

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ВОЛИНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ЛЕСІ УКРАЇНКИ**

Кафедра фітнесу і циклічних видів спорту

На правах рукопису

СЕРГЕЄВ ОЛЕКСАНДР СЕРГІЙОВИЧ

**ВПЛИВ ПЕДАГОГІЧНОГО КОНТРОЛЮ НА ФОРМУВАННЯ
МОТИВАЦІЙ ДО ЗАНЯТЬ ФУТБОЛОМ НА ЕТАПІ ПОЧАТКОВОЇ
ПІДГОТОВКИ**

Спеціальність: 017 «Фізична культура і спорт»
Освітня програма «Фізична культура і спорт»
Робота на здобуття освітнього ступеня «Магістр»

Науковий керівник:
САВЧУК СВІТЛАНА ІВАНІВНА,
кандидат наук з фіз. вих і спорту,
доцент

РЕКОМЕНДОВАНО
ДО ЗАХИСТУ
Протокол № ____
засідання кафедри фітнесу і
циклічних видів спорту
від _____ 2025 р.
Завідувач кафедри
(Індика С.Я.)

ЛУЦЬК 2025

ВСТУП		3
РОЗДІЛ 1	УПРАВЛІННЯ І ПЕДАГОГІЧНИЙ КОНТРОЛЬ У ФОРМУВАННІ МОТИВАЦІЙ В ФУТБОЛІ	5
1.1.	Формування та розвиток мотивації до спортивної активності	5
1.2.	Особливості контролю та управління у спортивному тренуванні футболістів	15
1.3.	Педагогічний контроль як чинник формування мотивації до занять футболом	21
	Висновки до I розділу	24
РОЗДІЛ 2	МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕНЬ	25
2.1.	Методи дослідження	25
2.2.	Організація дослідження	28
РОЗДІЛ 3	ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧНІ ОСНОВИ ФОРМУВАННЯ МОТИВАЦІЇ ДО ЗАНЯТЬ ФУТБОЛОМ НА ЕТАПІ ПОЧАТКОВОЇ ПІДГОТОВКИ	30
3.1.	Аналіз фізичної підготовленості футболістів на початковому етапі педагогічного експерименту	30
3.2.	Формування мотиваційно-ціннісних орієнтацій у футболістів етапу початкової підготовки.	33
3.3.	Методика формування мотивації до занять футболом на етапі початкової підготовки	41
3.4.	Аналіз і узагальнення результатів експериментальної перевірки	46
	Висновки до III розділу	49
ВИСНОВКИ		51
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ		53
ДОДАТКИ		58

ВСТУП

Актуальність теми дослідження. Сучасні умови розвитку суспільства висувають підвищені вимоги до фізичного розвитку, зміцнення здоров'я та загартування дітей. Одним із пріоритетних завдань національної школи є пошук ефективних шляхів залучення дітей і молоді до систематичних занять фізичними вправами. У процесі фізичного виховання та спортивної підготовки необхідно враховувати такі чинники: інтерес дітей до занять, рівень їх мотивації та професійну компетентність тренерів.

Наукові дослідження у сфері фізичного виховання та спортивного тренування свідчать, що підвищення ефективності фізичної підготовки спортсменів безпосередньо залежить від удосконалення навчально-тренувального процесу. Заняття фізичними вправами здійснюються під впливом певних мотивів і спонукань, які формують мотиваційну сферу навчально-тренувальної діяльності. Це потреби, інтереси, переконання, ідеали та ціннісні орієнтації, що визначають ставлення до спорту [2; 10].

Формування мотивацій до занять футболом є важливою передумовою фізичної підготовленості і гармонійного розвитку. У навчально-методичній літературі [11] розглянуто різноманітні підходи до вивчення питань змістовності мотивацій у навчально-тренувальній діяльності. Водночас, продовжується дискусія щодо сутності мотивацій, їх співвідношення з інтересами до тренування, ролі і місця їх у навчально-тренувальному процесі. Нерозробленою залишається проблема використання мотивацій у формуванні стійкої мотиваційної сфери щодо футболу.

Враховуючи недостатню теоретичну розробку означеної проблеми і, внаслідок цього, недостатню реалізацію її у практичній діяльності тренерів, а також, враховуючи соціальну значимість і практичну необхідність формування здорового покоління, темою магістерського дослідження обрано: „Вплив педагогічного контролю на формування мотивацій до занять футболом на етапі початкової підготовки”.

Мета роботи – розробити та експериментально перевірити ефективність методики педагогічного контролю у формуванні мотивацій до занять футболом дітей на етапі початкової підготовки.

Об'єкт дослідження – ефективне управління тренувальним процесом футболістів на етапі початкової підготовки.

Предмет дослідження – педагогічний контроль у формуванні мотивацій до занять футболом дітей етапу початкової підготовки.

Завдання дослідження:

1. Оцінити фізичну підготовленість футболістів на етапі початкової підготовки.
2. Дослідити особливості мотиваційної сфери футболістів на початковому етапі підготовки.
3. Розробити та експериментально обґрунтувати методику формування мотивації юних футболістів до занять спортом.

Практичне значення одержаних результатів. Отримані результати дослідження можуть бути використані для розробки практичних рекомендацій тренерам дитячо-юнацьких спортивних шкіл, а також враховані при складанні індивідуальних тренувальних програм для футболістів на етапі початкової підготовки.

Апробація результатів та публікації. Основні положення та висновки магістерського дослідження представлено на VIII-й Регіональній науково-практичній студентській конференції «Фізична культура, спорт та здоров'я людини» (ВНУ імені Лесі Українки, 12 грудня 2025 року). Педагогічний контроль у формуванні мотивацій до занять футболом на етапі початкової підготовки. // Фізична культура, спорт і здоров'я людини [Текст]: зб. тез доп. VIII Регіон. наук.-практ. студ. конф. (12 груд. 2025 р.).

Структура і обсяг роботи: магістерська робота складається з вступу, трьох розділів, висновків, списку використаних літературних джерел, додатків. Матеріали магістерської роботи викладено на 69 сторінках тексту, робота ілюстрована 10 таблицями, 2 рисунками.

