

23. Федерация футбола Украины. Официальный сайт. Код доступа: <http://www.ffu.ua/>

#### References

1. Bayrachny O. (2017) Analysis of the determinants of a successful professional career of a high-qualification coach (on the example of football) / O. Bayrachny // Scientific journal "Scientific-pedagogical problems of physical culture / physical culture and sports" - K: NPU them. MP Dragomanov. - № 10 (92) 17. - pp. 8–11.
2. Blokhin O. (2013) Ukrainian sport in contemporary socio-cultural reality. Higher Education of Ukraine / O. Blokhin // - Kiev. - №1. - P. 75-81.
3. Borisova O. (2016) Development of sports games in the conditions of sports globalization. [methodical recommendations] / O. Borisova, R. Drying. - Kiev. : Ed. "Scientific world". - 2016. - 35 p.
4. Doroshenko E. (2015) Training of highly skilled basketball players at the stage of maximal realization of individual opportunities / E. Doroshenko, R. Sushko, R. Kreivite // Science in Olympic Sports. - Kiev. - № 4. - P. 33-38.
5. Mitova O. (2015) Problems of control in modern team sports games / OO Mitov // Sports Bulletin of the Dnieper. Scientific and practical journal. - The Dnieper. - №3. P. 89-96.
6. Nikolaenko V. (2012) Features of the development of football at the present stage / V. Nikolaenko, O. Bayrachny // Theory and methodology of physical education and sport. Kiev. № 3. - P. 17–20.
7. Pavlenko Y. (2015) Organizational and methodological foundations of scientific and methodological support for the training of athletes / Yu. Pavlenko // Science in Olympic Sports. - Kiev. № 2. - C. 10–18.
8. Platonov V. (2015) Organizational-managerial models of improving the system of training high-skilled athletes in the conditions of politicization and commercialization of Olympic sports / V. Platonov, T. Essentaev // Science in Olympic sports. - Kiev. - № 1. - P. 19-26.
9. Sobol E., Doroshenko E. (2018) Migration factors in the context of the impact on the competitive performance of skilled players / EA Sobol, E.Yu. Doroshenko // Scientific journal "Scientific and pedagogical problems of physical culture / physical culture and sports" - K: НПУ ім. М. П. Драгоманов, 2018. - No. 09 (103) 18. - pp. 51–54.
10. Sushko R. (2017) Migration in the system of training of basketball players of the highest qualification (on the materials of the tournaments of the Olympics Games 1988–2016) / R. Sushko // Science in Olympic Sports. - Kiev. № 2. - P. 11–16.
11. Sushko R. (2018) Expert assessment of problematic issues of preparation and ways of development of sports games in the conditions of action of global factors. / RO. Sushko // Scientific journal "Scientific and pedagogical problems of physical culture / physical culture and sports" - K: НПУ ім. М. П. Драгоманов, No. 03 (97) 18. - P. 111–115.
12. Doroshenko E. (2019) The competitive activity structure of highly skilled basketball players on the basis of factor analysis methods / E. Doroshenko, R. Sushko, V. Koryahin, M. Pityn, I. Tkalic, O. Blavt // Human Movement. Vol. 20(4). – P.33–40.
13. Chung J. (2015) Globalization, media imperialism and south Korean sport / J.Chung, S.Hwang, D. Won // International journal of the history of sport, Vol. 32, Issue 3. – P. 494–498.
14. Darby P. (2007) Football academies and the migration of African football labour to Europe / P. Darby, G. Akindes, M. Kirwin // Journal of Sport and Social Issues. Vol. 31, N 2. – P 143–161.
15. Football in Asia: history, culture and business: red. Cho Y. – New York, Taylor &Francies, 2015. – 193 p.
16. Giulianotti R. Globalization and sport / R. Giulianotti, R. Robertson [ets.] / – Malden : Blackwell Publishing, 2008. – 144 p.
17. Huang F. (2015) Globalization and the governance of Chinese sports: the case of professional basketball / F. Huang, F. Hong // International journal of the history of sport, Vol. 32, Issue 8. – P. 1030–1043.
18. Lanfranchi P. (2011) Moving with the ball: The migration of professional footballers / P. Lanfranchi, M. Taylor // – Oxford: Berg.
19. Maguire J. (2005) Power and global sport / J. Maguire // – London : Routledge. – P. 207–233.
20. Poli R. (2004) Des migrants a qualifier. Les footballeurs africains dans quatre pays europeens / In: Nedelcu M. (ed.) // La mobilite internationale des competences. Situations recentes, approches nouvelles. – Paris: L'Harmatta. – P. 143–164.
21. Taylor M. (2006) Global players? Football, migration and globalisation, c. 1930-2000 / M. Taylor // Historical Social Research, Vol. 31, N1. – P 7–30.
22. World Football Federation. Official site. Access code: <http://www.fifa.com/>
23. Football Federation of Ukraine. Official site. Access code: <http://www.ffu.ua/>

