DOI: https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.02(187).10
УДК: 373.3.016:796.4

Васильєва А.О.
магістр 2 курсу, вчитель фізичного виховання
Київський столичний університет імені Бориса Грінченка, Київ, Україна
Ліцей 84, Печерського району, м. Київ
https://orcid.org/0009-0005-6574-5059
Латишев М.В.
кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент,
доцент кафедри фізичного виховання і педагогіки спорту
Київський столичний університет імені Бориса Грінченка, Київ, Україна
https://orcid.org/0000-0001-9345-2759
Квасниця І.М.
доктор філософії, доцент,
доцент кафедри теорії і методики фізичного виховання і спорту
Хмельницький національний університет, Хмельницький, Україна
https://orcid.org/0000-0003-1718-3301
Хіміч В.Л.
доктор філософії, доцент,
доцент кафедри теорії і методики фізичного виховання і спорту
Хмельницький національний університет, Хмельницький, Україна
https://orcid.org/0000-0001-8150-4769
Тіптюк Ю.С.
викладач кафедри фізичного виховання і педагогіки спорту
Київський столичний університет імені Бориса Грінченка, Київ, Україна
https://orcid.org/0009-0005-4876-0011

МОТИВАЦІЯ ДІТЕЙ ДО ЗАНЯТЬ АКРОБАТИКОЮ

Мотивація дітей молодшого шкільного віку до занять акробатикою є важливим аспектом, що впливає на їхнє здоров'я, соціалізацію та гармонійний розвиток. Мета дослідження – дослідити вплив внутрішніх та зовнішніх мотиваційних показників на кількість відвідувань занять акробатикою серед дітей молодшого шкільного віку. Для вивчення мотиваційної сфери дітей молодшого шкільного віку було використано анкету, яку заповнювали 14 учнів. Оцінювання мотиваційних показників дітей до занять акробатикою показало, що найбільші бали отримали пункти «Мені цікаво тренуватися та дізнаватися нове» (2,9 бала) і «Мені подобається досягати нових цілей» (2,9 бала). Найнижчий результат продемонстрував пункт «Мені буде соромно, якщо я покину» (1,0 бал). Аналіз кореляції виявив, що внутрішні мотиватори, такі як інтерес до спорту (коефіцієнт 0,52), позитивно впливають на регулярність відвідувань. Натомість мотиви, пов'язані із самодисципліною, мали негативний вплив (-0,52). Дослідження показало, що внутрішні мотиваційні показники, такі як інтерес до спорту та задоволення від досягнення результатів, є ключовими факторами регулярного відвідування занять акробатикою дітьми молодшого шкільного віку.
***Ключові слова**: акробатика, тренування, мотивація, дитячий спорт, режим, фізична активність.*

***Abstract. Vasylieva A., Latyshev M., Kvasnytsya I., Khimich V., Tiptiuk Y. Motivation of children to training in acrobatics.** The motivation of children of primary school age to engage in acrobatics is an important aspect that affects their health, socialization and harmonious development. Studying the internal and external factors that determine children's desire to participate in sports allows improving the training process and contributing to the formation of a healthy lifestyle. The aim of the study to investigate the influence of internal and external motivators on the number of visits to acrobatics classes among children of primary school age. To study the motivational sphere of children of primary school age, a questionnaire developed on the basis of previous studies was used, which was filled out by 14 students under the supervision of trainers. Evaluation of children's motivational indicators for acrobatics classes showed that the items "I am interested in training and learning new things" (2,9 points) and "I like to achieve new goals" (2,9 points) received the highest scores. The lowest result was shown by the item "I will be ashamed if I leave" (1,0 points). Correlation analysis revealed that intrinsic motivators, such as interest in sports (coefficient 0,52), had a positive effect on regularity of attendance. Instead, motives related to self-discipline had a negative effect (-0,52). The study showed that intrinsic motivators, such as interest in sports and satisfaction from achieving results, are key factors in regular attendance of acrobatics classes by primary school children.*
***Key words:** acrobatics, training, motivation, children's sports, regime, physical activity.*