РОЗДІЛ І. УПРАВЛІННЯ І ПЕДАГОГІЧНИЙ КОНТРОЛЬ В ФОРМУВАННІ МОТИВАЦІЙ У ФУТБОЛІ

1.1. Формування та розвиток мотивації до спортивної активності.

Мотивація – це сукупність інтересів, потреб, прагнень, емоцій, переконань, ідеалів та установок, які спонукають учнів до занять фізичною культурою. Одним із ключових напрямів дослідження мотивації дітей є вплив контекстуальних чинників, що визначають рівень залученості до рухової активності [11, с. 15].

Контекстуальні чинники охоплюють зовнішні умови та впливи, які прямо або опосередковано формують бажання учнів займатися фізичною культурою [11, с. 24]. Серед основних чинників виділяють:

1. Організація навчального процесу;
2. Структура занять, розподіл часу на різні види діяльності, чіткість інструкцій та правил, а також можливість учнів брати участь у плануванні занять – усе це суттєво впливає на мотивацію [5]. Дослідження показують, що навчально–тренувальні заняття з чіткою структурою, але з елементами самостійного вибору активності, підвищують рівень автономності та внутрішньої мотивації [3, 6].

Авторитарний стиль викладання, що передбачає жорсткий контроль і відсутність можливості висловлювати думку, негативно впливає на самостійність та внутрішню мотивацію. Натомість методи, що стимулюють активну участь, співпрацю та прийняття рішень, значно підвищують зацікавленість спортсменів [3; 4]. Тренер–викладач, який демонструє ентузіазм, підтримку та розуміння, створює позитивну атмосферу, заохочує зусилля учнів і стимулює прогрес. Педагогічний стиль, що підтримує автономність, пояснює значущість завдань і забезпечує конструктивний зворотний зв'язок, є ключовим чинником підвищення внутрішньої мотивації [31].

Згідно з дослідженнями авторів [6], на початковому етапі заняття будь-

яким видом спорту можуть бути зумовлені прагненням до самовдосконалення, самовираження та самоствердження, соціальними установками, а також бажанням задовольнити духовні й матеріальні потреби. Деякі дослідники [4; 6] аналізували чинники, що впливають на відсів учнів дитячо-юнацьких спортивних шкіл на початковому етапі підготовки. Актуальність проблеми підтверджується тим, що протягом першого року занять рівень відсіву сягає 80 %.

Основними причинами цього є відсутність стійкого інтересу до обраного виду спорту та недоліки методики навчально-тренувального процесу, зокрема участь у змаганнях непідготовлених спортсменів. На другому році відсіву сприяє участь у змаганнях, коли спостерігається невідповідність віку та розряду, форсована підготовка найбільш здібних учнів, а також надмірна кількість змагань, що перетворюються на самоціль, а не засіб удосконалення майстерності. На третьому році проблемою стає поєднання занять спортом із навчанням у школі. На четвертому році причиною припинення занять є відсутність очікуваних результатів, коли спортсмен усвідомлює недостатність власних здібностей для досягнення високих показників [11].

Мотивація має фізіологічну, біохімічну, психологічну та соціологічну природу. Вона може формуватися як внутрішньо, так і під впливом виконуваних завдань, соціального та матеріального заохочення. Використовуючи систему заохочень, тренер здатний впливати на поведінку та діяльність юного спортсмена [36].

Для ефективного формування спортивної мотивації необхідно створювати педагогічні умови, що сприяють позитивному ставленню до занять спортом, прагненню до успіху та реалізації власних можливостей у взаємодії з тренером і командою. Чим сильніше розвинені мотиви занять спортом, тим вища готовність спортсмена до прояву вольових зусиль [45].

Структура та зміст психологічної підготовки, зокрема формування мотивації на етапі початкової підготовки, потребують детального вивчення та розробки рекомендацій для тренерів-викладачів [31].

Вплив однолітків та друзів має значення для ставлення до фізичної активності. Підтримка з боку товаришів по команді підвищує задоволення від занять, тоді як негативні стосунки або булінг можуть призвести до демотивації [8].

Також батьки, які заохочують дітей до фізичної активності, ведуть активний спосіб життя, цікавляться успіхами дітей та створюють умови для занять спортом поза школою, сприяють формуванню позитивного ставлення до фізичної активності [7].

Контекстуальні чинники відіграють визначальну роль у формуванні мотивації учнів до занять фізичною активністю. Організація навчально–тренувальних занять, зміст і методи навчання, особистість тренера–викладача, підтримка однолітків і батьків, а також сприятливе середовище є ключовими аспектами, які слід враховувати при розробці методик підвищення мотивації. Оскільки мотивація є системою спонукань, що визначають активність організму та її спрямованість при дослідженні причин і механізмів поведінки людини, аналіз підстав, на яких ґрунтуються її вчинки, передбачає розгляд психологічних чинників, що їх зумовлюють, тобто сукупності мотивів [11; 31].

Коли вивчають причини активності організму, досліджують потреби як джерело цієї активності. Для визначення спрямованості поведінки аналізують мотиви, що її формують. А щоб зрозуміти механізми регуляції поведінки, розглядають прояви емоцій, бажань, прагнень та установок у діях людини. Учням молодшого шкільного віку властиве переважання мотивів над мотиваційними установками, адже вони здебільшого обирають цілі, пов'язані з найближчим майбутнім і поточними подіями.

За даними В. Антонця, 70 % семирічних дітей орієнтуються на можливе заохочення «тут і зараз» [2]. У цей період у школярів формуються нові соціальні установки та мотиви, пов'язані з почуттям обов'язку й відповідальності. На думку В. Антонця, у віці від 8 до 10 років зростає кількість дітей, які мотивують свою діяльність почуттям обов'язку. У змагальних ситуаціях у першокласників переважає мотив «працювати на себе», тоді як у

третьокласників більш виражений громадський мотив («за клас») порівняно з індивідуальним («за себе») [2].