**Терещенко В.І. – кан.пед.наук, професор**  
**Штанько Л.О. – кан.економ.наук, доцент**  
**Український гуманітарний інститут, м. Буча**

#### ВІДПОВІДАЛЬНІСТЬ ТРЕНЕРА І СПОРТСМЕНА В НАВЧАЛЬНО-ПЕДАГОГІЧНОМУ ПРОЦЕСІ

*Критерієм соціальної відповідальності можуть бути рольові обов'язки і відносини, що обумовлюють їх. Відповідальність є істотною рисою особистості і відображає обсяг особистих прагнень людини, тобто діапазон його боргу. Відчуття боргу виникає в разі наявності обов'язків особистості перед кимось або перед своєю совістю. Під совістю розуміють усвідомлення і переживання відповідальності особистості. Усвідомлення спортсменом власної відповідальності визначається певними факторами, до яких належать пізнавальні, мотиваційні, ситуаційні та ін.*

**Ключові слова:** відповідальність, тренер, спортсмен, керівник, мотивація, керування.

**Терещенко В.И., Штанько Л.А. Ответственность тренера и спортсмена в учебно-педагогическом процессе.** Критерием социальной ответственности могут быть ролевые обязанности и отношения, которые обуславливают их. Ответственность является существенной чертой личности и отражает объем личных устремлений человека, то есть диапазон его долга. Чувство долга возникает в случае наличия обязанности личности перед кем-то или перед своей совестью. Под совестью понимают осознание и переживание ответственности личности. Осознание спортсменом собственной ответственности определяется определенными факторами, к которым относятся познавательные, мотивационные, ситуационные и др.

**Ключевые слова:** ответственность, тренер, спортсмен, руководитель, мотивация, руководство.

**Tereschenko V.I., Shtanko L.O. Responsibility of the coach and the athlete in the educational and pedagogical process.** The criterion of social responsibility can be the role duties and relationships that determine them. Responsibility is an essential feature of the individual and it reflects the extent of a person's personal aspirations, that is the range of his or her debt. A sense of duty arises when there are duties of personality to someone or to own conscience. Under conscience is understood awareness and experience of responsibility. Athlete's awareness of own responsibility is determined by certain factors, which include cognitive, motivational, situational and other factors.

The concept of "responsibility" is associated with human life and is used in the study of personality, management psychology, pedagogy, moral education. It is studied not only by psychologists, but also by sociologists and philosophers. Even within the same field of knowledge, the term "responsibility" is used to consider different aspects of human activity, including sports.

In the training process, the coach and the athlete have internal control mechanisms. They are responsible for their actions, first of all before themselves and before others, and only then - before external factors. Responsibilities are different in that they are a form of control of either individual or social positions. The presence of landmarks of responsibility is the most important factor governing not only the individual but also the social and public-social position of the coach and the athlete. The number of such landmarks they are responsible for is quite large.

**Key words:** responsibility, coach, athlete, leader, motivation, leadership.

**Постановка проблеми.** Поняття «відповідальність» пов'язане із життєдіяльністю людини та використовується при вивченні особистості, когнітивних процесів, психології керування, педагогіки, морального виховання. Воно вивчається не тільки психологами, але і соціологами, філософами. Навіть у межах однієї галузі знань термін «відповідальність» уживається для розгляду різних сторін діяльності людини, у тому числі і спортивної.

