

нічії (12.5 %). Індивідуальна результативність становила «-14». Найкраще спортсменка проявила себе на позиції другого номера.

У Кривицької О. загалом в активі було 60 боїв (спортсменку часто заміняли), 21 перемога (35.0 %), 28 поразок (46.6 %) та 11 нічиїх (18.4 %). Індивідуальна результативність Кривицької О. краща, ніж у Почкалової А. Загалом Кривицька О. нанесла 194 уколи. Аналіз результативності змагальної діяльності Кривицької О. продемонстрував, що вона є більш пасивним учасником у порівнянні з іншими спортсменками. Наприклад, Пантелєєва К., яка провела майже в два рази менше боїв, ніж Кривицька (35), зуміла нанести 177 уколів. Індивідуальна результативність останньої склала «+22». Загалом в активі Пантелєєвої К. 35 перемог (37.1 %), 17 поразок (48.5 %) та п'ять нічиїх (14.2 %).

Найменшу кількість боїв провели дві спортсменки – Бєжуря Ф. та Івченко А. (24 та 10 боїв відповідно). Це пов'язано із нестабільним залученням до командних змагань, так як ці спортсменки виходили переважно на заміну. В активі Бєжуря Ф. сім перемог (29,1 %), 14 поразок (58,4 %) та три нічії (12,5 %). При індивідуальній результативності «-20» спортсменка нанесла 82 уколи. Водночас Івченко А. нанесла 31 укол, здобула дві перемоги (20.0 %), сім поразок (70.0 %) та одну нічию (10.0 %). Індивідуальна результативність склала «-13».

**Висновки.** Специфіка командних змагань у фехтуванні вимагає застосування певної тактичної схеми, сформованої на основі аналізу показників змагальної діяльності та індивідуальної результативності на певній позиції (черговості виступу упродовж зустрічі) спортсменок під час поєдинків з командами-суперницями.

Найбільш результативною спортсменкою упродовж сезону 2014-2015 рр. у командних змаганнях визнано Шемякіну Я., на що вказала її індивідуальна результативність – «+93».

На позиції першого номеру у командних змаганнях найбільш результативною спортсменкою є Шемякіна Я. («+93»). На позиції другого номеру – Пантелєєва К. («+10») та Кривицька О. («+7»). На позиції третього номеру – Пантелєєва К. («+8»).

**Перспективи подальших досліджень** полягають у визначенні індивідуальної результативності провідних фехтувальниць світу у командних змаганнях та порівнянні її з аналогічними показниками спортсменок, залучених до національної збірної команди України.

#### Література:

- Бакум А.В. Современные тенденции технической подготовки фехтовальщиков / Бакум А. В. // Педагогика, психология та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2011. – № 8. – С. 12
- Бусол В.А. Фехтування. Навчальна програма для ДЮСШ, СДЮШОР, ШВСМ. / Бусол В. А. – К., 2006. – 43 с.
- Задорожна О. Теоретична підготовка фехтувальників: стан та перспективи наукових досліджень / Задорожна Ольга // Спорт та сучасне суспільство: матеріал. V відкритої студ. наук. конф. – К. : Інтер-Сервіс, 2012. – С. 12-15.
- Смирновський С. Структура та зміст техніко-тактичних дій висококваліфікованих фехтувальників на шпагах / Смирновський Сергій // Спорт та сучасне суспільство: матеріал. VII відкритої студ. наук. конф. – К. : Інтер-Сервіс, 2014. – С. 160-165.
- Спортивное фехтование : учеб. для вузов физической культуры / под общ. ред. Д. А. Тышлера. – М. : Физкультура, образование и наука, 1997. – 385 с.
- Guittet M. Canadian Fencing Federation. Long Term Athlete Development / M. Guittet, M. Palmi. – Canada, 2010. – 35 p.
- Pitman B. Fencing: Techniques of Foil, Epee and Saber / Brian Pitman. — Marlborough Wiltshire, Crowood press Ltd. Ramsbury, NY, USA, 2004 — 340 p.
- Price R. G. Weight Training in Fencing / Robert G. Price. — Cleveland: Price World Enterprises, 2003. — 186 p.
- Reglements technique. – Paris : Federation Internationale D'escrime, 2008. – 160 p.
- Smith J. J. The techniques and tactics of modern foil fencing / J. J. Smith // Summers dale Publishers – Chichester, 2003. – 174 p.
- Rogers E. Essential Skills Training / Ed Rogers. — Marlborough Wiltshire, Crowood press Ltd. Ramsbury, 2003. — 286 p.