Значно посилюється роль «внутрішнього фільтру» у процесі мотивації: половина молодших школярів орієнтується на самооцінку, що має вирішальне значення для формування мотивів. Важливо, що у дітей розвивається смислова орієнтовна основа вчинку – ланка між бажанням і дією. З'являється інтелектуальний компонент, який дозволяє оцінювати майбутні дії з огляду на віддалені наслідки. Перед тим як діяти, дитина починає міркувати, що свідчить про формування передбачливості як риси особистості [2; 11].

За даними досліджень О.В. Грищенко [11], більшість дітей залучаються до спорту через потребу в руховій активності (68,5%). Важливу роль відіграє соціальне оточення: за порадою друзів спорт обирають 54,3% дітей. На третьому місці – вплив батьків (43,7%). Цей показник залежить від віку та виду спорту, адже дітей молодшого шкільного віку здебільшого приводять саме батьки.

З часом потреба у руховій активності відходить на п'яте місце (35,1 % респондентів), а мотиви занять спортом у дітей змінюються. Найбільш значущими стають: спілкування з друзями (63,4 %), ставлення тренера до вихованців (61,2 %), зміст тренувальної діяльності (60,7 %) та позатренувальні фактори (59,6 %).

Важливим чинником є ставлення тренера до учнів: негативне або позитивне ставлення суттєво впливає на продовження занять спортом (76,3 %). Учні приваблюють професійні та особистісні якості тренера: доброта (75,3 %), розуміння та увага (74,9 %), чемність (72,8 %), характер навчально-виховної діяльності (64,1 %), активна участь у тренувальному процесі та організації дозвілля [11]. На етапі початкової підготовки мотиви занять спортом і причини їх припинення не залежать від специфіки виду спорту.

Одним із різновидів мотивації є мотивація досягнення, що ґрунтується на стійкому прагненні людини до успіху в різних видах діяльності. Вона пояснює індивідуальні відмінності в інтенсивності та послідовності поведінкових актів, спрямованих на досягнення результату. У спорті успіх асоціюється не лише з

перемогою в змаганнях, а й із встановленням добрих стосунків із ровесниками та тренером, набуттям належної спортивної форми й зміцненням здоров'я. Тому формування мотивації досягнення є пріоритетним завданням на етапі початкової підготовки юних спортсменів незалежно від виду спорту [11; 45].

Дослідження мотивації розпочав у 1950-х роках американський психолог Д. К. Мак-Келланд [53], а згодом продовжив німецький учений Х. Хекхаузен [54]. Ситуації, що викликають прагнення до успіху, формують потребу, яка проявляється у двох протилежних тенденціях: прагненні досягти успіху та уникнути невдачі. Перша активізує ініціативу та спонукає до розумного ризику, друга – до обережності, уникнення ризику та вибору безпечних варіантів поведінки. Мак-Келланд довів, що основні типи поведінки, спрямовані на досягнення успіху чи уникнення невдачі, формуються у дітей у віці від 3 до 13 років під впливом батьків і соціального середовища. Висока мотивація досягнення розвивається за умови поєднання ненав'язливого емоційного залучення батьків із сильними спонукальними впливами середовища.

Виділяють два типи мотивації занять спортом: інструментальну та інтегративну. Інструментальна відображає зовнішні потреби (виконання обов'язку, відповідальність перед тренером, батьками), а інтегративна – внутрішні потреби, пов'язані з бажанням ідентифікувати себе у спорті. Внутрішня мотивація спрямована на самовдосконалення спортсмена. Тренеру необхідно підтримувати баланс між цими видами мотивації для досягнення високих результатів і збереження інтересу до спорту [10]. На мотивацію впливають три чинники: тип цілей досягнення, ставлення до успіху та невдач, рівень упевненості в собі [11; 45].

Важливо формувати внутрішню мотивацію, акцентуючи увагу на завданнях, що стоять перед спортсменом. Орієнтація на себе пов'язана з порівнянням із іншими та прагненням перемогти суперників, а орієнтація на завдання – із покращенням власних результатів.

Складовою психологічної підготовки є розвиток вольових якостей. Молодший шкільний вік є сенситивним для становлення вольової сфери

особистості, що визначає емоційно-вольову регуляцію спортивної діяльності на етапі професіоналізації. Тренеру слід планувати навчально-тренувальний процес із розвитком таких якостей, як цілеспрямованість, наполегливість, рішучість, сміливість, витримка, самовладання, вимогливість до себе, впевненість у власних силах, здатність мобілізувати резерви організму в екстремальних умовах [2].

Для формування стійкої мотивації до занять спортом необхідно забезпечити емоційну насиченість тренувань, включати рухливі ігри та змагання, активізувати позитивні емоції, проводити бесіди, екскурсії, походи, колективні заходи, створювати атмосферу взаємної поваги й довіри. Важливо заохочувати розумний ризик, проявляти терпимість до помилок, формувати особисту відповідальність через залучення до організації роботи. Елемент змагальності, можливість продемонструвати здібності, отримати публічну оцінку успіхів – усе це сприяє мотивації [36]. Тренеру слід постійно вдосконалювати професійні та особистісні якості, розвивати комунікативні здібності, проявляти турботу й справедливість у ставленні до вихованців.

На сучасному етапі розвитку суспільства футбол займає важливе місце у вихованні та оздоровленні учнівської молоді. Ігри з м'ячем сприяють покращенню швидкісної реакції, одночасно залучаючи до роботи кілька груп м'язів і розвиваючи витривалість [1,12]. Як командний вид спорту, футбол формує комунікативні навички, виховує товариську та здатність до взаємодії. Під час секційних занять учні отримують знання про вплив фізичних і техніко-тактичних вправ на організм, засвоюють правильну техніку виконання елементів, дотримання постави та ритму дихання. Це забезпечує комплексний розвиток фізичних якостей і сприяє формуванню здорового способу життя.

Аналіз психолого-педагогічної літератури показує, що в навчально-тренувальному процесі мотиви слід розглядати як важливий компонент, який позитивно впливає на взаємодію між тренером і спортсменом, роблячи її більш активною та результативною. Тренувальний процес передбачає активність обох сторін: тренер стимулює діяльність спортсмена, а спортсмен проявляє ініціативу

[16; 23].