Постановка проблеми. Мотивація дітей молодшого шкільного віку до занять спортом є одним із важливих аспектів мотиваційної сфери дітей. Визначення впливу внутрішніх і зовнішніх мотиваційних факторів є необхідним для розробки ефективних стратегій залучення дітей до спорту та збереження їхнього інтересу до тренувань

Аналіз літературних джерел. Мотивація дітей молодшого шкільного віку до занять спортом є одним із важливих аспектів мотиваційної сфери дітей. На сучасному етапі розвитку суспільства фізична активність дітей є важливим

фактором, який впливає на їхнє здоров'я, соціалізацію та гармонійний розвиток. Акробатика, як один із комплексних видів спорту, сприяє розвитку координації, гнучкості, сили та самодисципліни, що робить її популярною серед батьків і тренерів для залучення дітей до регулярних тренувань [1; 2].

Попри важливість фізичної активності, спостерігається проблема нерегулярного відвідування дітьми спортивних занять, що може бути пов'язане з недостатньо сформованою мотивацією. Мотиваційна сфера дітей у цьому віці зазнає впливу як внутрішніх, так і зовнішніх факторів, які визначають їхнє бажання долучатися до спортивної діяльності. Вивчення цих аспектів є необхідним для розробки ефективних методик залучення дітей до спорту та збереження їхнього інтересу до тренувань [7, 9].

Розуміння того, які мотиватори є ключовими для дітей, дозволяє вдосконалювати тренувальний процес і створювати сприятливі умови для залучення до спорту. Це є важливим як для підвищення спортивних результатів, так і для формування в дітей здорового способу життя та стійкого інтересу до фізичної активності [3; 5].

Дослідження мотивації до занять акробатикою є актуальним не лише для покращення спортивних програм, але й для сприяння загальному вихованню дитини. Аналіз впливу різних мотиваторів, таких як цікавість, бажання досягати успіху чи зовнішній тиск, дозволить визначити оптимальні стратегії для підтримки інтересу до занять та зменшення кількості пропусків. Усе це обумовлює актуальність до дослідження мотиваційних аспектів занять акробатикою [6; 8].

Мета дослідження – дослідити вплив внутрішніх та зовнішніх мотиваційних показників на кількість відвідувань занять акробатикою серед дітей молодшого шкільного віку.

Матеріал і методи дослідження. Для дослідження мотивів участі дітей у заняттях акробатикою було застосовано анкету, яку заповнювали діти. Анкета побудована на основі досліджень фахівців [4; 8; 10], які проводили дослідження мотиваційної сфери спортсменів до навчально-тренувального процесу. У дослідженні взяли участь 14 учнів 1-2 класів. Для забезпечення етичних норм було попередньо отримано письмову згоду від батьків кожної дитини. Анкета складалася з десяти питань, кожне з яких було спрямоване на виявлення мотиваційних аспектів участі дітей у заняттях акробатикою. Оцінки відповідей в анкеті проводилися за трехбальною шкалою. Анкетування проводилося під наглядом тренерів, які допомагали дітям заповнити анкети, пояснюючи незрозумілі питання.

Анкета складалася з наступних питань: 1. Тому що мені це подобається? 2. Мені цікаво тренуватися та дізнаватися про цей спорт багато нового? 3. Тому що це можливість бути тим, ким я є? 4. Тому що мені буде соромно, якщо я покину? 5. Тому що мені подобається досягати нових цілей? 6. Тому що цей спорт вчить мене самодисципліні? 7. Тому що мені подобається відчуття успіху, перемоги? 8. Тому що інші люди (батьки, друзі) наполягають займатися? 9. Тому що вважаю мій спорт найкращим? 10. Щоб задовольнити людей (батьків, родичів, друзів), які хочуть, щоб я займалася (займався)?

