛІСТІВ  
СПОРТИВНОГО ПРОФІЛЮ**

*Мета статті полягає у визначенні організаційних складових психолого-педагогічного супроводу формування фахових компетенцій магістрів сфери фізичного виховання і спорту. У процесі формування дослідницьких завдань, виникла необхідність у проведенні експериментального дослідження. Було обстежено 57 студентів магістрів НУФВСУ. В процесі дослідження (інтерв'ювання) були застосовані метод мозкової атаки та дискусії.*

*Серед дискусійних питань, які потребують подальшої розробки – технологія реалізації тьюторського підходу підготовки магістрів, яка передбачає: реалізацію в процесі навчання комплексного підходу до підготовки спеціаліста-консультанта, менеджера та фасилітатора, що виражається у врегулюванні та узгодженні різноманітних навчальних та виховних проблем.*

*В центрі уваги дослідницької роботи – різноманітні психолого-педагогічні функції управління навчальним процесом (діагностична, мотиваційна, комунікативна, методична).*

**Ключові слова:** *інтерес до наукової роботи, фаховий досвід, наукове становлення, пошук наукового напрямку.*

*Professional development of sport specialists is corresponding with psychological and pedagogical support, having in mind the focus of qualified teachers, psychologists, trainers, instructors etc. However, the problem of development of competencies in the period of education in higher institution is not enough studied. First of all – the problem of formation scientific background of future specialists during the period of university training.*

*The process of preparation future specialists is a long time period and for this reason person could be under influence of different negative factors. In order to prevent and avoid these issue, in the article main accent was made on elements of tutor system in professional training: popularization of civic education conception, using different possibilities of psychological and pedagogical disciplines.*

*We examined 57 students of master degree. During the research process the following methods were used: the method of brain attack, discussion, cooperation training, portfolio, method of discussion. In order to determine the value system of students, the impact of various forms and methods of psychological and pedagogical support, a questionnaire survey of 5th year students was organized.*

*As was found: professional education study process at university is a problem of formation vital values and orientations via formal, informal and informal education. It takes place during student educational activities, but is not structured enough and is therefore largely spontaneous (in terms of learning goals, methods and forms) and need to be reformed, using modern international experience, psychological and pedagogical methods and forms). For this reason teaching staff of the National University of Ukraine on Physical Education and Sport pays considerable attention to the development of practical training courses. Among the various disciplines directly related to the issues of psychological and pedagogical support include: psychology of sports and pedagogical interaction, individual psychological features of the personality of the trainer-teacher, components of pedagogical skill of a sports teacher, psychological problems of socialization; psychodiagnostics in sport, psycho-regulation in sport, psychological modeling characteristics of athletes training, visual psychodiagnostics, motivation in sports, psychological support of training of athletes.*

**Key words:** *interest in scientific work, professional experience, scientific formation, search of scientific direction, civic activity.*

### **Постановка проблеми й аналіз результатів останніх досліджень.**

Наукове становлення майбутніх дослідників у сфері фізичної культури, психології та педагогіки спортивної діяльності відбувається, насамперед, в магістратурі. Враховуючи недостатню дослідженість даної проблеми для майбутніх тренерів та спеціалістів у галузі фізичного виховання і спорту, зупинимось на деяких важливих аспектах її актуальності та питанні психолого-педагогічного супроводу. Фахове становлення магістрів у процесі вузівського навчання – проблема співвідношення процесів пізнання, формування життєвих ціннісних орієнтацій та навчання засобами формальної, неформальної та інформальної освіти.

Згідно досліджень В. Петровської та А.Маліновського, які вивчали проблему формування іміджу тренера з футболу, до індивідуально-психологічних рис тренера включені такі елементи професійного іміджу: мотиваційні (5,82%); організаційні (17,97%); когнітивні (9,98%); емоційні (3,33%); стресостійкість (5,16%); моральні (12,15%); вольові (3,16%); психомоторні якості (1,33%) [6, с. 138]. Успішність наукової адаптації в студентські роки визначають подальшу самореалізацію особистості в науці та спорті [5, с. 104-111], як процес розкриття та реалізації фахових здібностей, творчих можливостей спортсмена. Особливого значення набуває проблема формування педагогічної майстерності спортивного педагога на етапі магістерського навчання [3, с. 25-27]. В процесі фахового зростання майбутнього науковця відводиться важливе місце застосуванню різноманітних відеоаналізуючих систем, що використовують як стандартні та спеціалізовані високошвидкісні відеокамери [4, с.13-16].

