

2. Волков В.Л. Теоретико-методичні засади розвитку фізичних здібностей студентів у системі фізичної підготовки : автореф. дис. ... докт. пед. наук : 13.00.02 – теорія та методика навчання / В.Л. Волков. – Київ, 2011. – 42 с.
3. Грибан Г. П. Життєдіяльність та рухова активність студентів [монографія] / Г. П. Грибан. – Житомир : Вид-во "Рута", 2009. – 594 с.
4. Дрозд О.В. Фізичний стан студентської молоді західного регіону України та його корекція засобами фізичного виховання: автореф. дис. ... канд. наук з фіз. вих. і сп.: спец 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення» / О.В. Дрозд. – К., 1998. – 21 с.
5. Костюкевич В.М. Спортивна метрологія : навч.-метод. посіб. / В.М. Костюкевич. – Вінниця: ВДПУ ім. М.П. Коцюбинського, 2001. – 183 с.
6. Присяжнюк Д. С. Взаємозв'язок між фізичною підготовленістю, фізичною працездатністю і функціональним станом серцево-судинної системи у студентів / Д.С. Присяжнюк // Фізична культура, спорт та здоров'я нації. – Вінниця, 1996. – С. 135–137.
7. Садовский В.Н. Основания общей теории систем / В.Н. Садовский. – М.: Наука, 1974. – 279 с.
8. Gryban G. Activation of sports and recreational activities of student with disabilities in health during the learning process in physical education / G.Gryban, O. Gusak // British Journal of Science, Education and Culture No.1(5), January-June, 2014. Volume III. – P. 132–136.
9. Gryban G. The value of motor activity in human life / G. Gryban, V. Romanchuk, O. Boyarchuk, O. Gusak // Proceedings of the 1st International Academic «Science and Education in Australia, America and Eurasia: Fundamental and Applied Science» (Australia, Melbourne, 25 June 2014) Volume I. «Melbourne IADCES Press». Melbourne, 2014. – P. 657–660.
10. Palushka S. A. Physical activity and mental health. Current concepts / S. A. Palushka, T. L. Schwenk // Sports Med. 2000. – V. 29, № 3. – P. 167–180.
11. Kuznetsova Olena. Role of physical education of students in the formation of healthy lifestyles and prospects of improvement / O. Kuznetsova // Journal Association 1901 "SEPIKE", Ausgabe 12 Poitiers, Frankfurt, Los Angeles, den 31.03.2016 – P. 34–37.

УДК 378.015.3:005.32:613.71

Маржина Олена Олексіївна
Харківський національний медичний університет
(Україна, Харків)

ПЕДАГОГІЧНІ УМОВИ ФОРМУВАННЯ МОТИВАЦІЇ ДО ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ У СТУДЕНТІВ МЕДИЧНИХ ВНЗ

Статтю присвячено проблемі формування позитивної мотивації до занять фізичною культурою у студентів-майбутніх лікарів. У статті розкривається значення та головні завдання фізичної культури та фізичного виховання у підготовці майбутніх фахівців у вищій школі. Уточнено поняття «мотивація», надано види мотивів до занять фізичною культурою у вищому навчальному закладі. Здійснено теоретичний аналіз наукових робіт, присвячених дослідженню педагогічних умов та педагогічних засобів і методів формування мотивації до занять фізичною культурою у студентської молоді. В статті містяться результати анкетування щодо визначення провідних мотивів до занять фізичною культурою у студентів медичного вищого навчального закладу. Запропоновано педагогічні умови формування позитивної мотивації до занять фізичною культурою у студентів-медиків та висвітлено досвід їх впровадження в навчально-виховний процес медичного університету. Визначено, що процес викладання фізичного виховання у вищих навчальних закладах потребує вдосконалення відповідно до сучасних тенденцій та вимог часу.

Ключові слова: мотивація, мотив, фізична культура, фізичне виховання, педагогічні умови, студенти, медичний вищий навчальний заклад.