Для обробки результатів було використано програмне забезпечення Microsoft Excel, для визначення зв'язку між мотивацією до занять акробатикою та кількістю відвідувань використовувався коефіцієнт кореляції Пірсона.

Результати дослідження та їх обговорення. Опис мотиваційних показників дітей до занять акробатикою в молодшому шкільному віці базується на результатах анкетування, яке дозволило оцінити внутрішні та зовнішні чинники, що впливають на їх участь у тренуваннях. Результати анкетування на перші п'ять питань представлені на Рис. 1.

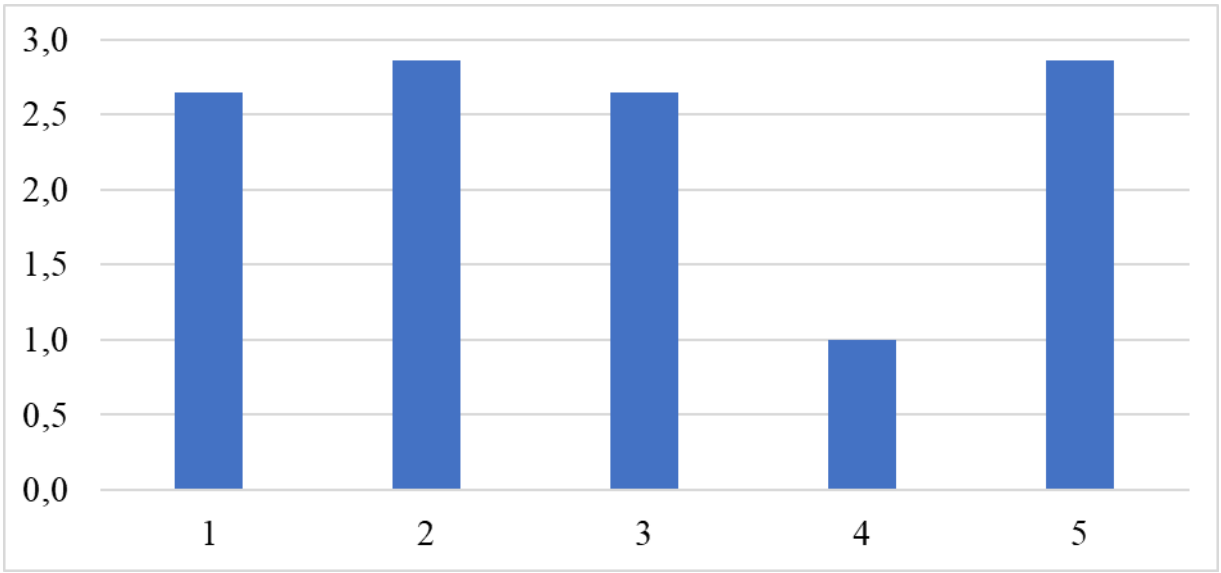

Рис. 1. Оцінка мотиваційних показниках дітей до заняття акробатикою за допомогою анкетування (перша частина): 1 – Тому що мені це подобається; 2 – Мені цікаво тренуватися та дізнаватися про цей спорт багато нового; 3 – Тому що це можливість бути тим, ким я є; 4 – Тому що мені буде соромно, якщо я покину; 5 – Тому що мені подобається досягати нових цілей.

На основі отриманих результатів можна виокремити декілька основних тенденцій. Найбільше значення мають два показники: інтерес до тренувань та прагнення дізнатися нову інформацію про спорт (2,9 бала), а також задоволення від

досягнення нових цілей (2,9 бала). Ці показники демонструють, що для дітей найбільш вагомими мотиваторами є інтерес та процес саморозвитку, а також відчуття успіху, яке виникає після досягнення нових результатів. Третій за значенням показник – «Тому що мені це подобається» (2,6 бала) – свідчить про те, що діти займаються акробатикою переважно через задоволення від самої діяльності. Показник «Тому що це можливість бути тим, ким я є» також має значення 2,6 бала, що свідчить про те, що заняття акробатикою допомагають дітям самовиражатися, хоча цей аспект не є найголовнішим мотиватором. Найменше значення показав пункт «Тому що мені буде соромно, якщо я покину» (1,0 бала). Це означає, що зовнішній тиск або страх перед осудом зі сторони не є вагомим фактором для більшості дітей.