Отже, фахове становлення магістрів відбувається на протязі щоденної навчальної діяльності, але є недостатньо структурованим і тому здебільшого спонтанним (в сенсі цілей навчання, методів та форм, його часу).

**Мета дослідження** – полягає у визначенні організаційних складових психолого-педагогічного супроводу формування фахових компетенцій магістрів сфери фізичного виховання і спорту.

**Методи й організація дослідження.** У процесі формування дослідницьких завдань, виникла необхідність у проведенні експериментального дослідження. Нами було обстежено 57 студентів магістрів НУФВСУ. В процесі дослідження (інтерв'ювання) були застосовані метод мозкової атаки та дискусії.

З метою визначення системи цінностей студентів, впливу різноманітних форм і методів психолого-педагогічного супроводу було організовано анкетувальне опитування студентів 5 курсів навчання. За своїм змістом анкета включала питання, які були розподілені на груп, що визначали ставлення студента до навчального процесу, загальнолюд-

ських цінностей, особистісного фізичного та подальшого фахового розвитку, професійної кар'єри, подальшої науково-дослідницької роботи і фізичного самовдосконалення.

**Результати і дискусія.** Досліджуючи життєві цінності студентів – спортсменів (на прикладі підготовки студентів-футболістів) ми прийшли до переконання, що серед них важливе місце займають: підтримка рівня здоров'я та дотримання умов його збереження, орієнтація на подальшу спортивну кар'єру в обраній галузі, підтримка ділових стосунків з тренером, сімейні та родинні цінності.

В процесі написання магістерського дослідження, присвяченого особливостям сприйняття та формування особистості тренера студентами-футболістами, було виявлено, що однією з найважливіших проблем, які постають у викладачів НУФВСУ (зокрема, кафедри футболу) – це комплексне, психолого-педагогічне забезпечення супроводу процесу навчання та підготовки до майбутньої кар'єри футбольних тренерів. Підготовка цих спеціалістів у зазначеній сфері здійснюється із вивченням тактичних, психолого-педагогічних особливостей спортсменів. Тренер – фахівець в футболі, це, насамперед, психолог та керівник-управлінець процесом тренування спортсменів, оскільки він здійснює навчально-тренувальну роботу, спрямовану на виховання, навчання і вдосконалення майстерності, розвиток функціональних можливостей своїх підопічних.

Серед важливих якостей спеціаліста: бажання експериментувати і накопичувати новий досвід, свобода від самообмежень, гнучкість і незалежність мислення і дій, висока творча енергія, здатність концентрувати свої творчі зусилля, прагнення вирішувати все більш важкі педагогічні завдання

Психомоторні якості, на нашу думку, особливо необхідні тренеру. Багато вправ, які він повинен демонструвати спортсменам, вимагають великої фізичної сили, гнучкості, швидкості реакції. З віком фізичні якості мають тенденцію до регресу, тому постійною турботою тренера є підтримка їх на необхідному рівні. А це пов'язано з дотриманням рухового режиму, спостереженням за своїм здоров'ям та режимом харчування.

У ході дослідження було з'ясовано, що однією з найважливіших якостей футбольного тренера є стресостійкість, яка дає можливість уникати стрес, шляхом перегляду власного ставлення до ситуації. Відповідно тренер повинен гарно аналізувати конфліктну ситуацію та знаходити правильний вихід з неї.

Комунікативні якості, до яких відносяться товариськість, ввічливість, доброзичливість і ряд інших, допомагають тренеру встановлювати контакт з учнями в процесі спілкування і тим самим сприяють успіху виховної роботи тренера. До цих якостей відноситься і педагогічний такт.

Вольові якості мають велике значення для успішної діяльності тренера (витримка, наполегливість, терплячість, рішучість, сміливість). У ході нашого дослідження ми довели, що без цих рис жоден успішний тренер не може ефективно функціонувати.

Серед дискусійних питань, які потребують подальшої розробки – технологія реалізації тьюторського підходу підготовки магістрів, яка передбачає: реалізацію в процесі навчання комплексного підходу до підготовки спеціаліста-консультанта, менеджера та фасилітатора, що виражається у врегулюванні та узгодженні різноманітних навчальних та виховних проблем.

В центрі уваги подальшої дослідницької роботи (магістерське дослідження) – різноманітні психолого-педагогічні функції управління навчальним процесом (діагностична, мотиваційна, комунікативна, методична), спрямовані на комплексне забезпечення психолого-педагогічних умов особистісного та професійного розвитку майбутніх тренерів у сфері футболу.

