

7. Медвідь М. М. Волейбол: методика початкового навчання технічним діям гри / М. М. Медвідь, С. М. Попов. – Запоріжжя : ЗНУ, 2010. – 87 с.

References

1. Apanasenko H.L. Fyzycheskoe razvytye detey y podrostkov. – Kyev : Zdorov'e, 1985. – 80 s.
2. Voleybol. Podvodyashchye uprazhnenyya YU.V. Kahylev Fyzycheskaya kul'tura v shkole. - 2004. - N 3. - S. 17-19.
3. Radchenko O.V. Taktynna pidhotovka voleybolistiv. Metodychni vkazivky dlya studentiv, vykladachiv fizychnoho vykhovannya. / O.V. Radchenko, L.M. Nosarchuk, S.V. Radchenko. - Luts'k: LDTU, 2007. – 32 s.
4. Borysov O. O. Osnovy teorii i metodyky vykladannya voleybolu i futbolu / Borysov O. O. – K. : «Lyuksar», 2004. – 664 s.
5. Dovbysh V.I. Metodyka rozvytku sprytnosti na pochatkovomu etapi navchannya voleybolu. Fizychno vykhovannya studentiv tvorchykh spetsial'nostey.. 2009. № 1. S. 60.
6. Lynnyk A. M. Metodychni rekomendatsiyi z voleybolu: dlya studentiv usikh spetsial'nostey dennoyi formy navchannya / Lynnyk A. M. – K. : Natsional'na akademiya statystyky, obliku ta audytu, 2012. – 54 s.
7. Medvid' M. M. Voleybol: metodyka pochatkovoho navchannya tekhnichnym diyam hry Zaporizhzhya : ZNU, 2010. – 87 s.

DOI: [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.1\(173\).10](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.1(173).10)
УДК 378:37.03-057.87(045)

Вржесневський І. І.
кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент,
Національний авіаційний університет, Київ
Орленко Н. А.
кандидат педагогічних наук, доцент,
Національний авіаційний університет, Київ
Ракітіна Т. І.
Національний авіаційний університет, Київ
Янішевський Ю. В.
Київський національний економічний університет ім. В. Гетьмана, Київ

СПЕЦИФІКА СПРИЙНЯТТЯ ТА ОЦІНЮВАННЯ РУХОВОГО ДОСВІДУ У ПЕДАГОГІЦІ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ ТА ФІЗИЧНИХ ЗУСИЛЬ

В педагогічній традиції фізичного виховання недостатньо представлено такий істотний фактор як «особистий руховий досвід». Нехтування зазначеним фактором впливу суттєво знижує ефективність педагогічного процесу нашої дисципліни. У роботі запропоновано авторське бачення ролі рухового досвіду людини у комунікативному полі фізичного виховання та у формованні «ставлення» особистостей до регулярних фізичних навантажень. Миттю дослідження є експлікація значущості взаємодії психофізіологічних, педагогічних та антропологічних чинників особистого рухового досвіду у контексті сприйняття фізичних зусиль, відповідно до специфіки рольової комунікації у фізичному вихованні. За результатами аналізу та узагальнення педагогічного досвіду, тестування і анкетного опитування був запропонована наступна послідовність набуття рухового досвіду людини: «початковий», «базовий», «достатній», «достатній плюс» з наданням відповідних дефініцій.

Висновки:

- відсутність адекватного особистого рухового досвіду ставить, на певному етапі, під сумнів суб'єктивність студента у педагогічному процесі фізичного виховання;
- розшарування контингенту тих, хто займається за особистим руховим досвідом знижує ефективність занять з фізичного виховання;
- викладач фізичного виховання повинен свій руховий досвід адаптувати до загального поля педагогічної практики фізичного виховання.

Ключові слова: фізичне виховання, фізичне навантаження, руховий досвід, рефлексія, сприйняття, комунікація.

Vrzhesnevskiy Ivan, Rakitina Tatiana, Orlenko Natalia, Yanishevskiy Yuriy Specifics of perception and assessment of motor experience in the pedagogy of motor activity and physical effort. In the pedagogical tradition of physical education, such an important factor as "personal movement experience" is not sufficiently represented. Neglecting the specified influencing factor significantly reduces the effectiveness of the pedagogical process of this discipline. The author's vision of the role of a person's motor experience in the communicative field of physical education and in the formed "attitudes" of an individual towards regular physical exertion is proposed in the work. The purpose of the study is to explain the significance of the interaction of psychophysiological, pedagogical and anthropological factors of personal motor experience in the context of the perception of physical efforts, in accordance with the specifics of role communication in physical education.