Маржина Е. А. Педагогические условия формирования мотивации к занятиям физической культурой у студентов медицинских вузов

Статья посвящена проблеме формирования положительной мотивации к занятиям физической культурой у студентов-будущих врачей. В статье раскрывается значение и главные задачи физической культуры и физического воспитания в подготовке будущих специалистов в высшей школе. Уточнено понятие «мотивация», определены виды мотивов к занятиям физической культурой в вузе. Осуществлен теоретический анализ научных работ, посвященных исследованию педагогических условий и педагогических средств и методов формирования мотивации к занятиям физической культурой у студенческой молодежи. В статье содержатся результаты анкетирования по определению ведущих мотивов к занятиям физической культурой у студентов медицинского вуза. Предложены педагогические условия формирования положительной мотивации к занятиям физической культурой у студентов-медиков и освещен опыт их внедрения в учебно-воспитательный процесс медицинского университета. Определено, что процесс преподавания физического воспитания в высших учебных заведениях нуждается в совершенствовании в соответствии с современными тенденциями и требованиями времени.

Ключевые слова: мотивация, мотив, физическая культура, физическое воспитание, педагогические условия, студенты, медицинское высшее учебное заведение.

Marzhyna O. O. Pedagogical conditions for motivating medical students to engage in physical culture.

The article focuses on developing in students – the future doctors – a positive motivation to engage in physical culture. It explains the role and main objectives of physical culture and physical education in training future professionals by higher educational institutions. The article elaborates on the concept of 'motivation' and identifies different kinds of motives causing students of a higher educational institution to engage in physical culture. It presents a theoretical study of scientific papers researching pedagogical conditions, means, and methods to motivate students to engage in physical culture. The article contains a survey that identifies primary motives causing higher education medical students to engage in physical culture. It proposes pedagogical conditions required to positively motivate medical students to engage in physical culture and presents the experience of using these conditions in the educational process of a medical university. The article also establishes that the way of teaching physical education in higher medical institutions requires improvement to reflect the latest trends and ideas.

Keywords: motivation, motive, physical culture, physical education, pedagogical conditions, students, higher medical educational institution.

Постановка проблеми. Фізична культура виконує особливу роль в складному і багатофакторному формуванні індивідуальності майбутнього фахівця. Вона закладає фундамент здоров'я як основу для розвитку інших сторін культури особистості та забезпечує внутрішні гарантії ефективності навчально-пізнавальної діяльності. До того ж, майбутня професійна діяльність кожного фахівця вимагає певного розвитку фізичних якостей, професійно необхідних фізичних умінь. Отже, перед фізичним вихованням у вищій школі постає завдання сформувати у студентів потребу до занять фізичною культурою та спортом.

Але значна кількість студентів не відчуває інтересу до занять фізичною культурою або не хоче займатися взагалі [3]. Серед них домінує низький рівень обізнаності у питаннях, що стосуються здоров'я, профілактики захворювань. Багато студентів першого курсу мають незадовільну фізичну підготовленість, негативне ставлення до занять з фізичної культури, у них немає потреби до занять спортом, прагнення і вміння поліпшити фізичний статус, немає фізкультурної грамотності, вони недостатньо знають цілі та завдання фізичної освіти, спорту, рухової реабілітації [12]. В основі цього знаходиться низька мотивація до занять фізичною культурою серед сучасної студентської молоді, й необхідність пошуку шляхів підвищення цієї мотивації зумовлює актуальність нашого дослідження.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Дослідженням розвитку мотиваційної сфери студентів займалися О. Гилюн, С. Занюк, Є. Ільїн, Н. Клименко, А. Маркова тощо. Вивченню мотивів занять фізичною культурою та спортом як важливої умови формування повноцінної навчальної діяльності студента та значущої складової управління процесом виховання особистості майбутнього фахівця присвячені роботи О. Біліченко, О. Волошина, О. Шмигової та ін. Взаємозв'язок фізичного розвитку та морального становлення особистості в процесі занять фізичними вправами науково обґрунтовано в теорії і методиці фізичного виховання (В. Бальсевич, В. Видрін, А. Дикунів, Л. Матвєєв, В. Філін тощо). У роботах Є. Ільїна, І. Іпатова, Л. Лубишевої, О. Марченко, Р. Наговіцина глибоке теоретичне обґрунтування отримала проблема співвідношення фізичного вдосконалення та моральних орієнтацій особистості. Дослідженню ціннісного ставлення та мотивації до фізичної культури у майбутніх лікарів присвячені роботи Н. В. Зам'ятіної, В. Б. Мандрикова, І. А. Ушакової тощо, але визначенню педагогічних умов формування позитивної мотивації до занять спортом у студентів медичних вищих навчальних закладів у наукових дослідженнях приділено недостатньо уваги.