## Висновки

Супровід розвитку наукових інтересів магістрів – система психолого-педагогічних заходів, здійснюваних педагогом чи психологом, спрямована на ефективну комунікацію зі спортсменом впродовж навчання в магістратурі: надання йому фахової консультативної допомоги й підтримки в становленні та виборі подальшої професійної кар'єри. Серед важливих завдань фахової підготовки та психолого-педагогічного супроводу магістрів сфери спортивної галузі з боку викладацького складу: консультативна допомога та сприяння у пошуку власного вектору дослідницької діяльності.

Психолого-педагогічний супровід і впровадження у навчальний процес інноваційних технологій – організаційні передумови професійного становлення фахової компетенції магістра, спрямовані на створення відповідних умов для успішного навчання і психологічного розвитку спеціаліста.

1. Імас Є, Борисова О, Когут І. Особливості змісту професійної підготовки фахівців сфери фізичної культури та спорту щодо роботи з особами з інвалідністю. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві. 2016; (3): 17-25.
2. Дутчак М, Баженов Є. Теоретичний аналіз дефініції “Оздоровчо-рекреаційна рухова активність” / М. Дутчак. Спортивна наука України. 2015; № 5: 56-63.
3. Петровська ТВ. Формування педагогічної майстерності спортивного педагога на етапах професійного становлення. Молодіжний науковий вісник Східноєвропейського національного університету ім. Лесі Українки. Серія: Фізична культура і спорт. Випуск 21, Луцьк, Східноєвропейський національний університет ім. Л. Українки. 2016: 25-30.
4. Актуальні проблеми фізичної культури, спорту, фізичної терапії та ерготерапії: біомеханічні, психофізіологічні та метрологічні аспекти: Матеріали I Всеукраїнської електронної науково-практичної конференції з міжнародною участю (Київ, 17 травня 2018 р.) / ред. Г.В. Коробейніков, В.О. Кашуба, В.В. Гамалій. К.: НУФВСУ; 2018: 253 с.
5. Нежкіна ЛЮ, Молонов ГЦ, Лебединский ВЮ. Педагогическое сопровождение личности в спорте как условие успешной адаптации и самореализации после завершения спортивной деятельности. Вестник Бурятского государственного университета. Педагогика. Улан-Удэ. 2011; (1): 104-11.
6. Петровська Т, Малиновський А. Соціально психологічні складові іміджу спортивного тренера як суб'єкта спортивної діяльності. Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова : [зб. наук. праць] / М-во освіти і науки України, Нац. пед. ун-т ім. М. П. Драгоманова. Серія 15 : Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). Київ: Вид-во НПУ ім. М. П. Драгоманова. 2016; 4 (74): 74-7.

## References

1. Imas Ye, Borysova O, Kohut I. Osoblyvosti zmistu profesiinoi pidhotovky fakhivtsiv sfery fizychnoi kultury ta sportu shchodo roboty z osobamy z invalidnistiu. Fizychnе vykhovannia, sport i kultura zdorovia u suchasnomu suspilstvi. 2016; (3.): 17-25.
2. Dutchak M. Bazhenkov Ye. Teoretychnyi analiz definitsii “Ozdorovcho-rekreatsiina rukhova aktyvnist”. Sportyvna nauka Ukrainy. 2015; (5.): 56-63.
3. Petrovska TV. Formuvannia pedahohichnoi maisternosti sportyvnoho pedahoha na etapakh profesiinoho stanovlennia. Molodizhnyi naukovyi visnyk Shhidnoievropeiskoho natsionalnoho universytetu im. Lesi Ukrainky. Serii: Fizychna kultura i sport. Vypusk 21, Lutsk, Shhidnoievropeyskyi natsionalnyi universytet im. Lesi Ukrainky. 2016: 25-30.
4. Aktualni problemy fizychnoi kultury, sportu, fizychnoi terapii ta erhoterapii: biomekhanichni, psykhofiziologichni ta metrolohichni aspekty: Materialy I Vseukrainskoi elektronnoi naukovo-praktychnoi konferentsii z mizhnarodnoiu uchastiu (Kyiv, 17 travnia 2018 r.). K. : NUFVSU. 2018: 253 s.
5. Nezhkyna LYu. Pedahohycheskoe soprovozhdenye lichnosty v sporte kak uslovye uspeshnoi adaptatsyy u samorealizatsyy posle zaversheniya sportyvnoi deiatelnosti. Vestnyk Buriatskoho hosudarstvennoho unyversyteta. Pedahohyka. 2011; (1): 104-11.
6. Malynovskyi AI, Petrovska TV. Sotsialno psykhologichni skladovi imidzhu sportyvnoho trenera yak sub'iekta sportyvnoi diialnosti. Naukovyi chasopys Natsionalnoho pedahohichnoho universytetu im. M.P. Dragomanova. Naukovo-pedahohichni problemy fizychnoi kultury. 2016; 4 (74): 74-7.