The multifaceted effects of personal movement experience in the context of forming an attitude to physical education are revealed. According to the results of testing and a questionnaire survey (regarding key elements of attitude to physical education

and loads) of first-year students of NAU, the following levels of the state of "motor experience" of students are proposed: "initial", "basic", "sufficient" and "sufficient plus". The specificity of the teacher's role communication is determined. Based on the results of the analysis and generalization of teaching experience, testing and questionnaires, the following sequence of acquiring a person's motor experience was proposed: "initial", "basic", "sufficient", "sufficient plus" with the provision of appropriate definitions.

Conclusions:

- the lack of adequate personal motor experience calls into question at a certain stage the student's subjectivity in the pedagogical process of physical education;
- stratification of the contingent of those who engage in personal movement experience reduces the effectiveness of physical education classes;
- a physical education teacher must adapt his motor experience to the general field of pedagogical practice in physical education.

Keywords: physical education, physical activity, movement experience, reflection, perception, communication.

Вступ. На сучасному етапі розвитку суспільства поширюються негативні тенденції у фізичному здоров'ї та фізичній підготовленості студентської молоді. Вплив гіподинамії набуває загрозливого характеру, особливо на тлі ризиків та спокус віртуального простору. У цьому контексті фізичне виховання прийнято вважати одним з найбільш ефективних педагогічних інструментів у зазначеній сфері. Оптимізація і подальше посилення ефективності фізичного виховання завжди було і залишається актуальною вимогою для сучасної освіти. Осмислення суб'єкт-суб'єктних відносин у цьому специфічному педагогічному просторі потребує розсунення горизонтів та дослідження їх репрезентації у контексті міжпредметного підходу.

Проблематика, яка окреслюється у запропонованому матеріалі стосується, передусім, специфічного сегменту складно структурованого рухового досвіду. Формально цей досвід розглядається у матеріалах відповідної статистики, відсуваючи на задній план процедури самоаналізу та самоспостереження. Через це фактичність рухового досвіду позбавляється контр-фактичності на перехресті симетричних і асиметричних відносин в рамках навчального процесу фізичного виховання.

Мета. Експлікація значущості взаємодії психофізіологічних, педагогічних та антропологічних чинників особистого рухового досвіду у контексті сприйняття фізичних зусиль, відповідно до специфіки рольової комунікації у фізичному вихованні.

Методи дослідження: аналіз та узагальнення спеціальної літератури і наявного досвіду, анкетування, концептуальний аналіз, експлікація власних логічних схем.

Виклад основного матеріалу. Як відомо, сприйняття людиною предметів та явищ зовнішнього світу під час спілкування з іншими трансформується у вербальному або візуальному вигляді (зоровий та слуховий аналізатори). Ця комунікація передбачає певні символи (образи, слова, цифри) які мають загальний та зрозумілий для всіх код. Сучасний потік інформації створює величезну кількість копій та сімулякрів, які врешті решт знищують реальність [3]. Відповідно зазначена комунікація може мати апелятивну (заклик), нормативну (імператив) та екзистенційно-антропологічну (індивідуальну) інтенціональність. Саме ця спрямованість надає суб'єктний сенс діючим особам фізичного виховання. Зазначений набір символів надає можливість передавати інформацію щодо навколишньої дійсності від однієї людини до іншої. Власне кажучи, педагогіка, як процес навчання та виховання нових поколінь базується саме на передачі накопиченого досвіду – інформації (кодованих символів) від одного користувача іншому. Звісно при цьому неминучий певний індивідуальний емоціональний супровід та особистий підтекст (як від передаючого, так і сприймаючого). Але навіть така схема не в повній мірі спрацьовує у фізичному вихованні, бо зазнає певного редуктивізму у комунікативному вимірі та рефлексіях фізичних зусиль людини. А саме – передача сприйняття людиною своїх внутрішніх фізіологічних процесів, змін та явищ, а також їхня трансляція у комунікативних актах. Зокрема йдеться про відчуття щодо процесів в організмі людини які виникають під час, або після, виконання фізичних вправ, чи навантажень, у вербальних (слово) або візуальних (жест, міміка) символах передаються лише частково.