**Захарова И.Ю.**

**Национальный технический университет Украины  
Киевский политехнический институт им. Сикорского И.И.**

#### ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ МОЛОДЕЖИ

*Статья является попыткой методом теоретического анализа показать формирование психолого-педагогических основ физического воспитания молодежи. Дается общая характеристика приобщения молодежи к занятиям физической культурой и спортом. Акцентируется внимание на особенностях проведения занятий, которые играют значительную роль в формировании позитивного отношения студентов к занятиям физической культурой.*

**Ключевые слова:** занятия физической культурой и спортом, туризм, мотив, реализованные интересы, эмоции.

*В статті наводиться метод теоретичного аналізу формування психолого-педагогічних основ фізичного виховання молоді. Дається загальна характеристика залучення молоді до занять фізичною культурою та спортом. Акцентується увага на особливостях проведення занять, які грають значну роль у формуванні позитивного відношення студентів до занять фізичною культурою.*

**Ключові слова:** заняття фізичною культурою і спортом, туризм, мотив, реалізовані інтереси, емоції.

*At bringing up active positive relation to lessons on physical culture and sport the paramount meaning has forming according motives for youth. This process has two stages: "from below to top" and "from top to below". On the first stage spontaneously turned out*

or specially organized conditions of physical and culture activities satisfy certain demands at selective manner. If it is systematically according motives appear and strengthen.

The second stage acts during mastering a human motives presented to him at prepared forms. A trained human has to gradually turn these motives from understood motives to really acting motives. Explaining an essence of motives as well as their relation between each other and demands reliefs pupils internal content work as well as saves from spontaneous search of mistakes and from wrong selection of kind of sport or a form of lessons on physical culture.

So the first mechanism is stimulated with the help of changing external conditions of physical culture and sport activities (a methodics, selection of physical exercises etcetera); the second mechanism is stimulated with the help of changing personal atmosphere with the help of giving a meaning demands and turning them into motives.

Full value forming motives is possible under simultaneous action of both mechanisms. At real conditions it takes place; it is possible a prevalence of some of them.

During joining youth to lessons on physical culture and sport the first mechanism is the more productive; the second mechanism is better used a little lately when there are direct lessons.

**Key words:** lessons on physical culture and sport, tourism, a motive, realized interests, emotions.

**Актуальность.** В воспитании активного положительного отношения к занятиям физической культурой и спортом первостепенное значение приобретает формирование у молодежи соответствующих мотивов. Этот процесс включает в себя два механизма – «снизу вверх» и «сверху вниз». При первом стихийно сложившиеся или специально организованные условия физкультурно-спортивной деятельности удовлетворяют те или иные потребности избирательно. Если это происходит систематически, возникают и укрепляются соответствующие мотивы.

Второй механизм, «сверху вниз», действует при усвоении человеком предъявляемых ему мотивов в готовой форме, они по замыслу преподавателя или тренера должны у него тренироваться. Занимающийся должен постепенно превратить эти мотивы из понимаемых в реально действующие. Объяснение сути мотивов, их соотношение между собой и потребностями облегчает воспитателю внутреннюю смысловую работу, избавляет от стихийного поиска ошибок, от неправильного выбора вида спорта или формы занятий физической культурой [1.5.7]

Таким образом, первый механизм стимулируется изменением внешних условий физкультурно-спортивной деятельности (методики, подбора физических упражнений и пр.), второй – изменением внутриличностной атмосферы через осмысление потребностей и превращение их в мотивы. Полноценное формирование мотивов возможно при синхронном действии обоих механизмов. В действительности она так и бывает, хотя в какие-то периоды один может преобладать.