Мета дослідження полягає у визначенні педагогічних умов формування у студентів-медиків мотивації до занять фізичною культурою і висвітленні досвіду їх упровадження в освітньому процесі медичного університету.

Виклад основного матеріалу. У сучасній науці існують різні трактування мотивації як психічного явища, але найуживанішим у психолого-педагогічних науках є визначення мотивації за О. Леонтьєвим, який розглядав її як спонукання, що викликає активність людини і визначає її спрямованість [10]. Дослідження структури мотивації навчальної діяльності характеризуються прагненням представити її у вигляді системи. При цьому виокремлюють мотиви, що не пов'язані з метою навчання (зовнішні), та мотиви, що пов'язані з метою навчання (внутрішні).

Фізичну культуру людини найчастіше розглядають як «процес оволодіння знаннями, вміннями і навичками виховної, навчальної, оздоровчої, рекреаційної діяльності для подальшого використання у процесі самовдосконалення, і як результат – рівень фізичного здоров'я, який людина змогла зберегти або покращити завдяки своєму бажанню, знанням, здоровому способу життя та руховій активності» [9, с. 10]. Однією з частин фізичної культури є фізичне виховання. Фізичне виховання як навчальна дисципліна є важливою складовою підготовки майбутніх фахівців будь-якого профілю. Саме на заняттях з фізичного виховання студент має змогу засвоїти основні поняття фізичної культури в широкому розумінні, опанувати навичками здорового способу життя, сформувати потребу до занять фізичною культурою і спортом, підвищити власні рухові якості та фізичну підготовленість.

Мотивація до занять фізичною культурою, як і будь-який її вид, є системною та характеризується спрямованістю, стійкістю та динамічністю. Домінувати в ній можуть або внутрішні мотиви, які пов'язані зі змістом спортивної діяльності, її виконанням, або широкі соціальні мотиви [4]. Виокремлюють такі види мотивів до занять фізичною культурою у вищому навчальному закладі: оздоровчі, рухово-діяльнісні, естетичні, комунікативні, пізнавально-розвивальні, творчі, професійно-орієнтовані, адміністративні, психолого-значущі, виховні та культурологічні [11].

Головна мета занять з фізичної виховання, що проводяться в навчальних закладах, – формування фізичної культури особистості, підготовка до соціально-професійної діяльності, збереження і зміцнення здоров'я [2]. Для реалізації зазначеної мети необхідно виховувати у студентів прагнення до оволодіння вміннями і навичками збереження і зміцнення здоров'я, психологічного благополуччя, розвитку фізичних якостей, здібностей і властивостей особистості. Саме регулярні заняття фізичною культурою і спортом мають забезпечити досягнення необхідного рівня розвитку фізичних якостей, тобто придбання певного рівня тренуваності. Цього можна добитися тільки тоді, коли викладач з фізичної культури спрямує свою

діяльності на формування у студентів, насамперед, позитивної мотивації до занять фізичною культурою і спортом, що передбачає врахування інтересів студентів. Необхідно виявляти найбільш бажані ними види рухової активності, а також за допомогою засобів і методів фізичного виховання виробити у студентів зацікавленість до занять фізичною культурою.

На думку фахівців з фізичного виховання, доцільно використовувати індивідуальний і диференційований підхід до фізичних можливостей і підготовленості студентів, застосовувати на заняттях з фізичного виховання змагальну діяльність [1, 11]. В обов'язковому порядку в хід заняття включати естафети, ігрові види спорту [12]. Дослідники рекомендують здійснити організацію спортивних секцій за інтересами студентів, таких як волейбол, баскетбол, настільний теніс, легка атлетика, заняття фітнесом, заняття в тренажерному залі, проводити фізкультурно-оздоровчі заходи, наприклад «День здоров'я», туристичні походи [1].