Треба зазначити, що фізичні навантаження більшою мірою сприймаються нашим організмом через пропріоцентивний тобто руховий аналізатор. Частина інформації щодо сприйняття організмом людини фізичних зусиль, навантажень, вправ виходить за межі вербально-візуального каналу зв'язку (2 сигнальна система). Також, значна частина відчуттів під час цих процесів (відчуття втоми, падіння працездатності, відновлення і т.і.) не передається, або лише частково передається у вербальних або візуальних символах. У багатьох ці відчуття акумулюються на несвідомому рівні (оскільки, центри рухового аналізатору знаходяться у різних місцях, не тільки головного, але й продовгуватого мозку), як особистий руховий досвід – лише для внутрішнього споживання [5, 6]. Тобто, психіка людини частину сигналів від м'язів та функціональних систем організму, що надходять під час напруженої фізичної діяльності декодує на несвідомому рівні, за співпраці багатьох аналізаторів (рухового, больового, зорового, тактильного і т.і.), з необов'язковою подальшою рефлексією (вихід на свідомий рівень). Описередковано така думка знаходить підтвердження у результатах анкетування студентів I курсу: на відчуття організму після виконання фізичних вправ (несвідоме) у ставленні до фізичних навантажень орієнтуються 59,1% з 181 анкетованих студентів [1, 4].

Таким чином, під час навчально-тренувального процесу педагог, коли призначає навчальне завдання може на несвідомому рівні внутрішньо апелювати до власного рухового досвіду, до відчуттів свого організму під час виконання заданих вправ або навантажень. Звісно, що сприйняття у студента може бути зовсім іншим, відповідно до його особистого рухового досвіду.

Зазначений момент не достатньо досліджено та не відображено у доступній нам фаховій літературі. Але можна припустити, що цей «продукт» індивідуального рухового досвіду безпосередньо на несвідомому рівні бере участь у формуванні ставлення студента до власної «тілесності» [2].

Саме фактор «особистого рухового досвіду» (незалежно від його наявного об'єму, свідомого чи несвідомого, або позитивного чи негативного сприйняття) і визначає спектр та різноманітність поглядів усіх учасників освітнього процесу щодо спрямованості та «варіативності» думок щодо фізичного виховання. Незважаючи на те, що цей досвід носить глибоко особистий характер людині доволі часто притаманно переносити власні відчуття та висновки на всі загальні аспекти пов'язані з людською тілесністю та апелювати до них у контексті педагогічного процесу «фізичного виховання». Звісно, що така екстраполяція суттєво знижує потенціал фізичного виховання (як соціального та освітянського конструкта), що, у свою чергу, посилює негативні тенденції пов'язані з гіподинамією у сучасному суспільстві. Додамо, що таким чином, імперативи фізичного виховання можуть вступати у дисонанс з особистим сприйняттям студентом деяких елементів його рухового досвіду.

Треба зазначити, що вплив «особистого рухового досвіду» викладача фізичного виховання, все ж таки досить уніфікований. Передусім за рахунок теоретико-методичної підготовки та певної рефлексії під час набуття професійної освіти. Також нівелює особистісні підтексти наявності практичного досвіду викладання (особливо з контингентом різного рівня підготовленості).

В той же час у сучасній молоді (учні, студенти) спостерігається певне розшарування щодо набуття рухового досвіду. Так із студентів 1 курсу 2023 р. за результатами тестування та співбесід до складу збірних команд НАУ було зараховано 101 першокурсник (3,2%), що априорі, говорить про наявність саме у цього контингенту певного рівня фізичної підготовленості та відповідного рухового досвіду. У той же час 48% зазначеного контингенту вперше виконували стрибок у довжину з місця, 61% вперше долали відносно довгу бігову дистанцію (1,5 ж., 2 ч.), 38% юнаків вперше виконували підтягування на поперечній перекладині. Тобто руховий досвід у дуже значної частини студентів 1 курсу, на жаль, був на початковому рівні. В рамках власної оптики та педагогічного досвіду, а також аналізуючи та узагальнюючи результати тестування та анкетного опитування (щодо ключових елементів ставлення до фізичних вправ та навантажень) студентів I курсу НАУ (вересень-листопад 2023 р.) ми пропонуємо наступний варіант ієрархії визначення стану «рухового досвіду» студентів:

1. «Початковий» (наявність досвіду ходіння та повільного бігу з критично малими фізичними навантаженнями);
2. «Базовий» (передбачає наявність досвіду ходіння, бігу, лазіння, метання, силової підготовки, виконання завдань з «середніми» навантаженнями для організму індивіда);
3. «Достатній» (передбачає наявність базового плюс елементи самопримусу та особистої регулярної рухової практики);
4. «Достатній+» (додається змагальний досвід, досвід системного самопримусу та позитивний досвід планування індивідуальних практик).