Во время приобщения молодежи к занятиям физической культурой и спортом наиболее продуктивен первый механизм – «снизу вверх», второй лучше подключать несколько позже, уже в период непосредственных занятий. Оба механизма имеют достоинства и недостатки. Основным недостатком первого механизма в том, что даже специально организованный педагогом процесс тренировок может не принести ожидаемого успеха в формировании мотивов. Его придется дополнять вторым, объясняя воспитанникам смысл и необходимость формирования нужных навыков [3.4.5]

Недостаток второго механизма в вероятности чисто формального усвоения требований. В цепи побуждения молодежи к занятиям физической культурой, спортом и туризмом довольно значимое звено – интересы. В интересах отражаются потребности человека и средства их удовлетворения. В структуре интереса различают три основных компонента: эмоциональный, познавательный и поведенческий.

Эмоциональный мотив обязателен для любого интереса, он связан с потребностью (ее удовлетворением или неудовлетворением), выражается в том, что человек всегда испытывает определенные чувства, положительные или отрицательные эмоции к объекту или деятельности.

Основные показатели эмоционального компонента: удовольствие; удовлетворенность; величина потребности; оценка личной значимости; удовлетворенность физическим «Я».

Познавательный мотив связан с осознанием свойств объекта, пониманием его пригодности для удовлетворения потребностей. Его показатели: убежденность в пользе занятий физической культурой и спортом; признание (глубокое осознание) личной необходимости занятий; определенный уровень знаний; стремление к познанию и расширению знаний [2.6]

Поведенческий мотив – решающий для реализации мотивов и целей непосредственной деятельности. В нем активно отражаются наиболее рациональные способы удовлетворения потребностей. Интересы в зависимости от активности поведенческого компонента могут быть реализованными и нереализованными.

**Цель исследования.** Анализ научных течений отечественной и зарубежной психологий в исследованиях физического воспитания молодежи. Актуальность и безусловно практическое значение послужит предпосылками для проведения нашего исследования.

**Методы исследования.** Системный теоретико-методологический анализ проблемы. Анализ научных работ, концептуальных основ современных представлений о физическом воспитании молодежи.

**Результаты исследований.** Реализованные интересы – это когда объективная потребность в занятиях физкультурой или определенным видом спорта удовлетворяется в практике. Чаще всего реализуется организовано (в спортивной секции или физкультурной группе, спортивно-массовых мероприятиях, под руководством специалиста) или самостоятельно (индивидуально или в самодеятельной группе без руководителя). Нереализованные интересы – это практически неудовлетворенная объективная потребность в занятиях физической культурой или определенным видом спорта. О наличии интереса можно судить по некоторым показателям поведения молодежи: интеллектуальной активности, эмоциональным и волевым проявлениям, свободе выбора деятельности.

Интеллектуальная активность молодежи проявляется в стремлении постичь причинно-следственные связи движений, понять значение физической культуры и спорта в жизни человека. Показателем уровня развития познавательного интереса является активное оперирование уже приобретенными знаниями и умениями, стремление к товарищескому обмену знаниями. Эмоциональные проявления – постоянный признак интереса. Выражается в положительном отношении к занятиям. Свободный выбор физкультурно-спортивных занятий свидетельствует о наличии у человека действенного интереса.

Интересы обычно возникают на основе тех мотивов и целей физкультурно-спортивной деятельности, которые связаны: а) с удовлетворением процессом занятий физкультурой и спортом (динамичность, эмоциональность, новизна, разнообразие, общение и т.д.); б) результатами занятий (приобретение новых знаний, умений и навыков, овладение двигательными действиями, испытание себя, преодоление больших нагрузок, улучшение результата, получение спортивного разряда и многое другое); в) перспективой занятий (физическое совершенствование и гармоническое развитие, воспитание двигательных и личностных качеств, укрепление здоровья, повышение мастерства).

У студентов без определенных целей в физкультурно-спортивной деятельности не отмечается и достаточного интереса к ней: мотивы и цели в единстве определяют направленность интереса; молодежь в большинстве случаев предпочитает реализовать интересы через самостоятельные и организационные занятия в вузе.

Интересы к физическому воспитанию различаются, во-первых, по содержанию, что определяется особенностями объектов, на которые направлены интересы, и потребностями, которые требуют удовлетворения (интерес к подвижным играм, упражнениям, направленным на развитие физических качеств и др.).

Рассматривая интересы к занятиям физической культурой и спортом, обычно различают непосредственные и опосредованные интересы. Непосредственный – интерес к самому процессу физкультурной деятельности, знания, овладению знаниями, умениями, навыками, двигательными качествами и т.д. Опосредованный – интерес к результатам деятельности: приобретенных профессиональных качеств определенного статуса по морально-волевым, деловым, лидерским и другим качествам. Наиболее благоприятно оптимальное соотношение непосредственных опосредованных интересов.