У навчально-тренувальному процесі у тренера і спортсмена виникають внутрішні механізми контролю. Вони відповідають за свої дії, насамперед перед собою і перед іншими, а вже потім – перед зовнішніми факторами. Види відповідальності відрізняються тим, що вони є формою контролю або індивідуальних, або соціальних позицій. Наявність орієнтирів відповідальності – це найважливіший фактор, що регулює не тільки індивідуальну, але і суспільно-соціальну позицію і тренера і спортсмена. Існує досить велика кількість таких орієнтирів, перед якими вони несуть відповідальність.

«Психологічною передумовою відповідальності є можливість вибору, тобто свідомої переваги визначеної лінії поведінки» [3]. Вибір може здійснюватися в ускладнених умовах, наприклад, в умовах змагань, коли зіштовхуються інтереси команд чи окремих спортсменів. Особисто для спортсмена і тренера особливу значимість має вибір свого «я». Тут виникає проблема, яку класично формулюють у вигляді дилеми «бути чи не бути» або, якщо перефразувати з точки зору тренера та спортсмена, «бути чи здаватися». Для цієї категорії «бути» означає залишатися людиною зі своїми життєвими позиціями, нести за них відповідальність. Вибір «здаватися» означає відмовлення від відповідальності, і перевага надається зовнішній мішурі типу «яким мене вважають», тобто як показати себе «красенем». Як правило, результативність такої відповідальності дуже низька. Особливість відповідальності полягає в тому, що її об'єктом є соціальні і моральні норми, а також рольові функції. Суб'єктом контролю може бути як сам спортсмен, так і його соціальне оточення – тренер, родина, друзі, спортивні адміністратори і більш висока відповідальність – це почуття Батьківщини.

Спортсмену властиво приписувати відповідальність або перед зовнішніми силами – випадком, долею, або перед власними здібностями, прагненнями. Спортсмен «розчиняється» між вибором джерела енергії – покладатися на когось чи на себе. Найраціональніше, коли зовнішній подразник чи вплив набувають функцію, що зумовлює продуктивну реалізацію індивідуального енергопотенціалу спортсмена, сприяючи успішному виступу на змаганнях [5]. Більшість олімпійських чемпіонів стверджують, що дуже добре, коли зберігається рівень готовності до боротьби, ідеальні умови організації змагань, емоційність глядачів. Але все це ще не перемога, до неї необхідно додати щось більш високе, духовне, що дозволяє зібрати сили в єдину цілісність, неначе піднятися над собою і відчути нові сили, їхній приплив. Це почуття більше, ніж оцінка власного «я», - це злиття зовнішніх і внутрішніх стимулів, що викликають нове почуття відповідальності перед ними. Очевидно, ці внутрішні переживання доступні не всім, а тим, хто гідний звання олімпійського чемпіона. Тому передолімпійські прогнози правильні лише на 8-10 %. Найбільш імовірні переможці відіграють роль статистів, а перемагають ті, хто мав більш високе почуття відповідальності, що додало додатковий енергетичний заряд і принесло перемогу в боротьбі з рівними і навіть більш сильними суперниками.

Усвідомлення відповідальності – це відображення у суб'єкті соціальної необхідності, тобто розуміння змісту вчинених дій і наслідків [1]. У кінцевому підсумку якісна відповідальність зумовлюється життєвою необхідністю з оцінкою результатів діяльності, а також визначенням успіху чи невдачі та заохочень чи покарань, що випливають з них. Відповідальна поведінка особистості пов'язана із ситуативними, пізнавальними факторами. Позитивні форми поведінки найчастіше керуються «особистими нормами», що визначені як самоочікування людини та обумовлюються соціально

значимими нормами. Наприклад, завоювання титулу чемпіона Олімпійських ігор, світу та інших престижних змагань, підкріплене матеріальними стимулами, зумовлює у спортсмена почуття ще більшої відповідальності. Відповідно, змінюється його відношення до тренувань, до життя, що в підсумку перетворює його в особистість з більш високою відповідальністю!