Результати анкетування складалося з запитань (Рис. 2.), які стосувалися як внутрішніх мотиваторів, таких як самодисципліна та особистий інтерес до спорту, так і зовнішніх, пов'язаних із впливом оточуючих людей.

За результатами аналізу, найвищий показник отримав пункт «Тому що вважаю мій спорт найкращим» (3,0 бала). Це свідчить про високу самоідентифікацію дітей зі своїм видом спорту та позитивне ставлення до занять акробатикою. На другому місці за значенням виявився показник «Тому що цей спорт вчить мене самодисципліні» (2,8 бала). Третій за значенням показник – «Тому що мені подобається відчуття успіху, перемоги» (2,6 бала) – демонструє, що діти отримують задоволення від досягнення результатів, що супроводжується відчуттям власного успіху.

Натомість показники, пов'язані з зовнішнім впливом, отримали найнижчі бали: «Тому що інші люди (батьки, друзі) наполягають займатися» (1,0 бал) та «Щоб задовольнити людей (батьків, родичів, друзів), які хочуть, щоб я займалася (займався)» (1,0 бал). Це свідчить про те, що зовнішній тиск або бажання відповідати очікуванням оточуючих мають мінімальний вплив на мотивацію дітей до занять акробатикою.

Загалом, аналіз результатів анкетування на рисунку 2 дозволяє зробити висновок, що діти молодшого шкільного віку демонструють переважно внутрішню мотивацію до занять акробатикою. Основними рушійними чинниками є самодисципліна, відчуття успіху та позитивне ставлення до свого виду спорту. Зовнішні чинники, такі як вплив оточуючих або бажання задовольнити їхні очікування, відіграють мінімальну роль у формуванні мотивації до занять.



Рис. 2. Оцінка мотиваційних показниках дітей до заняття акробатикою за допомогою анкетування (друга частина): 1 – Тому що цей спорт вчить мене самодисципліні; 2 – Тому що мені подобається відчуття успіху, перемоги; 3 – Тому що інші люди (батьки, друзі) наполягають займатися; 4 – Тому що вважаю мій спорт найкращим; 5 – Щоб задовольнити людей (батьків, родичів, друзів), які хочуть, щоб я займалася (займався).

Друга частина дослідження пов'язана з аналізом відвідувань занять та взаємозв'язків з мотивами до занять спортом. Аналіз результатів, наведених на рисунку 3, демонструє розподіл дітей молодшого шкільного віку за кількістю пропущених занять з акробатики.

Згідно з даними, група дітей, яка пропустила менше ніж 5% занять, складається з 4 осіб. Така ж кількість дітей (4 особи) пропустила від 5 до 15% занять. Найбільша кількість учасників, а саме 6 дітей, пропустили більше ніж 15% тренувальних занять. Це може свідчити про різний рівень зацікавленості та мотивації до регулярних занять акробатикою серед дітей. Але досить вагомим фактором є можливості батьків, бо діти в цьому віці ще залежні від можливостей батьків. В той же час аналіз показав, що в цілому всі діти відвідали більше 80 % занять, що є достатньо вагомим показником.