Интересы к физическому совершенствованию различаются и по уровню действенности (активные и пассивные). Интересы могут также быть широкими и узкими, глубокими и поверхностными, устойчивыми и неустойчивыми. В практической работе следует учитывать три уровня развития интереса. Низкий, элементарный уровень – непосредственный интерес к новым фактам и видам деятельности. Характеризуется эпизодичностью. Если не создать стимулирующих условий для занятий интерес не разовьется и может угаснуть.

При среднем уровне развития интереса молодежь побуждается к деятельности положительными эмоциями, связанными с выполнением физических упражнений. Отдельные положительные переживания обобщаются и становятся эмоционально положительными отношениями; интерес закрепляется и становится устойчивым. Особенно это проявляется при успешных выступлениях на соревнованиях или при овладении сложными движениями.

Высокий уровень развития интереса побуждает студента к систематическим занятиям физическим воспитанием и познавательной активности. Основная задача педагогов – формировать у них активные интересы, которые отличаются большим разнообразием, глубиной и устойчивостью.

Для педагогической практики важно определить условия и резервы повышения активности и инициативности студенческой молодежи в занятиях физической культурой и спортом, установить уровни потребности в физическом самосовершенствовании, наметить пути ее дальнейшего формирования.

Критерием сформированности потребности принято считать такой уровень самосознания, который активно направляет деятельность на физическое совершенствование, здоровый образ жизни, обеспечивает выполнение функциональных и профессиональных функций члена общества.

Потребность в физическом самосовершенствовании не является сама по себе, а воспитывается в учебном процессе, в семье и т.д.

В формировании потребности следует стремиться к скорейшему преодолению низших ее уровней – пассивного и ситуационного – и стремиться к стабилизации высшего – активно-двигательного. Лишь тогда можно будет говорить о зрелой, развитой в физическом отношении личности. Специалисты по физической культуре и спорту должны проводить постоянную и кропотливую работу по воспитанию необходимой мотивации у своих учеников.

Ориентироваться на перспективы, резервы и задачи развития мотивов на каждом курсе, опираться на реальный уровень мотивов, сложившихся на предыдущем этапе, предполагать ближайшие и далекие перспективы. Вовлекать студентов в активные формы физкультурно-спортивной деятельности (утреннюю гимнастику, занятия в режиме дня и пр.).

Считать занятия физкультурой и спортом успешными, если удалось с их помощью воспитать личность, движимую системой действенных спортивных и физкультурно-оздоровительных мотивов (где доминируют социально значимые мотивы с коллективной направленностью), умеющие реализовать эти мотивы через самостоятельную постановку гибких конкретных и перспективных целей, т.е. обладающую высоким уровнем целеустремленности, имеющую активную жизненную позицию и способную включаться в общественно полезный труд.

Активное отношение к физкультурно-спортивной деятельности делает молодых людей творцами своей мотивационной сферы, объектом самосовершенствования и самовоспитания. Понятно, что не у всех складывается необходимый уровень активности, но стремиться к этому надо.

Возможны следующие направления в работе педагога по формированию мотивации к физическому воспитанию молодежи: актуализация старых мотивов, формирование приемов преобразования.

С каждым занимающимся необходимо последовательно отработать постановку разных целей – ближайших и перспективных, более трудных, но реально достижимых, соответствующих его возможностям.

При отработке целей можно прибегнуть к таким известным в спортивной практике явлениям, как «плюс - мотивация» и

«минус – мотивация». Суть первого состоит в том, что после определенного успеха занимающийся готов к решению последующих трудных задач. Суть второго – в обратном: неудачный результат или ошибка не стимулирует деятельность спортсмена. В данном случае целеобразование обнаруживает связь с предыдущими результатами и тем самым с динамикой уровня притязаний. Поощрение и закрепление положительного результата придает некоторым сторонам деятельности личную заинтересованность. Цели приобретают качественно новое самостоятельное значение, создаются предпосылки для образования новых мотивов.