**Мета роботи** полягає у вивченні та аналізі літературних джерел з питань відповідальності тренера і спортсмена у навчально-тренувальному процесі.

**Виклад основного матеріалу.** Практика показує, що деякі тренери використовують групове рішення для того, щоб уникнути відповідальності чи розділити її зі спортсменами у випадку невдачі. Тому дуже важливою у практиці керування є персональна відповідальність за прийняття чи неприйняття якого-небудь рішення на рівні тренерів і спортсменів. Для спортсменів високого класу потрібна постійна психологічна готовність до виконання конкретних дій і досягнення запланованих результатів.

Відповідальність є стійкою властивістю особистості, що дозволяє підвищувати надійність поведінки в умовах змагань, екстремальних ситуаціях, визначеній діяльності та ін. Суб'єктами відповідальності можуть бути як окремі тренери, спортсмени, так і група, команда, колектив, яких поєднує єдність завдань, мети, устремлень.

З усіх видів відповідальності за їх значимістю можна назвати індивідуальну – спортсмена, тренера перед собою; групову – перед командою, групою, колективом. До більш високих рівнів відповідальності належать політична, юридична, моральна, професійна, соціальна та ін.

Тренер, спортсмен використовують різні стратегії поведінки, визнаючи відповідальність за свої дії і вчинки або залучаючи додаткові внутрішні фактори. Сформована у такий спосіб критичність в особистості стає з'єднувальною ланкою в її інформаційному змісті і енергопотенціалі діяльності. Виправдання за безвідповідальність своїх дій і вчинків зовнішніми причинами постійно робить особистість безвладним роботом, нездатним приймати рішення і виконувати відповідальні доручення. Людина починає звинувачувати все і всіх у своїх невдачах і прорахунках. Тому найважливішим регулятором поведінки людини є усвідомлення відповідальності не на короткий проміжок часу, а як постійно діючий принцип, що визначає ефективність діяльності за усіма її параметрами.

В умовах організаційної діяльності, тренер повинен бути зразковим носієм відповідальності за роботу, діяльність своїх спортсменів. Формування групових норм поведінки і відповідальності за них покладається на членів групи, команди як в умовах тренувального процесу, так і під час змагань. Тренер повинен володіти визначеними управлінськими здібностями, щоб певним чином впливати на спортсмена.

Діяльність тренера різноманітна. Він несе відповідальність за виконання всіх управлінських функцій: перспективне планування, технічне, лікарське забезпечення, оперативне керування з використанням засобів педагогічного контролю, оцінку функціонального стану спортсмена та ін. Стає зрозумілим, що тренер, домагаючись ефективної діяльності спортсменів, повинен володіти і психологією керування, у якій основною ланкою є проблема особистості як суб'єкта й об'єкта керування.

Найважливішою проблемою керування в спортивно-педагогічних системах є мотивація як одна з найскладніших функцій керування. У деяких дослідженнях [5, 6] особистість спортсмена характеризується визначеними індивідуальними особливостями, що проявляються у процесі конкретної діяльності. Формування особистості припускає реалізацію індивідуальних розбіжностей, відбитих у частково реалізованих актуальних і потенційних здібностях. Здібності у процесі діяльності набувають особливого характеру, коли спрямованість у розвитку особистості зумовлюється конкретною результативною активністю. Розглядаючи поведінку особи за схемою «стимул – реакція – мотивація – результат», впливи стають активаторами реакцій систем організму. Проблема мотивації у тренуванні є не тільки динамічною умовою поведінки – реактивністю організму, тобто здатністю відповідати певним чином на впливи, але і давати віріативні відповіді, якщо рухи набувають пристосувального характеру. Мотивація набуває форми організації поведінки з утворенням функціональних механізмів для ефективної реалізації здібностей, об'єднаних мотивами, установками щодо визначеної мети. Така усвідомлена рухова активність може викликати перестановку значимості мотивів у міру вдосконалення рухової навички. Формується кільцева залежність мотивацій, що визначають перспективне їхнє використання для реальних досягнень. Виникає зворотний зв'язок – позитивний стосовно мети і негативний до реальної оцінки досягнутих результатів, що вимагає подальшого вдосконалення технічної майстерності спортсмена [3].