Розглядаючи мотиви крізь призму взаємодії різних суб'єктів, варто зазначити, що їх застосування має суперечливий характер. Для подолання цього протиріччя необхідно знайти такий засіб, який усі учасники процесу визнавали б мотивом. Таким чином, перетворення оцінки на мотив потребує визначення критеріїв і умов, що забезпечують її реальну мотиваційну функцію в ефективній навчально-тренувальній діяльності.

Аналіз змісту та природи мотивації дає підстави стверджувати, що існує значна кількість явищ людського буття, які можуть набувати форми мотивів. Як зазначає О.В. Грищенко, багато елементів життєвого середовища здатні трансформуватися у стимули [11]. Стимулом може виступати будь-що, що допомагає розширити світогляд людини [36]. Визначення та характеристика мотивації й стимулювання у науковій літературі є неоднорідними та залежать від позиції авторів. Більшість дослідників розглядає мотивацію як безпосередній вплив освітнього середовища на навчальну діяльність учнів [45].

Сучасне спортивне тренування виходить на якісно новий рівень, що пов'язано з реформуванням усієї освітньо-виховної системи в ДЮСШ відповідно до інтегративних цілей педагогічного процесу: врахування суспільних потреб; забезпечення послідовності та наступності етапів виховання; організація взаємодії тренерського колективу, батьків, спортсменів і соціального середовища. Надання спортсменам готових прийомів розумової діяльності є простим і економічним методом, проте поступове підведення їх до самостійного відкриття цих прийомів має значні переваги для усвідомленого засвоєння знань. Завдання тренера – переконати спортсменів у раціональності таких прийомів. У процесі тренування акцент зміщується на формування конкретних навичок і умінь (виконання вимог, командна взаємодія, систематичні фізичні вправи) та набуття знань у форматі «навчання – навчання», що сприяє розвитку самостійної пізнавальної активності [1].

Ставлення спортсменів до навчання визначається рівнем їхньої активності. Активність відображає ступінь інтенсивності та тривалості взаємодії

юного спортсмена з предметом діяльності. У її структурі виділяють такі компоненти: готовність виконувати навчально-тренувальні завдання, прагнення до самостійної роботи, усвідомленість дій, систематичність тренувань, а також бажання підвищувати власний рівень. Варто зазначити, що всі сучасні технології самостійного навчання спрямовані насамперед на підвищення активності спортсмена [11; 38].

Навчально-тренувальна діяльність має чітку структуру. В.П. Платонов [27; 28] визначає кілька взаємопов'язаних елементів: навчальне завдання, навчальні дії, контроль виконання та оцінювання результатів. Ця структура є розширеною та зрілою. Основна мета активізації полягає у формуванні активності спортсменів і підвищенні якості навчально-тренувального та виховного процесу. Найбільше активізують тренування ситуації, коли спортсмени мають відстоювати власну думку, допомагати тим, хто відстає, брати участь в аналізі техніко-тактичних дій. У спортивній сфері чітко визначена роль тренера та його місце у вихованні спортсменів, а також у спеціальній діяльності, спрямованій на реалізацію освітньо-виховних завдань.

У процесі формування мотивації до занять фізичними вправами особливе значення мають первинні мотиви: потреба в русі, емоційна привабливість фізичних вправ, що ґрунтується на механізмах переживання та задоволення від їх виконання [3; 36].

Систематичні заняття фізичними вправами, досягнення певних результатів, вікові та статеві особливості, індивідуальні установки, а також вплив соціального середовища, суспільних норм, правил і принципів є ключовими чинниками, що визначають подальший розвиток мотивації до занять фізичною культурою та спортом.

Мотивація до занять футболом безпосередньо корелює з цілями діяльності. Реалістичність досягнення поставленої мети формує перспективу особистісного розвитку. Як зазначає О.В. Грецький, перспектива – це «завтрашня радість», яка надає цілям особливої спонукальної сили. Водночас вона повинна бути безперервною, із поступовим ускладненням завдань. Саме коректне визначення

цілей є основою формування інтересу та цілеспрямованості школярів у сфері фізичної культури й спорту [11].

Футбол виступає ефективним педагогічним засобом, що сприяє підвищенню інтересу до систематичних занять, позитивно впливаючи на становлення особистості. Інтерес у цьому контексті можна визначити як усвідомлене позитивне ставлення до певної діяльності, яке стимулює дитину до активного пізнання об'єкта зацікавленості. Інтереси дітей до занять футболом є багатогранними та охоплюють: прагнення зміцнити здоров'я; бажання сформувати гармонійне тіло; розвиток фізичних і психічних якостей.

Футбол має специфічні вікові психологічні особливості. На початковому етапі юних спортсменів приваблює сама ігрова рухова активність, що ґрунтується на первинних мотивах. Вони люблять грати навіть без спеціальної підготовки. Емоційно діти врівноважені, довірливі, спокійно сприймають педагогічну взаємодію, легко адаптуються до нового колективу, наслідують дорослих і товаришів, охоче виконують вказівки тренера та потребують допомоги. У виховній роботі на етапі початкової підготовки доцільно робити акцент на позитивних емоційних переживаннях, пов'язаних із засвоєнням спортивних навичок, колективними ігровими діями та комунікацією [7; 13].

Діти також керуються мотивами, що пов'язані з особистісним розвитком. Наприклад, їх стимулює прагнення бути схожими на відомого спортсмена, який виступає еталоном для наслідування. Для юних футболістів характерні емоційна рухливість, потреба в самоствердженні, потяг до яскравих вражень. Спорт для них – це шлях до утвердження власної незалежності, а команда – середовище, де можна обговорювати проблеми, проявляти солідарність і засвоювати навички соціальної взаємодії. Вони також виявляють інтерес до популярності та нагород, що супроводжують перемоги на змаганнях.

А.П. Демчишин [13] довів, що з віком рівень неорганізованої (спонтанної) рухової активності поступово знижується, тоді як організована (цілеспрямована) активність, навпаки, зростає. Це свідчить про те, що активність дітей значною мірою залежить від комплексу чинників, серед яких важливе місце займають

правильно сформульовані завдання на заняттях та створення позитивної емоційної мотивації до їх виконання.