У психолого-педагогічному аспекті перехід від одного етапу до іншого супроводжується певними аксіологічними процесами, які базується на перманентній рефлексії. Цей процес потребує регулярного самоаналізу та підтвердження ціннісних установок (в процесі формування відповідного ставлення).

Зазначене розшарування рухового досвіду студентів ставить перед викладачем відразу декілька викликів. Це стосується корекції завдань, підбору засобів і методів, визначення параметрів навантажень і т.і. «Різнорівневний» досвід впливає на сприйняття контингентом змісту програмного матеріалу. Тобто те, що для одних студентів «легко», для інших «важко» або «дуже важко». І це також треба враховувати. Паралельно з цим виникає пошук і у комунікативній сфері засобів спілкування (переконання), відповідно до визначення можливого оптимального рівня сприйняття кожним учасником зазначеної комунікації. Окремо треба зазначити, що невідповідність опосередкованого досвіду, наданого чисто теоретичним шляхом (у тому числі і шляхом комунікації), власному руховому досвіду студента, викликає певну дезорієнтацію, що у свою чергу, створює підґрунтя для перманентного когнітивного дисонансу.

Крім того, розглядаючи питання комунікацій у педагогіці рухової активності у фізичних зусиль у загальному контексті автори припускають, що головна кінцева мета зазначеної комунікації – сприяти, за рахунок відповідної рефлексії, формуванню позитивного ставлення особистості учня або студента до оптимальної функціональності власного фізичного тіла. З чітким розумінням, що такий «оптимум» може базуватися лише на регулярних збалансованих фізичних навантаженнях та зусиллях у рамках індивідуальних рухових практик. Тобто спілкування та підтримка студента, який вже вийшов на рівень «достатнього» рухового досвіду.

На нашу думку для позитивного результату зазначена комунікація має відбуватися на доступному для сприйняття рівні тих, хто займається, рівні. Педагог має спробувати визначити рівень особистого сприйняття учнем запропонованих зусиль (у рамках його реального рухового досвіду) за рахунок спрямованої комунікації з «несвідомого до зони ясної свідомості». Саме у цьому виявляється «суб'єктивність» викладача, а стабільна лонгетюдна «суб'єктивність» студента у педагогіці рухової активності та фізичних зусиль з'являється тільки на етапі формування свідомого позитивного ставлення до занять фізичним вихованням.

Висновки. Таким чином, сприйняття біомеханіки вправ, м'язових напружень, втоми та адаптації організму до незвичних фізичних навантажень у студентів які мають мінімальний руховий досвід на початковому етапі занять фізичним вихованням буде суттєво відрізнятись від «картини», що вже склалася у свідомості (та також на підсвідомому рівні) у «ветеранів» фізичної культури. Відсутність адекватного особистого рухового досвіду регулярної рухової активності та відповідної рефлексії ставить, на певному етапі, під сумнів суб'єктивність студента у контексті навчального процесу фізичного виховання. Додамо, що індивідуальний руховий досвід, як базис для формування ставлення, має різноманітні як позитивні, так і негативні аспекти.

Відповідно до своїх професійних обов'язків викладач повинен, і має для цього усі передумови, адаптувати особистий руховий досвід до загального поля педагогічної практики фізичного виховання з урахуванням певних протиріч між власним сприйняттям процесу фізичної підготовки та специфікою сприйняття кожного з учасників (студентів) цієї дії. Саме ці розбіжності і протиріччя спонукають до комунікативних збоїв (якщо їх ігнорувати) до комунікативних збоїв.

Література

1. Вржесневська Г.І., Вржесневський І.І., Веліченко М.А. Свідоме та несвідоме у проблемному просторі сприйняття студентами впливів фізичного виховання / Фізичне виховання в контексті сучасної освіти: матеріали XVII Міжнар. наук.-практ. конф. За заг. ред. І.І. Вржесневського. – К.: НАУ, 2022. – С. 30–33.
2. Вржесневський І.І., Вржесневська Г.І., Лукашова І.В., Ракитіна Т.І. Свідоме та несвідоме у проблемному просторі ставлення студентів до фізичного виховання / Науковий часопис – Серія 15: науково-педагогічні проблеми фізичної культури: зб.наук.праць. – К., НПУ ім. М.П. Драгоманова, 2021. – Вип. 3 (133)21. – С. 24–28.
3. Симулякри і симуляція / переклад Володимира Ховхуна. — Київ: Видавництво Соломії Павличко «Основи», 2004.
4. Теория и методика физического воспитания. Общие основы теории и методики физического воспитания: учебник в 2-х томах / под редакцией Т. Ю. Круцевич. – К.: Олимпийская литература, 2003. – Том 1. – 423 с.
5. Mangfred, F., Detlef, K. (2020). Neuge Wege im Sport (Vol. 2). Internationaler Sport und seine Probleme. Munster.
6. Slotedijk Peter (2011). Philosophische Temperamente. Von Platonbis Foucault.