З позицій окремих досліджень, взаємодія формальної і неформальної структури взаємин у спортивному тренуванні має бути в центрі уваги [1]. Поодинокі вони не дають бажаного результату. Завдяки існуванню неформальних відносин спортивна команда формується як формальна система з визначеними установками, нормами і правилами групової поведінки. Жмар'юв Н.В. – один з перших дослідників у сфері теорії і методики фізвиховання, обґрунтував діяльність спортивних колективів та показав, що мотивація є одним з основних факторів тренувального процесу і що сутність взаємин тренера і спортсмена криється у співробітництві [2]. На цій основі були сформульовані принципи дії інформаційних зв'язків усередині системи, які повинні бути чітко задані самою інформаційно-енергетичною структурою системи. Стратегічним фактором організації поведінки є особа, тренер, спортсмен, команда, група і т. д. Варто додати, що особлива роль функції керування полягає в:

- умінні приймати рішення у найбільш складні і несподівані моменти тренувань і змагань;
- визначенні цілей у перспективному плануванні тренувального процесу на основі передбачення майбутнього, заснованого на об'єктивних критеріях оцінки виконання обсягу, інтенсивності навантаження і даних педагогічного контролю;
- чіткому уявленні про зміст проміжних цілей, включаючи загальну схему організації і структури тренувального циклу;
- «ролі тренера при створенні ефективної системи використання засобів і методів тренування» [2, 6].



Формування тренера як особистості – це не стільки результат його діяльності в самопідготовці і саморозвитку, скільки ступінь усвідомлення ним своїх управлінських завдань, пошук свого підходу до практичної роботи зі спортсменом. Успіх тренера значною мірою залежить від здатності передбачати і контролювати стан і поведінку спортсмена. Джерелом таких знань є, безумовно, інформація, якою володіє тренер, - загальна, як комплекс знань про людину і суміжні дисципліни, локальна – знання про конкретних спортсменів, їхні індивідуальні якості: від морфофункціональних до психофізичних. Більше того, ці знання дозволяють не тільки уникати негативних наслідків тренування – травм, стомлення, психічного перенавантаження, але передбачати можливі та найбільш ефективні шляхи для досягнення мети. Надлишкове володіння інформацією дозволяє тренеру зменшити варіативність у вирішенні інформацією дозволяє тренеру зменшити варіативність у вирішенні тренувальних завдань і зростанні результатів. Це, у свою чергу, підвищує стабільність і надійність в обопільному співробітництві тренера і спортсмена [7].

Керування тренуванням вимагає від тренера допуску спортсмена до участі в управлінському процесі, оскільки найбільш ефективні рішення приймаються тими, кого вони безпосередньо стосуються. Творче вирішення проблем за участю спортсменів у керуванні дозволяє зберегти моральний клімат, взаємини, а також забезпечує належний рівень задоволеності спортсменів.

Успішність керування значною мірою залежить і від того, наскільки ясні і чіткі формулювання одержує спортсмен від тренера. Важливим є також і те, наскільки спортсмени правильно і точно розуміють вимоги і завдання, які необхідно вирішити у тренувальному процесі. Повідомляючи конкретний зміст плану тренування, тренер обов'язково повинен упевнитися в тому, як спортсмени розуміють його. Тільки після цього можна формулювати персональні завдання в чітких і доступних для сприймання висловах, кількісних критеріях і технічних нюансах.

Визначену складність і механізми керування педагогічними системами має процес налагодження зворотного зв'язку. У звичайному розумінні під зворотним зв'язком розуміють інформацію, що надходить від виконавчої ланки, яка може бути як позитивною, так і негативною.

Спортсмени не завжди можуть зрозуміти, що результати, отримані ними, не відповідають тим вимогам, що висуваються тренером. Об'єктивний зворотний зв'язок разом із мотивацією, що йде від тренера, підсилює педагогічні впливи за допомогою спонукання спортсмена до позитивного ставлення в реалізації тренувальних завдань. Спортсмен ніколи не буде тренуватися з повною віддачею, якщо він не зацікавлений роботою. Слово «інтерес» може мати два значення. У першому – це форма задоволення матеріальних потреб, в іншому – як позитивне емоційне ставлення спортсмена до тренувального процесу [6].