Як зазначає І. Галімска, формуванню позитивної мотивації до фізичного виховання сприятиме вирішення таких завдань у вищому навчальному закладі:

- усвідомлення значення фізичної культури у розвитку особистості та підготовці її до професійної діяльності;
- засвоєння науково-практичних основ фізичної культури і здорового способу життя;
- формування мотиваційно-ціннісного ставлення студентів до фізичної культури, установки на здоровий спосіб життя, фізичне самовдосконалення і самовиховання, потреби в регулярних заняттях фізичними вправами і спортом;
- оволодіння системою практичних умінь і навичок, що забезпечують збереження і зміцнення здоров'я, психічне благополуччя, розвиток і вдосконалення психофізичних здібностей і властивостей особистості, самовизначення у фізичній культурі;
- здійснення загальної та професійно-прикладної фізичної підготовленості, яка забезпечує психофізичну готовність студентів до майбутньої професії;
- набуття досвіду творчого використання фізкультурно-спортивної діяльності для досягнення життєвих та професійних цілей [8, с. 92].

Відомо, що рішення комплексу перерахованих вище завдань відбувається при відповідних плануванні та організації занять з фізичного виховання, але при умові їхньої оздоровчої спрямованості. Так, дворазові заняття на тиждень по 2 години (обов'язкові академічні заняття) без додаткових самостійних занять не створюють базису стійкої адаптації організму до м'язової роботи [12].

В даний час навчально-педагогічний процес вимагає від студентів значних витрат сил на подолання фізичних і розумових навантажень. У цьому плані важливе місце відводиться самостійним заняттям фізичними вправами, які є складовою частиною здорового способу життя. Саме за рахунок самостійних занять покращується якість оволодіння навчальним матеріалом, збільшується обсяг часу на заняття фізичними вправами, відбувається фізичне вдосконалення студентів. Правильно організовані самостійні заняття у тандемі з навчальними заняттями забезпечують оптимальну безперервність і ефективність фізичного виховання, заповнюють дефіцит рухової активності студентів, сприяють більш ефективному відновленню організму та підвищенню фізичної і розумової працездатності [5].

Як зазначає О. Біліченко, задля формування мотивації викладач має виконати певні вимоги. Першою вимогою є проведення діагностики мотиваційно-потребової сфери студента, друга вимога передбачає постановку цілей формування мотивації, а відбір та застосування педагогічних засобів впливу на мотиваційну сферу студента – це третя вимога науково обґрунтованого процесу виховання мотивації [6].

Для визначення провідних мотивів занять фізичною культурою ми провели анкетування серед студентів 1 та 2 курсів спеціальності «Лікувальна справа» Харківського національного медичного університету. В анкетуванні прийняли участь 60 осіб.

Відповіді на питання анкети дозволили нам ранжувати провідні мотиви до занять фізичною культурою у опитаних студентів (табл. 1.). Зазначимо, що студенти мали змогу обрати декілька відповідей, які їм підходили. Мотиву, який було обрано студентами найбільшу кількість разів, присвоєно ранг 1, наступному – ранг 2 і т.д.

Таблиця 1

Ранжування провідних мотивів до занять фізичною культурою студентів-медиків

з/п	Мотив	Кількість відповідей, у %	Ранг
1	Знаю, що це корисно для здоров'я	60	2
2	Для отримання заліку з ФВ	50	3
3	Цікаво на заняттях	20	5/6/7/8/
4	Вчуся виховувати вольові якості	20	5/6/7/8/
5	Підвищити рухову активність	40	4
6	Отримати розрядку після розумового навантаження	20	5/6/7/8/
7	Мати можливість позмагатися	10	9/10/11
8	Підтримка (корекція) будови тіла	90	1
9	Для розвитку психофізичної готовності до майбутньої професії	0	12
10	Пізнати можливості свого організму	20	5/6/7/8/
11	Поспілкуватися з іншими студентами	10	9/10/11
12	Навчитися новим вправам	10	9/10/11