References

1. Vrzhesnevskya H.I., Vrzhesnevskiy I.I., Velichenko M.A. Svidome ta nesvidome u problemnomu prostori spryiniattia studentamy vplyviv fizychnoho vykhovannia / Fizychno vykhovannia v konteksti suchasnoi osvity: materialy XVII Mizhnar. nauk.-prakt. konf. Za zah. red. I.I. Vrzhesnevskoho. – K.: NAU, 2022. – S. 30–33.
2. Vrzhesnevskiy I.I., Vrzhesnevskya H.I., Lukashova I.V., Rakytina T.I. Svidome ta nesvidome u problemnomu prostori stavlennia studentiv do fizychnoho vykhovannia / Naukoviy chasopys – Seria 15: naukovopedagogichni problemy fizychnoi kultury: zb.nauk.prats. – K., NPU im. M.P. Drahomanova, 2021. – Vyp. 3 (133)21. – S. 24–28.
3. Symuliakry i symuliatsiia / pereklad Volodymyra Khovkhuna. — Kyiv: Vydavnytstvo Solomii Pavlychko «Osnovy», 2004.
4. Teoryia y metodyka fizycheskoho vospytanyia. Obschnye osnovy teoryy y metodyky fizycheskoho vospytanyia: uchebnyk v 2-kh tomakh / pod redaktsyei T. Yu. Krutsevych. – K.: Olympyskaia lyteratura, 2003. – Tom 1. – 423 s.
5. Mangfred, F., Detlef, K. (2020). Neuge Wege im Sport (Vol. 2). Internationaler Sport und seine Probleme. Munster.
6. Slotedijk Peter (2011). Philosophische Temperamente. Von Platonbis Foucault.

DOI: [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.1\(173\).11](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.1(173).11)

УДК 796.012.2:[796.056.222:796:332

Грибовська Н. О.
викладач

**Львівський державний університет фізичної культури
імені Івана Боберського, м. Львів
Заневський І. П.**

**доктор технічних наук, професор
Львівський державний університет фізичної культури
імені Івана Боберського, м. Львів**

СКЛАДНА ЗОРОВО-МОТОРНА РЕАКЦІЯ КВАЛІФІКОВАНИХ ВОРОТАРІВ У ФУТБОЛІ

Метою роботи було визначити надійність тесту реакції вибору для контролю навчально-тренувального процесу кваліфікованих спортсменів воротарів у футболі. Використовувалися наступні методи дослідження: теоретичний аналіз та узагальнення даних науково-методичної літератури та мережі Інтернет, медико-біологічні методи, педагогічне спостереження, методи математичної статистики. Відповідні обчислення проведено з використанням пакету аналізу комп'ютерної програми MS Excel і функцій комп'ютерного пакету Statistica. Дослідження охоплювали 11 воротарів у футболі Української Прем'єр-ліги. Вимірювання часу складної реакції проводилося на початку навчально-тренувальних занять у десяти спробах. Результат фіксувався з точністю до однієї мілісекунди.

Виявлено, що індивідуальна варіація результатів вимірювань часу складної реакції виявилася на середньому рівні ($V=3,8\div 22,1\%$). За величиною коефіцієнта інтракласової кореляції ($ICC=0,747$) надійність тесту на латентний час може бути оцінена прийнятною. Тест може застосовуватися для індивідуального підходу в оцінюванні стану воротарів у футболі та відповідного управління його ігровою діяльністю.

Ключові слова: футбол, воротарі, кваліфіковані спортсмени, зорово-моторна реакція.

Hrybovska N. O., Zanevskyy I. P. Complex visual-motor reaction of qualified goalkeepers in football. The purpose of the work was to determine the reliability of the choice reaction test for monitoring the educational and training process of qualified football goalkeeper athletes. The following research methods were used: theoretical analysis and generalization of data from scientific and methodological literature and the Internet, medical and biological methods, pedagogical observation, methods