В умовах сучасного спортивного тренування зростає роль і значення людського фактора і тому не можна не враховувати закономірностей людської поведінки і пов'язаної з нею мотивації.

Одним із способів стимулювання спортсмена є вплив у вигляді схвалення, до якого належить і спосіб «винагорода», заснований на «оплаті» за досягнення конкретних результатів. Варіантом може бути «винагорода за допомогою визначених дій», тобто моральне і матеріальне стимулювання – нагороди орденами, медалями, грамотами, грошові винагороди разові і за певні досягнення, гонорари, преміальні, а для професійних спортсменів і можливість ведення комерційної діяльності.

Спортсмени ставлять перед собою визначені цілі і намагаються здійснити їх, маючи відповідні спонукання для їхнього досягнення. Разом з тим наявність однієї мети не означає, що вона буде досягнута. Спортсмен буде прагнути до її здійснення, якщо вона буде володіти його думками, почуттями, бажаннями. У кожного спортсмена існує визначений стереотип і такі риси характеру, що позначаються на його поведінці, зокрема на тренуванні. Тому одні зважають лише на матеріальні спонукання, як головний стимул, інші – на почуття обов'язку, патріотизму, треті – на те, як уникнути критики, осуду, їм більш притаманне прагнення до популярності, слави. Але мета стає внутрішньою потребою у поведінці спортсмена. Спортсмени не завжди усвідомлюють, чому вони діють певним чином. Але і основі їхніх учинків завжди лежить визначений усвідомлений чи неусвідомлений мотив, що є приводом до дії. У психології спорту використовується термін «мотивація», тобто сукупність спонукальних сил і можливостей діяльності як усвідомлюваних, так і неусвідомлюваних спортсменом [5].

Мотивація використовується для пояснення послідовності поведінкових дій, спрямованих на вирішення конкретних завдань, які можуть змінюватися залежно від обставин і ситуацій тренувального процесу та станів спортсмена [2].

Чим більшим запасом знань володіє тренер, чим вища його кваліфікація, тим більше він буде прагнути до цікавого тренування, доповнюючи необхідною розмаїтістю етапи монотонної роботи. Для спортсмена головне, щоб зміст процесу роботи приносив задоволення.

Якщо тренування цікаве щодо свого змісту, то спортсмен само-актуалізує здібності і більш ефективно реалізує свій психомоторний і руховий потенціал. Якщо тренер і спортсмен привносять обопільну активність у тренувальний процес, щоб зробити його більш цікавим і задовольняючим запиту, то простежується позитивна мотивація навіть в умовах монотонної роботи.

При зміні з будь-яких причин мотивації незмінно змінюється і ставлення спортсмена до праці. Отже, плануючи етап монотонного тренування, тренер повинен контролювати чи створювати умови для того, щоб спортсмен не втрачав мотивації до тренування.

У практичному аспекті мотивацію варто розглядати щодо можливості керування поведінкою спортсмена. Врахування мотиваційних особливостей поведінки має важливе значення для підвищення ефективності діяльності як тренера, так і спортсмена. Тут необхідно виділити основні критерії, що мотивують організацію й успішність тренувального процесу:

- кожен рух і дія в тренуванні вимагає осмислення;

- спортсмен завжди хоче показати свою значимість у прояві своїх здібностей і брати участь у рішеннях, що пов'язані з удосконалюванням техніки і тактики основної дії;
- спортсмен завжди хоче проявити себе у тренуванні, більше дізнатися про себе за результатами контролю і змагань, тобто мати доказ того, що він щось може;
- кожен спортсмен має свою думку про те, як поліпшити тренування й організувати його;
- кожен спортсмен прагне до досягнення успіху;
- кожен спортсмен має право розраховувати на визнання і будь-яку форму заохочення.

Успіх тренера значною мірою залежить від здатності передбачити, пророкувати і контролювати поведінку спортсмена щодо запланованого результату. Дуже важливо у праці тренера і спортсмена є персональна відповідальність за прийняття чи неприйняття якого-небудь рішення.