Як видно з табл. 1, переважна більшість студентів займається фізичною культурою заради підтримки/корекції свого

тіла. Другим за значущістю виявився мотив «корисно для здоров'я», що свідчить про усвідомленість студентами важливості здорового способу життя. Третє місце посів зовнішній мотив «для отримання заліку» – він є важливим для половини опитаних студентів. Однакову кількість виборів, а отже й однакові ранги, отримали мотиви, які можна згрупувати у «навчально-розвивальні» («цікаво на заняттях», «вчуся виховувати вольові якості», «пізнати можливості організму»), а також мотив «отримати розрядку після розумового навантаження».

Слід зазначити, що мотив «для розвитку психофізичної готовності до майбутньої професії» не обрав жоден студент, що говорить про повне нерозуміння важливості та необхідності вмінь і навичок з фізичної культури у майбутній професійній діяльності.

Відповіді на питання анкети, які стосувалися оцінки студентами організації занять з фізичної культури та їх важливості, дозволяють зробити певні висновки. Так, 60% респондентів оцінюють організацію занять з фізичної культури задовільно, 30% – дуже добре та 10% – погано. Такий самий розподіл відповідей студентів виявився і при оцінці матеріально-технічної бази спорткомплексу університету. На важливість занять з фізичної культури вказують 40% опитаних студентів, в той час як непотрібними їх вважають 30% з тих, хто приймав участь в анкетуванні; іншим складно визначитись щодо необхідності занять з фізичної культури. В той же час, 50% досліджуваних вказують на необхідність збільшення аудиторних годин з фізичного виховання, 30% вважають, що години потрібно зменшити, а 20% опитаних студентів взагалі убрали б цю навчальну дисципліну.

Щодо занять фізичною культурою та спортом поза університетом, то анкетування показало, що 50% досліджуваних студентів відвідують спортивні секції.

Для формування мотивації до занять фізичною культурою у студентів медичних вищих навчальних закладів нами було впроваджено в освітній процес педагогічні умови, які, на нашу думку, сприятимуть залученню студентської молоді до занять фізичною культурою та усвідомленню її важливої ролі у становленні майбутнього фахівця – урізноманітнення занять з фізичного виховання та забезпечення взаємозв'язку фізичного виховання з професійною орієнтацією особистості майбутнього фахівця. Реалізація зазначених умов здійснювалась за рахунок проведення певних заходів як під час навчальної, так і під час позанавчальної діяльності.

Урізноманітнення занять з фізичного виховання відбувалося за рахунок впровадження ігрового та змагального методів навчання при проведенні практичних занять з навчальної дисципліни «Фізичне виховання». Ми поєднали ці методи і проводили різноманітні ігри у формі змагань. Як один з найдієвіших засобів підвищення загальної фізичної підготовленості студентів нами було обрано рухливі ігри. Вони були включені як в підготовчу, так і в основну та заключну частини заняття, і мали різну спрямованість: на швидкість, на спритність, на силу, на витривалість.

При реалізації умови «забезпечення взаємозв'язку фізичного виховання з професійною орієнтацією особистості майбутнього фахівця», ми виходили з положення, що особливістю професійної діяльності фахівця у галузі медицини є відсутність тотальних витрат м'язових зусиль при відносно локальних рухах і збільшуваних вимог до екстреної переробки великого обсягу сенсорної інформації й необхідності виконання швидкоплинних психомоторних реакцій, що вимагає від медичного працівника досить високого рівня статичної витривалості м'язів рук і тулуба, гарної координації кистей і пальців при відносній нерухомості ніг [7]. Тому переважаюча кількість фізичних вправ, які студенти-медики виконували на заняттях з фізкультури, була спрямована на розвиток швидкості реакції, витривалості, координації рухів.