Спортсмени різного віку та статі демонструють неоднаковий рівень готовності до навчальної діяльності. Ця готовність визначається анатомо-морфологічним і психічним розвитком, сформованістю ставлення до спортивної школи та навчання, здатністю до інтеграції у нові соціальні відносини, а також особливостями емоційної сфери, що характеризується сприйняттям, уявою, високою емоційною нестійкістю та частою зміною настрою.

О.В. Грецький, спираючись на результати науково-практичних досліджень, визначив динаміку мотивів спортивної діяльності, які стимулюють дітей до занять спортом [11]. На початковому етапі формується перша спроба включення у спортивну діяльність, що ґрунтується на таких спонукальних мотивах:

- а) інтерес до фізичних вправ (діти прагнуть займатися не одним, а кількома видами спорту);
- б) безпосередній характер занять (сам процес є головною рушійною силою);
- в) умови соціального середовища (популярність певного виду спорту у місці проживання);
- г) почуття відповідальності (усвідомлення обов'язку відвідувати уроки фізичної культури та спортивні секції).

Для багатьох дітей вступ до спортивної секції не усвідомлюється як власний мотив вибору певного виду спорту. У більшості випадків причиною занять є зовнішні фактори: запрошення тренера, ініціатива батьків або поради друзів. Глибинні причини, що спонукають дітей займатися конкретним видом спорту, а також причини припинення занять у секції, часто залишаються невідомими для тренерів.

Таким чином, мотиваційно-стимулююча сфера юного спортсмена виступає провідним компонентом у процесі формування мотивації до навчально-

тренувальної діяльності. Вона відображає інтерес дитини до занять футболом, її активне ставлення та усвідомлене відношення до спортивної діяльності.

1.2. Особливості контролю та управління у спортивному тренуванні футболістів

У процесі систематичних тренувальних навантажень відбуваються зміни функціонального стану спортсменів. Виділяють три основні типи станів:

Етапні стани – зберігаються протягом тривалого часу (тиждень, місяць), наприклад, стан спортивної форми або недостатньої тренуваності.

Поточні стани – змінюються під впливом одного чи кількох тренувальних занять; їх оцінка дозволяє коригувати спрямованість, структуру та обсяг навантаження найближчих тренувань.

Оперативні стани – змінюються під впливом окремих вправ і швидких переходів. Враховуються при плануванні тривалості та характеру вправ, інтенсивності їх виконання та інтервалів відпочинку [22; 30; 31].

Зміни можливостей спортсмена зумовлені низкою факторів, що визначають управління тренувальним процесом:

- суб'єктивні дані (самопочуття, настрої);
- об'єктивні показники виконання роботи;
- терміновий ефект навантаження (функціональні зміни);
- кумулятивний ефект (рівень тренуваності) [5; 33].

Ефективність тренування відображає готовність спортсмена до змагань і його досягнення. Для цього планують тренувальний процес, визначають орієнтири розвитку, оцінюють функціональні можливості та порівнюють їх із модельними показниками. На основі аналізу підбирають засоби і методи тренування, розподіляючи їх по мезо- та мікроциклах.

Необхідною умовою реалізації всіх операцій цього циклу є наявність всебічної і збалансованої інформації, чіткі уявлення про структуру діяльності змагань і підготовленості спортсмена [27; 29].

Модель тренувальної діяльності використовується для формування характеристик і систем діагностики, що забезпечують ефективний контроль та управління процесом. Результати контролю дозволяють коригувати напрями роботи та обирати оптимальні засоби і методи, розподіляючи їх відповідно до обсягу та структури тренувального циклу, змагальної діяльності (табл. 1.1.) [46].

Таблиця 1.1

Характеристика структури тренуваності й змагальної діяльності

Планування корегуючих дій	Визначення параметрів моделей фізичної підготовленості та особливостей змагальної діяльності.
Поетапне порівняння фактичних і планових результатів	Індивідуальна діагностика функціонального стану спортсмена.
Планування тренувального процесу	Зіставлення індивідуальних даних з моделями
Добір оптимальних засобів та методів організації спортивного тренувального процесу	Визначення напрямів роботи і шляхів досягнення заданого ефекту

Система побудови тренувального процесу та методика контролю повинні гарантувати ефективну адаптацію спортсмена. Основні умови: пропорційність навантажень різного обсягу; оптимальне чергування навантаження й відновлення; узгодженість роботи різної спрямованості; комплексне застосування засобів і методів тренування. Для того, щоб оцінити підготовленість спортсменів застосовують три види контролю: поетапний, поточний і оперативний [9; 15].

Основні задачі поетапного контролю – визначення змін стану спортсменів під дією тривалого періоду тренування і розробка стратегії для подальшої підготовки в макроциклах або періодах. У зв'язку з цим в процесі поетапного контролю всесторонньо оцінюються рівень різних сторін підготовленості,

виявляються недоліки і подальші резерви вдосконалення.

У результаті цього розробляються індивідуальні плани побудови тренувального процесу на окремий тренувальний період або весь макроцикл. Частота обстежень при поетапному контролі може бути різною. Перш за все вони залежать від особливостей річного планування тренувального процесу. На нашу думку найбільш ефективна така форма контролю, коли обстеження проводяться тричі в макроциклі – на I і II етапах підготовчого періоду і в період змагань [10].

На думку В.П. Платонова, задача поточного контролю – оцінка реакції організму спортсмена на роботу різноманітної спрямованості, визначення процесів стомлення під впливом навантажень окремих занять, облік протікання відновних процесів, виявлення особливостей взаємодії різних за величиною і направленістю навантажень протягом одного дня або мікроциклу. Все це дозволяє оптимізувати процес тренування під час одного тренування, мікроциклу і мезоциклу, створити найкращі умови для розвитку необхідних перебудов пристосувань [27; 28].