**Рождение мотивов.** Если воспитанник не имел определенной физкультурно-спортивной направленности, не обладал умением выделять ближайшие и перспективные цели, то после определенных успехов в занятиях эта мотивационная направленность у него может возникнуть. Нужно помочь ему осознать и выразить на словах собственные стремления.

В научных исследованиях определен ряд факторов, способствующих повышению интереса молодежи к занятиям физической культурой, спортом и туризмом. К ним относятся:

1. Качество проведения занятий.
2. Содержание занятий (слагаемые этого фактора – разнообразие, динамичность, эмоциональность и новизна упражнений).
3. Возможность выбора вида занятий по склонности.
4. Правильное педагогическое и психологическое воздействие на занимающихся; придание им уверенности в своих силах.

5. Материально – спортивная база: наличие спортивной формы, наличие спортивного инвентаря, хорошее оборудование мест занятий.

6. Мероприятия: соревнования, встречи с интересными людьми, выдающимися спортсменами, популярные лекции, физкультурно – массовые мероприятия.

7. Правильная организация учебного процесса в вузе, а именно: на поддержание для молодежи интереса к занятиям физической культурой и спортом оказывают влияние частота проведения занятий, нормальное расписание, разделение групп по полу, количество спортивных секций, отношение к спорту администрации и так далее.

Для формирования и поддержания физкультурно – спортивной мотивации необходимы положительные эмоции:

а) связанные с занятиями физкультурой и спортом в целом как следствие умелой, слаженной и компетентной работы преподавателей, кафедр физического воспитания, а также правильного отношения

б) обусловленные хорошими деловыми взаимоотношениями между занимающимися и преподавателем, активным участием в организации различных мероприятий;

в) связанные с пониманием своих возможностей в достижении определенных результатов, в преодолении трудностей и препятствий, в решении определенных двигательных задач, со справедливой оценкой преподавателя и окружающих людей;

г) обусловленные знакомством с новыми движениями и заданиями (здесь выделяются несколько стадий реакции на новизну упражнений: от любопытства, а позднее любознательности возникающих при первом знакомстве с занимательными движениями до стабильного эмоционально – познавательного отношения к занятиям физкультурой, спортом и туризмом);

д) обусловленные самостоятельными занятиями.

Эти эмоции все вместе образуют атмосферу эмоционального комфорта. Однако во время занятий должны быть и отрицательные эмоции, например, некоторая неудовлетворенность собой, что является источником поиска новых способов физического самосовершенствования.

**Выводы.** Таким образом ведущими факторами для стимулирования интереса молодежи являются улучшение качества и содержания занятий физической культурой, спортом; педагогические стремления по сближению субъективных желаний занимающихся с объективными задачами физического воспитания.

Рассмотрены основные понятия дисциплины, роль и значение психолого-педагогических основ в формировании физической культуры личности, а также педагогические условия организации этого направления. Главное внимание уделено организации и методике проведения занятий. Именно на их основе и должен разрабатываться комплекс психолого-педагогических решений, практических действий, алгоритм и педагогические основы, обеспечивающие эффективность данного процесса.

#### Литература

1. Виноградов П.А., Душанин А.П. .Основы физической культуры и здорового образа жизни: учеб. Пособие / Виноградов П.А., Душанин А.П. – М.: Советский спорт, 173с.
2. Горевой В.А. Физическая рекреация как фактор укрепления и восстановления психического и физического здоровья человека. //Матер. Междунар. научно-практ. конф. – Минск: БГУФК – 2009. – С. 67-69.
3. Полухін Ю.В. Методологія застосування видів оздоровчої гімнастики під час підготовки студентів технічних спеціальностей до їх професійної діяльності // Монографія – Київ, НТУУ «КПІ». – 2012. – 388 с.
4. Фурманов А.Г. Оздоровительная физическая культура: учебник для студентов вузов / А.Г.Фурманов – Минск: Тесей. - 2003. – 528 с.
5. Hoffman J Physiological Aspects of Sport Training and Performance J Hoffman Champaign Human Kinetics 2002 P 343 – 368
6. Metzler M. Instructional models for physical education / Michael W. Metzler. - 2nd ed. - Scottsdale: Holcomb Hathaway, 2005.- XVIII, 494 p.
7. Morrow, J. and P. Freedson. Relationship between habitual physical activity and aerobic fitness in adolescents. *Pediatr Exerc Sci* 6: 315 -329, 1994.