Безумовно, студенти мають знати про вимоги, які висуваються їхньою майбутньою професією до їх організму, та про можливість їх розвитку засобами фізичної культури. З цією метою зі студентами 1 курсу було проведено тематичну бесіду «Психофізична культура фахівця медичної галузі», на якій вони ознайомилися з фізичними особливостями професійної діяльності медичних працівників, професійними захворюваннями та їх профілактикою, методикою й організацією фізичної підготовки.

З метою оволодіння студентами вміннями контролювати рівень розвитку власних фізичних якостей і працездатності було проведено практичне заняття «Фізкультурно-оздоровчі технології як засіб підтримки високої працездатності», яке було присвячено оволодінню спеціальними фізичними вправами оздоровчого напрямку, які поділяються на вправи з профілактики захворювань (загартування організму, вдосконалення постави, зміцнення елементів опорно-рухового апарату, збільшення функціональних резервів організму) та вправи з відновлення працездатності.

ВИСНОВКИ. Таким чином, аналіз наукових джерел дозволяє визначити, що для формування позитивної мотивації до занять фізичною культурою у студентів медичних вищих навчальних закладів необхідно урізноманітнити заняття з фізичної культури за допомогою впровадження у процес викладання фізичного виховання у ВНЗ ігрового та змагального методів та сформувати у студентської молоді потребу займатися фізкультурною діяльністю протягом усього подальшого життя, усвідомити, що це необхідно для їх подальшої професійної діяльності. Перспективою подальших досліджень є розширення педагогічних умов формування позитивної мотивації до занять фізичною культурою у майбутніх фахівців медичного профілю та пошук оптимальних шляхів та засобів їх впровадження в освітній процес ВНЗ.

ЛІТЕРАТУРА

1. Базильчук В. Б. Організаційні засади активізації спортивно-оздоровчої діяльності студентів в умовах вищого навчального закладу: автореф. дис... канд. наук з фіз. вих. : 24.00.02 / В. Б. Базильчук ; Львів. держ. ін-т фіз. культури. – Львів, 2004. – 22 с.
2. Попелюк О.-М. В. Аспекти формування знань про здоровий спосіб життя у студентської молоді [Електронний ресурс] / О.-М. В. Попелюк. – 2015. – Режим доступу: http://www.rusnauka.com/17_PN_2015/Pedagogical/4_195116.doc.htm
3. Римар О. Фізична культура в ієрархії цінностей сучасного студента / О. Римар, О. Куценко // Молода спортивна наука України. – 2011. – №15. – Т.2. – С. 211-216.

4. Сущенко Л. П. Теоретико-методологічні засади професійної підготовки майбутніх фахівців фізичного виховання та спорту у вищих навчальних закладах : дис. ... докт. пед. наук : 13.00.04 / Л. П. Сущенко. – К., 2003. – 650 с.
5. Хомич А. В. Самоконтроль студентів за фізичним станом свого організму / А. В. Хомич // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві: збірник наукових праць. – 2011. – №2(14). – С. 40-42.
6. Bilichenko O. O. Osoblyvosti motivatsii do zaniat z fizichnogo vihovannia u studentiv / O. O. Bilichenko // Pedagogika, psykholohiia ta mediko-biologichni problemy fizichnogo vyhovannia i sportu. – 2011. – №5. – S. 3-5.
7. Bobyireva M. M. Sovershenstvovanie metodiki professionalno-prikladnoy fizicheskoy podgotovki studentov meditsynskikh vuzov : avtoref. dis. na soiskanie uch. stepeni kand. ped. nauk: spets. 13.00.04 / M. M. Bobyireva. – Almaty, 2008. – 27 s.
8. Halimska I. Zmist fizychnoi pidhotovky v umovakh vyshchoho navchalnoho zakladu / I. Halimska // Naukovi zapysky KDPU. Seriya: Pedagogichni nauky. – 2015. – Vyp. 135. – S. 87-93.
9. Kovalchuk H. P. Pedagogika fizychnoi kultury : Navchalnyi posibnyk / H. P. Kovalchuk, V. V. Prysakar. – Kamianets-Podilskiy : Vydavets PP Zvoleiko D. H., 2012. – 424 s.
10. Leontev A. N. Potrebnosti, motiviyi, emotsii / A. N. Leontev. – M. : Izd-vo MGU, 1971. – 216 s.
11. Nagovitsyn R. S. Modernizatsiya zanyatiy fizicheskoy kulturoy v nefizkulturnom vuze dlya uspeshnogo formirovaniya motivatsionno-tsennostnogo otnosheniya studentov k fizkulturno-sportivnoy deyatel'nosti / R. S. Nagovitsyn, I. V. Ipatov // Vestnik Kazanskogo tehnologicheskogo universiteta. – 2011. – Vyip. 24. – S. 289-294.
12. Shmyigova O. V. Formirovanie motivatsii zanyatiy fizicheskoy kulturoy u studentov [Elektronnyy resurs] / O. V. Shmyigova. – 2014. – Rezhim dostupa: <http://nsportal.ru/shkola/raznoe/library/2014/05/18/formirovanie-motivatsii-zanyatiy-fizicheskoy-kulturoy-u-studentov>