**Цитування на цю статтю:**

Фольварочний ІВ, Бідний О. Фаховий супровід майбутніх спеціалістів спортивного профілю. Вісник Прикарпатського університету. Серія: Фізична культура. 2019 Лют 26; 32: 145-149.

**Відомості про автора:**

**Фольварочний Ігор Васильович** – доктор педагогічних наук, доцент, Національний університет фізичного виховання і спорту України (Київ, Україна)

e-mail: igor.folv@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0002-9369-0199>

**Бідний Олександр** – магістр, Національний університет фізичного виховання і спорту України (Київ, Україна)

e-mail: alexanderbidnyi@ukr.net

**Information about the author:**

**Folvarochnyi Ihor Vasylovych** – Doctor of Education, Associate Professor (Ph. D.), National University of Ukraine on Physical Education and Sport (Kyiv, Ukraine)

**Bidnyi Oleksandr** – master, National University of Ukraine on Physical Education and Sport (Kyiv, Ukraine)

УДК 796.894: 613.8

doi: 10.15330/fcult.32.149-158

Олена Ханікянц

## ПОШИРЕНІСТЬ, МОТИВИ ТА ОСОБЛИВОСТІ ЗАНЯТЬ АТЛЕТИЧНОЮ ГІМНАСТИКОЮ СЕРЕД ОСІБ РІЗНОГО ВІКУ І СТАТІ

*Мета.* У роботі з'ясовано поширеність, мотиви та особливості занять атлетичною гімнастикою серед чоловіків та жінок різного віку. *Методи.* Для розв'язання зазначеної мети використувалися такі методи дослідження: аналіз та узагальнення матеріалів вітчизняної та зарубіжної науково-методичної літератури, Internet ресурсу, періодичних видань тощо; опитування (анкетування та опитування); методи статистичної обробки даних. *Результати.* Встановлено, що основними мотивами вибору атлетичної гімнастики для отримання оздоровчого ефекту є порада батьків; рекомендації друзів і знайомих; бажання фізичного удосконалення. З'ясовано проблеми які виникають під час занять атлетичною гімнастикою і причини припинення занять впродовж перших декількох років. В ході дослідження виявлені певні вікові відмінності у методиці, яку використовують представники різного віку (тривалість окремих частин тренувального заняття, співвідношення вправ для різних груп м'язів, величина обтяжень). *Висновок.* Сучасна молодь активно цікавиться здоровим способом життя і одним із засобів, що дозволяє отримати оздоровчий ефект та удосконалити свої фізичні можливості обирає атлетичну гімнастику.

**Ключові слова:** атлетична гімнастика, силові вправи, мотиви, молодь, методика занять.

*The article deals with the motivation force according to physical improvement by athletic gymnastic methods. It was also investigated the experience of application of force exercises with recreational aim.*

*In order to reach the goal different methods were used such as analysis and generalization of domestic and foreign scientific-methodological literature; the Internet sources, periodical editions, survey (questioning and interview); methods of statistic data processing.*

*Modern youth is actively interested in healthy lifestyle; accordingly the opportunity to train with the optimally designed program without time and money wasting in the private fitness centres is relevant a lot. The majority of those who does sport with recreational goal stop their activity within two years because of thoughts that there is no sense in such classes. These people are confident in the level of their health and physic condition is pretty much enough, they think. Some reasons are typical laziness, lack of time and money, the result is not as was expected before. What is more, some of them may have a thought it has harm for health. The results allow formulating main problems, which were faced by participants in the process of training. Among them are using inappropriate load according to physical and physiologic opportunities of their organism. There also exist difficulties with acquirement exercise techniques, choosing optimal training program, lack of motivation because of changing typical way of spending the day (changes in daily timetable, nutrition, relatives' and friends' misunderstanding, additional cost ext.). What is more, there can be some old injuries or recently received new.*

*It is formulated changes in the methodical of classes' organization, equipment exploitation and methods of training according to age and experience of the particular respondent.*

**Key words:** athletic gymnastics, force exercises, youth, motivation, training technique.