Оперативний контроль направлений переважно на оптимізацію програми тренувальних занять, вибір таких вправ та їх комплексів, які в найбільшій мірі будуть сприяти розв'язанню поставлених задач. Тут можуть використовуватися різноманітні тести, які дозволяють виділити оптимальні для кожного спортсмена режим роботи і відпочинку, інтенсивність вправ, величину обтяжень та інше [14; 37].

Вказані види контролю служать основою для розробки відповідних планів підготовки: перспективного чергового тренувального макроциклу або етапу, поточного мезоциклу, мікроциклу, оперативного для окремої вправи або комплексу вправ. У процесі контролю потрібно оцінювати ефективність діяльності змагань, рівень розвитку рухових якостей, техніко-тактичну майстерність, психічну і інтегральну підготовленість, можливості окремих функціональних систем під час змагальної діяльності, реакцію організму на запропоновані тренувальні навантаження, особливості протікання процесів втоми і відновлення, показники навантаження різних структурних утворень

тренувального процесу (окремих вправ, занять, мікро-, мезо- і макроциклів і інше) [24; 28].

Отже, однією з основних задач контролю є раціональний підбір тестів, які повинні: об'єктивно оцінювати та відображати якості і здібності кожного спортсмена; бути зрозумілими для спортсменів, і для тих, кому вони видають інформацію; природно вписуватися в тренувальний процес, не порушуючи його організації; не викликати негативну реакцію у функціональних і психічних системах [28] .

Характер постановки задач, планування підготовки спортсменів відповідають різноманітним формам контролю, оскільки планування і облік, постановка задач і контроль за їх виконанням є взаємозв'язаними частинами будь-якого процесу управління. Отже, плануючи підготовку, передбачаючи виконання конкретних задач і контрольних нормативів, тим самим можна контролювати запланований результат спортсменів у кінці тренувального сезону. Виділяють три форми контролю: річний (або цикловий) контроль; етапний контроль; поточний контроль [7; 20].

Річний контроль – перевірка виконання запланованої на рік програми підготовки спортсменів. Контролюються наступні показники: реалізація основних і проміжних цілей підготовки (розглядаються спортивні результати на основних змаганнях року і в кінці кожного періоду); реалізація конкретних нормативів, виконання яких повинне забезпечити спортивний результат (до них відносять елементи діяльності змагання, показники, що характеризують фізичну, функціональну, технічну та інші види підготовленості); виконання плану тренувальних і змагальних навантажень (в цілому за рік і по періодах).

Важливою складовою частиною річного контролю є аналіз результатів поглибленого медичного обстеження, яке проводиться 1-2 рази на рік. Це обстеження, як правило, включає: лікарський огляд; антропометричні обстеження; консультації у лікарів-фахівців; функціонально-діагностичні дослідження, що включають електрокардіографію, проби зі східчастим навантаженням й інше [18; 26; 40].

Етапний контроль передбачає перевірку виконання плану окремого взятого періоду підготовки і його етапів. Він включає: аналіз спортивного результату; аналіз динаміки спортивного результату у тестах, які характеризують рівень розвитку фізичних якостей футболістів; аналіз змагального і тренувального навантаження; оцінку рівня загальної фізичної підготовленості (ЗФП) в ході контрольних змагань; оцінку рівня спеціальної фізичної підготовленості (СФП) (тестування із застосуванням спеціалізованих тренажерів); оцінку функціонального стану спортсменів (виконання контрольних вправ і тренувальних серій з використанням пульсометричного і біохімічного контролю); аналіз техніки передач м'яча; оцінку психологічного стану спортсменів; визначення біологічної зрілості спортсменів шляхом соматоскопії [15; 28].

Поточний контроль – результат доповнених спостережень проведених під час етапного контролю. До нього входять: спостереження лікаря за станом здоров'я спортсменів і ходом лікувально-профілактичних і відновних заходів; спостереження лікарів-фахівців; контроль за динамікою ваги спортсменів; біохімічний контроль за реакцією організму спортсмена на стандартне навантаження; пульсометрія під час проведення відповідальних тренувань; відеозапис техніки передач м'яча; педагогічні спостереження тренерів за виконанням тренувальних і змагальних навантажень [33; 44].

Формування завдань плану підготовки спортсмена та розробка системи комплексного контролю забезпечують ефективний інструмент управління тренувальним процесом. Для його оптимального використання необхідно володіти навичками своєчасного внесення коректив у програму тренувань, зберігаючи достатню гнучкість реагування на зміни, що виникають у ході підготовки. Корекційні заходи в тренувальному процесі класифікують на три рівні: циклові, етапні та поточні корекції [48].

Циклові корекції передбачають розробку нового річного плану підготовки після завершення попереднього сезону. Зазвичай вони ґрунтуються на узагальнених показниках, таких як динаміка спортивних результатів та основні параметри тренувального навантаження. Таким чином, деталізація плану на

наступний рік можлива лише на основі аналізу підсумків минулого сезону. На думку низки дослідників, оптимальним підходом є той, за якого тренер, завершивши певний етап підготовки та провівши контрольне тестування, не лише оцінює ефективність виконаної роботи з позиції її результативності в поточному сезоні, але й визначає перспективи планування на наступний рік. Такий підхід отримав назву принципу паралельного планування, який на сучасному етапі широко застосовується у практиці тренерської діяльності [48; 50].

Застосування принципу паралельного планування забезпечує інтеграцію всіх трьох складових управління тренувальним процесом у єдину замкнену систему. У цій системі планування підготовки визначає структуру комплексного контролю та слугує основою для корекційних заходів, які, у свою чергу, органічно включаються в розробку плану наступного циклу. Внесення поточних корекцій у тренувальну програму потребує особливої уважності. Необхідність таких змін зазвичай зумовлена двома основними групами причин. Перша група – **об’єктивні фактори** (захворювання, травми, непередбачені зміни умов тренування тощо). Передбачити їх заздалегідь практично неможливо, тому в таких випадках ключову роль відіграють досвід і професійна інтуїція тренера. Друга група – **суб’єктивні причини**, пов’язані з помилками у плануванні, невідповідністю обраної програми поставленим завданням або фізіологічним можливостям спортсмена. Іноді виникає потреба у радикальній зміні всієї тренувальної програми [41; 54].