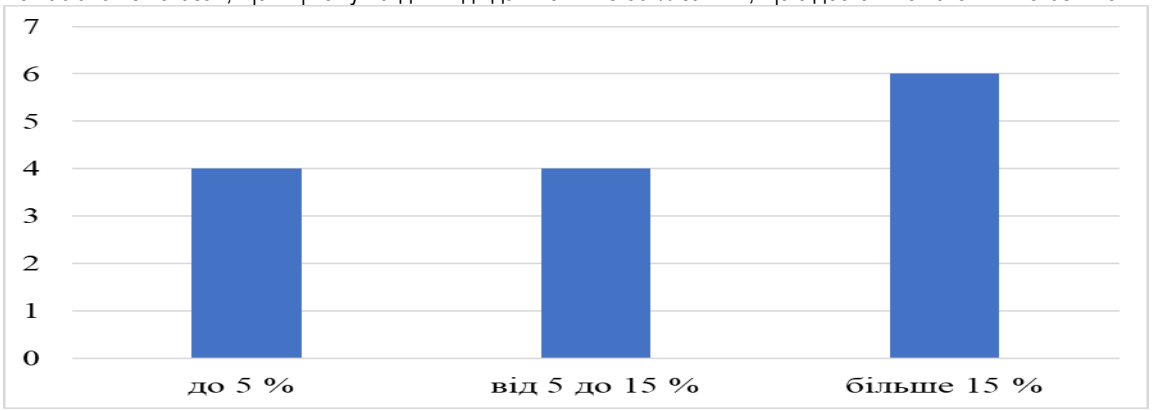

Рис. 3. Розподіл кількості дітей в залежності від пропущених занять

Результати кореляційного аналізу отриманих даних з анкетування та відвідування представлені на рисунку 4. Цей аналіз демонструє значення коефіцієнтів кореляції між кількістю відвідувань занять акробатикою та різними мотиваційними аспектами, визначеними за результатами анкетування. Застосовувалися тільки ті відповіді з анкет де є варіативність відповідей (деякі відповіді на питання були однакові для всіх дітей).

Найвищі значення коефіцієнтів кореляції (0,52) спостерігаються у випадках, коли діти відвідують заняття через те, що їм подобається цей вид спорту та тому, що вони ідентифікують себе з акробатикою. Це свідчить про те, що такі внутрішні мотиви мають сильний позитивний вплив на частоту відвідувань. Помірні позитивні кореляції (0,2) виявлені для мотивів, пов'язаних із цікавістю до тренувань, прагненням досягати нових цілей і відчуттям успіху. Водночас негативна кореляція (-0,52) спостерігається для мотиваційного показника, пов'язаного із самодисципліною.

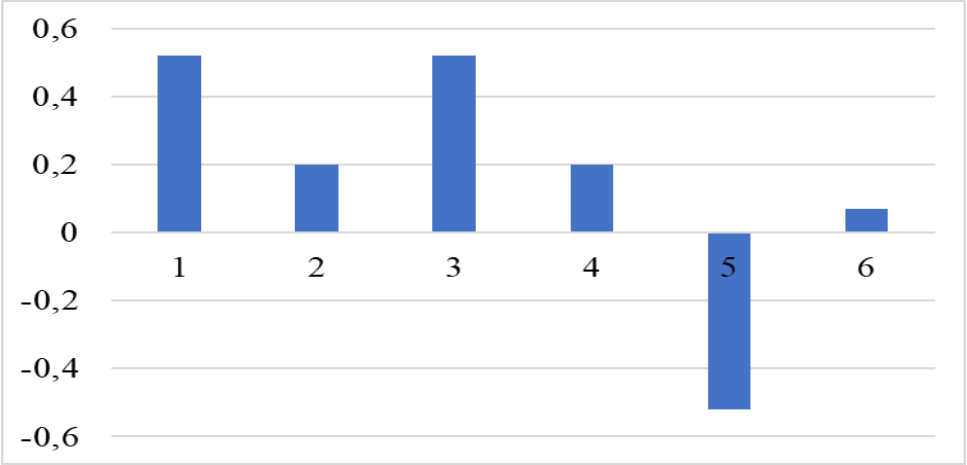

Рис. 4. Значення коефіцієнтів кореляції між кількістю відвідувань та оцінкою на питання анкетування: 1 – Тому що мені це подобається; 2 – Мені цікаво тренуватися та дізнаватися про цей спорт багато нового; 3 – Тому що це можливість бути тим, ким я є; 4 – Тому що мені подобається досягати нових цілей; 5 – Тому що цей спорт вчить мене самодисципліні; 6 – Тому що мені подобається відчуття успіху, перемоги.