УДК 796.433.1/ 572.087

Рожков В. О. аспірант
Харківська державна академія фізичної культури
Харків, Україна

ВПЛИВ МОРФОЛОГІЧНИХ ПОКАЗНИКІВ НА ПОКАЗНИКИ ТЕХНІЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ ШТОВХАЛЬНИКІВ ЯДРА НА ЕТАПІ СПЕЦІАЛІЗОВАНОЇ БАЗОВОЇ ПІДГОТОВКИ

В статті розгадається вплив морфологічних показників на біомеханічні параметри техніки штовхальників ядра на етапі спеціалізованої базової підготовки. Представлені результати дослідження залежності технічної підготовленості штовхальників ядра етапу спеціалізованої базової підготовки від їх морфологічних показників. В ході роботи були визначені необхідні морфологічні показники які повинні мати штовхальники ядра для відбору на етапі спеціалізованої базової підготовки.

Ключові слова: штовхальники ядра, біомеханічні параметри, техніка, морфологічні показники, етап спеціалізованої базової підготовки

Rozhkov V.A. Влияние морфологических показателей на показатели технической подготовленности толкателей ядра на этапе специализированно базовой подготовке

В статье рассматривается влияние морфологических показателей на биомеханические параметры техники толкателей ядра на этапе специализированной базовой подготовке. Представлены результаты исследования зависимости технической подготовленности толкателей ядра, находящихся на этапе специализированной базовой подготовке, от их морфологических показателей. В ходе работы были определены особенности морфологических показателей, которые должны иметь толкатели ядра для отбора на этапе специализированной базовой подготовки.

Ключевые слова: толкатели ядра, биомеханические параметры, техника морфологические показатели, этап специализированной базовой подготовке

Rozhkov V.O. Effect of morphological indicators on the indicators of technical preparedness of shot-putters at the stage of specialized basic preparation

Abstract. *The article discusses effect of morphological indicators on the biomechanical parameters of the techniques shot-put at the stage of the specialized basic preparation. Are presented the results of a study of dependence technical training of the shot putters at a stage of the specialized basic preparation from their morphological indicators.*

The study was attended by 12 shot putters 15-17 years who were at the stage of specialized basic training. In article used the following methods: analysis and synthesis of scientific and technical literature, the definition of anthropometric indicators index method, determining the biomechanical parameters of the technique and methods of mathematical statistics.

As a result of research it was determined that on a time shot put the biggest impact has the length of the torso; on the height of the departure of the shot the biggest impact has the growth and length of the hands; on the speed the departure of the shot the biggest impact has the chest girth and weight of athletes; on a result of the shot put the biggest impact has the span of the hands, waist girth, chest girth and weight of athletes.

To achieve the greatest results in the shot-put at the stage of the specialized basic preparation need to select the tall shot putters with more weight, with big scope hands, big chest girth and big waist girth. Also for achieve the greatest results in the shot-put at the stage of the specialized basic preparation need to select shot putters in which in general of the growth the length of the body, length of torso is greater than the length of the legs

Keywords: shot putters, biomechanical parameters, technique morphological indexes, stage of specialized basic