Раціональні підходи до поточної корекції планів тренувань передбачають, по-перше, розробку альтернативних програм. Їхня суть полягає в тому, що для досягнення приблизно однакового приросту, наприклад, силових показників, можна застосовувати різні комбінації засобів і методів силової підготовки. Для цього рекомендується мати щонайменше чотири варіанти тритижневої програми (умовно А, Б, В, Г), які забезпечують необхідний ефект у роботі зі спортсменами. Спочатку використовується один із варіантів (А), а за позитивного результату його модифікований варіант планується на наступний рік.

Однак повторне застосування може не дати очікуваного ефекту через адаптацію спортсменів до навантажень такого типу. Тому паралельно слід розробити кілька додаткових програм (наприклад, Б1, Г1), розрахованих на той самий тренувальний час, подібних за дією, але з відмінностями в умовах проведення та наборі засобів (обтяження, гумові амортизатори, тренажери тощо) [48].

По-друге, під час роботи з групою футболістів над удосконаленням тактичних дій, техніки передачі м'яча спортсмени виконують спеціальні вправи, які здебільшого дають бажаний результат. Проте, враховуючи можливу недостатню ефективність для окремих гравців, заздалегідь планується використання додаткових засобів і методів, які є трудомісткими або складними для щоденного застосування в груповому форматі, але відзначаються високою результативністю (кінозйомка чи відеозапис, спеціальні вправи зі складним обладнанням). Такий підхід дозволяє усунути окремі недоліки, не змінюючи загальної структури підготовки [48; 50].

1.3. Педагогічний контроль як чинник формування мотивації до занять футболом

Спортивне тренування можна розглядати як цілеспрямований процес управління функціональним станом спортсмена. Ефективність цього управління значною мірою залежить від наявності у тренера достовірних даних педагогічного контролю, тобто інформації про динаміку працездатності та фізіологічного стану організму під час тренувань, рівень розвитку фізичних якостей і технічних навичок, величину тренувальних навантажень, а також зміни спортивних результатів. Саме тому педагогічний контроль займає ключове місце у загальній системі забезпечення підготовки спортсмена, а його результати слугують основою для корекції та регулювання тренувального процесу [22; 23; 28].

У підготовці футболістів педагогічний контроль виконує низку важливих функцій:

- оцінює ефективність застосованих тренувальних навантажень;

- забезпечує виконання плану тренувань;
- встановлює контрольні нормативи, що характеризують різні аспекти підготовленості спортсменів;
- дозволяє відстежувати динаміку спортивних результатів і прогнозувати досягнення окремих гравців;
- сприяє вдосконаленню методів відбору талановитих спортсменів.

До основних методів педагогічного контролю належать: аналіз інформації, отриманої від спортсменів і тренерів; вивчення робочої документації тренувального процесу; педагогічні спостереження під час занять; реєстрація показників, що характеризують діяльність спортсмена; проведення тестів (контрольних випробувань), які оцінюють різні сторони підготовленості; а також планування та прогнозування. Збір інформації дає можливість виявити думки спортсменів і тренерів щодо ефективності тренувальної роботи та використати їхній досвід для оптимізації процесу підготовки [28; 41].

Методи аналізу документації планування тренувального процесу дозволяють виявити основні засоби, систему їх застосування, об'єм та інтенсивність тренувальних навантажень, спортивні результати спортсмена, його самопочуття і інше [7]. Форми контролю - щоденники, звіти. Метод педагогічних спостережень спрямований на контроль і оцінювання підготовки спортсменів у тренувальному процесі (або окремих елементів). Метод педагогічних спостережень дозволяє виявити величини навантажень і функціональних можливостей організму спортсмена; індивідуалізацію тренувального процесу; інтервали відпочинку між тренувальними завданнями і тренувальними заняттями; технічні досягнення і тактичні прийоми.

Форми контролю - візуальні спостереження, хронометраж тренувальних занять, відеозапис та інше [15]. Реєстрація показників дозволяє оцінювати зовнішні параметри рухової діяльності. Форми контролю – хронометраж, динамометрія тощо. Оцінювання внутрішньої реакції організму спортсмена на тренувальні навантаження. Форми контролю – пульсометрія, спирометрія тощо. Контрольні виміри застосовуються для того, щоб встановити який стан

спортсменів за показниками опанування технікою спортивних вправ і розвитку фізичних якостей, наскільки вдало відбуваються заняття та інше.

Одним з найбільш інформативних показників стану футболістів є результати контрольних тестувань, змагань. Метод тестів полягає у виконанні контрольних вправ у рівних умовах для всієї групи спортсменів, результати яких служать для визначення рівня їх підготовленості. Методи прогнозування і планування застосовуються для визначення спрямованості та тенденції розвитку будь-якого елементу процесу тренування, вірогідних термінів досягнення стану тренуваності, високого спортивного результату. Форми контролю – математичні, статистичні методи розрахунку, екстраполяція та інше [23; 41].

Ефективність педагогічного контролю залежить від точної і своєчасної фіксації величини швидкості, кумулятивних ефектів під час тренувальних навантажень. Найбільш доцільною для кожного з видів педагогічного контролю є адекватна послідовність дій. Наприклад, для оперативного контролю: 1) вибір тестів; 2) аналіз результатів оперативного обстеження; 3) рекомендації щодо корекції наступного тренувального завдання, заняття. Для поточного контролю: 1) вибір додаткових тестів; 2) аналіз результатів тестів відповідно до показників тренувального навантаження; 3) корекція плану навантаження. Для етапного контролю: 1) порівняльна оцінка результатів тестів, що проводяться протягом етапу, циклу тренування; 2) зіставлення плану тренування за цикл, етап з результатом його реалізації в умовах тренувального процесу; 3) зіставлення динаміки результатів змагань з динамікою параметрів тренувального навантаження; 4) корекція плану тренування на наступний етап.