Порівняльний аналіз показує, що мотиви, які базуються на особистому інтересі та задоволенні від самого процесу занять, мають значно більший вплив на кількість відвідувань у порівнянні з такими аспектами, як прагнення до досягнення успіху або дисципліна.

Висновки. Дослідження мотивацій дітей молодшого шкільного віку до занять акробатикою показало, що основними чинниками є внутрішні мотиви, такі як інтерес до тренувань, задоволення від досягнення нових цілей, бажання самовдосконалюватися та позитивне ставлення до виду спорту. Зовнішні мотиви: вплив батьків або прагнення задовольнити їхні очікування, відіграють мінімальну роль. Кореляційний аналіз виявив, що чим більше дитина асоціює себе з акробатикою і отримує задоволення від самого процесу, тим частіше вона відвідує заняття. Водночас дисципліна та примусові фактори виявилися менш значущими для регулярності відвідувань. Отже, для підвищення зацікавленості дітей у тренуваннях важливо підтримувати їхній особистий інтерес і створювати позитивну атмосферу занять.

Література

1.Безверхня Г.В., Цибульська В.В., Гончар Г.І. Формування мотивації до занять фізичною культурою і спортом школярів та студентів : монографія. Умань : ВПЦ «Візаві», 2016. 223 с.

2.Грецький О., Мицкан Б. Формуваня мотивації до занять спортом // Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. 2016. №8 (78 К). С. 24–29.

3.Драч Т. Розвиток дітей дошкільного віку засобами сучасної хореографії та акробатики // Молодий вчений. 2023. №10 (122). С. 79–82.

4.Коробейніков Г., Приступа Є., Коробейнікова Л., Бріскін Ю. Оцінювання психофізіологічних станів у спорті. Львів : ЛДУФК, 2013. 312 с.

5.Латишев М.В., Штанагей Д.В., Коротя В.В., Совгіря Т.М. Особистість тренера у єдиноборствах: сучасний стан // Єдиноборства. 2024. Т. 3 (33). С. 30–39. DOI: 10.15391/ed.2024-3.03C.

6.Пруднікова М. Мотивація до занять спортом на початкових етапах тренування // Основи побудови тренувального процесу в циклічних видах спорту. 2019. С. 205–208.

7.Черних Т., Мулик В., Корнієнко В. Засвоєння базових елементів техніки акробатики спортсменами-початківцями 6-7 років // Основи побудови тренувального процесу в циклічних видах спорту. 2021. №5. С. 208–217.

8.Воронова В.І. Психологія спорту: навчальний посібник. Київ : Олімпійська література, 2007. 298 с.

9.Lemyre N.P., Treasure D.C., Roberts G.C. Influence of variability in motivation and affect on elite athlete burnout susceptibility // Journal of Sport and Exercise Psychology. 2006. Vol. 28. P. 32–48.

10. Lonsdale C., Hodge K., Rose E.A. The Behavioral Regulation in Sport Questionnaire (BRSQ): Instrument development and initial validity evidence // Journal of Sport and Exercise Psychology. 2008. Vol. 30, №3. P. 323–355.

References

1.Bezverkhnya, H. V., Tsybulska, V. V., & Honchar, H. I. (2016). Formation of motivation for physical culture and sports among schoolchildren and students: Monograph. VPC "Vizavi".