**Висновки.** Підсумовуючі дослідження ролі відповідальності в навчально-педагогічному процесі підготовки спортсменів, необхідно зазначити наступне:

1. Відповідальність є стійкою властивістю особистості.
2. Суб'єктивна відповідальність – це відповідальність спортсмена, тренера перед об'єктивними факторами навколишнього середовища.
3. Існують різновиди відповідальності: професійна, моральна, соціальна, спортивна та інші, пов'язані між собою обов'язками.
4. В умовах тренувальної і змагальної діяльності тренер є носієм персональної відповідальності за виконання функціональних обов'язків спортсмена.
5. Найважливішою з функцій керування є мотивування праці тренера і спортсменів.

#### Література

1. Верхошанский Ю.В. Программирование и организация тренировочного процесса / Ю.В. Верхошанский. – М.: Физкультура и спорт, 1985. – 176с.
2. Жмарёв Н.В. Управленческая и организаторская деятельность тренера / Н.В. Жмарёв. – К.: Здоровья, 1980. – 144с.
3. Маслоу А. Мотивация и личность / А. Маслоу. – СПб.: Евразия, 1999. – 479с.
4. Петровский В.В. Организация спортивной тренировки / В.В. Петровский. – К.: Здоров'я, 1978. – 96с.
5. Рибковський А.Г. Функція мотивації в управлінні спортивним тренуванням / А.Г. Рибковський, В.І. Терещенко // Теорія і практика фізичного виховання. – 2004. – №2. – с.206-210.
6. Рибковський А.Г. Управління у спортивно-педагогічних системах: Монографія / А.Г. Рибковський, В.І. Терещенко. – Ірпін: Національна академія ДНС Україна, 2006. – 284с.
7. Hoffman B. Leistungs – and Trainings – steuerung // Training – gwissenschaft. – Berlin: Sportverlag, 1994. – S.436-467.
8. Sports and male domination. Sociology of sport Journal, 5, p.197-211.

#### Reference

1. Verkhoshansky Yu.V. Programming and organization of the training process / Yu.V. Verkhoshansky. - M.: Physical education and sport, 1985. - 176p.
2. Zhmarev N.V. Managerial and organizational activities of the coach / N.V. Zhmeryov. - K.: Health, 1980.- 144p.
3. Maslow A. Motivation and personality / A. Maslow. - St. Petersburg: Eurasia, 1999.- 479p.
4. Petrovsky V.V. Organization of sports training / V.V. Petrovsky. - K.: Health, 1978. - 96p.
5. Ribkovsky A.G. Functions of motivation in the management of sports trenuvannyam / A.G. Ribkovsky, V.I. Tereshchenko // Theory and practice of physical fervor. - 2004. - №2. – p.206-210.
6. Ribkovsky A.G. Management in sports and pedagogical systems: Monograph / A.G. Ribkovsky, V.I. Tereshchenko. - Irpin: National Academy of CSN Ukraine, 2006. - 284p.
7. Hoffman B. Leistungs – and Trainings – steuerung // Training – gwissenschaft. – Berlin: Sportverlag, 1994. – S.436-467.
8. Sports and male domination. Sociology of sport Journal, 5, p.197-211.

УДК 796.011.3:373.62

**Толмачева С.Є.**  
**старший викладач**  
**Національний Технічний університет України**  
**«Київський політехнічний інститут» імені І. І. Сікорського**

## МЕТОДИКА ВДОСКОНАЛЕННЯ КООРДИНАЦІЙНИХ МОЖЛИВОСТЕЙ СТУДЕНТІВ ЩО ЗАЙМАЮТЬСЯ АЕРОБНОЮ ГІМНАСТИКОЮ

*Аеробіка сьогодні – один з основних напрямків оздоровчої культури. Вправи з оздоровчої аеробіки, за умови їх правильного застосування, безпечні для здоров'я і в той же час дуже ефективні. Аеробна гімнастика вважається сьогодні одним з найбільш популярних видів спорту, адже вона не лише забезпечує гармонійний розвиток всіх фізичних*