2.Hretskyi, O., & Mytskan, B. (2016). Formation of motivation for sports. Scientific Journal of NPU named after M.P. Drahomanov, 8(78K), 24–29.

3.Drach, T. (2023). Development of preschool children through modern choreography and acrobatics. Young Scientist, 10(122), 79–82.

4.Korobeinykov, H., Prystupa, Ye., Korobeinykova, L., & Briskin, Yu. (2013). Assessment of psychophysiological states in sports. LDUFK.

5.Latyshev, M. V., Shtanahei, D. V., Korotya, V. V., & Sovhirya, T. M. (2024). The personality of a coach in martial arts: The current state. Martial Arts, 3(33), 30–39. https://doi.org/10.15391/ed.2024-3.03

6.Prudnikova, M. (2019). Motivation for sports at the initial stages of training. In Basics of training process construction in cyclic sports (pp. 205–208).

7.Chernykh, T., Mulyk, V., & Korniyenko, V. (2021). Mastering basic acrobatic techniques by beginner athletes aged 6-7 years. Basics of training process construction in cyclic sports, 5, 208–217.

8.Voronova, V. I. (2007). Sports psychology: Textbook. Olympic Literature.

9.Lemyre, N. P., Treasure, D. C., & Roberts, G. C. (2006). Influence of variability in motivation and affect on elite athlete burnout susceptibility. Journal of Sport and Exercise Psychology, 28, 32–48.

10. Lonsdale, C., Hodge, K., & Rose, E. A. (2008). The Behavioral Regulation in Sport Questionnaire (BRSQ): Instrument development and initial validity evidence. Journal of Sport and Exercise Psychology, 30(3), 323–355.

DOI: https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.02(187).11
УДК 796.92

Власенко С. О.,
кандидат педагогічних наук, професор,
Заслужений тренер України,
Заслужений працівник фізичної культури і спорту України,
професор кафедри теорії і методики фізичного виховання
Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини
ORCID: 0000-0003-2369-1599
Ящук С. М.,
доктор педагогічних наук, професор,
декан факультету фізичного виховання,
Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини.
ORCID: 0000-0002-8309-5898
Гончар Г. І.,
кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент,
завідувач кафедри теорії і методики фізичного виховання
Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини
ORCID: 0000-0003-2690-4326

ЗНАЧЕННЯ СПЕЦІАЛЬНОЇ ВИТРИВАЛОСТІ ТА СПРИТНОСТІ В СИСТЕМІ ПІДГОТОВКИ ЛИЖНИКІВ-ГОНЩИКІВ

Проблема розвитку й удосконалення витривалості та спритності у спортсменів є дуже актуальною і привертає постійну увагу фізіологів, педагогів, спортсменів і тренерів.

Гонки на лижах, як відомо, є типовим видом спорту на витривалість. У фізіологічному плані вони відносяться до роботи помірної інтенсивності. Однак під час подолання підйомів і фінішних ділянок потужність роботи визначається часом і величиною затраченої енергії, яка значно підвищується. Спритність лижника-гонщика визначається його здатністю оптимально управляти швидкістю пересування під час гонки, будувати змагальну діяльність у залежності від ситуації, яка складається з метою посісти високе місце у змаганні.

Метою дослідження є обґрунтування ролі та значення витривалості та спритності в системі підготовки спортсменів-лижників і реалізації рухового потенціалу у змаганнях.

Для отримання результатів дослідження застосовувались такі методи: теоретичний аналіз і синтез, систематизація, узагальнення інформації, викладеної у наукових джерелах.

Ключові слова: *тренування, витривалість, спритність, працездатність, швидкість.*

Vlasenko Stepan, Yashchuk Serhii, Honchar Halyna. The importance of special endurance and agility in the training system of racing skiers.

One of the essential factors that determine the level of special performance of the skier-racer is endurance and agility, through them the entire motor potential in competitions is realized. Therefore, of particular interest is the study of the peculiarities of the development of these qualities.