Отже, у педагогічному контролі необхідне співставлення результатів змагань, тестів з показниками тренувального навантаження [23;47]. Зростання показників у вищеназваних формах контролю мотивує юних спортсменів до їх покращення. Для кожного футболіста підбирають найбільш ефективні параметри навантаження, визначаючи величину дії в занятті або циклі. Об'єктивність педагогічного контролю залежить від оцінки величини і характеру тренувальних навантажень, способу вимірювання компонентів навантаження.

Висновки до 1-го розділу

1. Аналіз психолого-педагогічної літератури дає підстави стверджувати, що у навчально-тренувальному процесі футболістів мотивація виступає ключовим компонентом, який визначає спрямованість, стійкість та ефективність діяльності спортсмена. Вона позитивно впливає на якість виконання тренувальних завдань, рівень саморегуляції, подолання фізичних і психологічних навантажень, а також сприяє формуванню внутрішньої готовності до досягнення спортивного результату.

2. На підставі аналізу науково-методичних джерел встановлено, що фундаментом педагогічного контролю у футболі є науково обґрунтований добір тестових методик, які забезпечують об'єктивність і відтворюваність оцінювання функціональних можливостей, техніко-тактичної та фізичної підготовленості спортсменів. Застосування таких тестів має відповідати критеріям валідності, доступності для інтерпретації та безпечної інтеграції у структуру тренувального процесу без негативного впливу на функціональний стан організму футболістів.

3. Визначено, що процес планування тренувальної діяльності футболістів повинен спиратися на систему педагогічного контролю, яка відображає взаємозв'язок між формами оцінювання та етапами спортивної підготовки. Ефективність корекції індивідуальних та командних планів тренувань зумовлена наявністю у тренера достовірних і репрезентативних показників працездатності, фізіологічних характеристик, рівня розвитку фізичних якостей, технічної майстерності та динаміки тренувальних навантажень.

РОЗДІЛ 2

МЕТОДИ І ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ

2.1. Методи дослідження

Для розв'язання поставлених завдань були використані такі методи дослідження:

1. Теоретичний аналіз і узагальнення літературних джерел.
2. Анкетування.
3. Педагогічне спостереження.
4. Педагогічне тестування.
5. Педагогічний експеримент.
6. Методи математичної статистики.

Теоретичний аналіз і узагальнення літературних джерел.

Вивчення наукової літератури і з теорії і методики фізичного виховання та легкої атлетики проводилося паралельно з вивченням суміжних наукових дисциплін: фізіології, педагогіки, психології. Теоретичний аналіз дав можливість одержати інформацію про стан проблеми, що розглядається у магістерській роботі, визначити об'єкт та предмет дослідження.

Особлива увага приділялась вивченню: основам управління і контролю у футболі; сутності структури мотивацій до заняття футболом;

Анкетування. Анкети, мали запропонований перелік запитань. Кожному респондентові роздавалися індивідуальні анкети. Роз'яснювалась мета дослідження, після чого зачитувались запитання, на які спортсмени давали свою відповідь. Кожний пункт анкет складався із запитань та кількох відповідей з уточненнями. На одні запитання передбачалися варіанти відповідей „так” або „ні”. До окремих запитань пропонувалась відповідь „не знаю”. Для уточнення відповіді респондента у ряді питань пропонувалося також 5-7 відповідей.

Анкети (додаток А) розповсюджувалися серед дітей, які займалися в секції футболу КЗ ДЮСШ №2 і КЗ ДЮСШ №4 м. Луцька. За допомогою письмових

відповідей у респондентів визначався рівень ставлення до занять фізичними вправами. Також у анкетах для спортсменів і тренерів, були внесені питання, які стосувалися знань про виховання духовних і фізичних якостей за допомогою фізичної культури й спорту, фізичної підготовленості, умов для занять фізичною культурою й спортом, професійної підготовленості тренерів, ролі батьків у формуванні особистісної фізичної культури і спорту у дітей.

Анкетування проводилося з метою вивчення мотивацій до фізичного виховання й спорту у дітей.

З метою вивчення ставлення до занять футболом була використана методика В.І.Тропнікова „Вивчення мотивів занять спортом”. Розроблена методика В.І.Тропнікова дає можливість з’ясувати важливі ступені різноманітних причин (ситуацій, обставин), які спонукали й спонукають дітей продовжувати займатися обраним видом спорту. Текст опитування подається в додатку В. Діти відповідали на запитання поступово, анкета була розбита на три етапи.

Педагогічне спостереження проводилося на базі КЗ ДЮСШ №2 і КЗ ДЮСШ №4 м. Луцька з метою визначення ефективності використання засобів, методів та управління і контролю форм спортивної діяльності футболістів етапу початкової підготовки. Отримані результати педагогічного спостереження були використані при розробці методики формування мотивацій до занять футболом.

Педагогічне тестування. Спираючись на сучасні комплексні методики, які передбачені у навчальних програмі КЗ ДЮСШ №2 і КЗ ДЮСШ №4 для занять футболом, [16; 24], ми визначили рівень фізичної підготовленості юних спортсменів початкового етапу. В ході педагогічного дослідження визначався рівень фізичної підготовленості за такими фізичними якостями: сила, швидкість, спритність, витривалість, гнучкість та швидкісно-силові якості.

Рівень розвитку сили визначався за результатами підтягування на перекладині (кількість разів), згинання й розгинання рук в упорі лежачи (кількість разів), вису на зігнутих руках (с.), піднімання в сід за хв. (кількість разів); швидкості – за результатами бігу на дистанції 30 м (с.); спритності – за

результатами човникового бігу 4х9м (с.), витривалість – за результатами бігу на 1000 м (хв.,с), гнучкість – за результатами нахилу тулуба вперед із положення сидячи (см); швидкісно-силові якості – за результатами стрибка у довжину з місця (см).

Педагогічний експеримент проводився для перевірки ефективності розробленої нами методики формування мотивацій до занять футболом на початковому етапі.

Протягом 2024–2025 років проводився педагогічний експеримент, який складався із двох частин: констатуючого й формувального. У процесі констатуючого експерименту була визначена динаміка рівня фізичної підготовленості, мотиваційна стимулююча сфера дітей що займаються футболом.

Формувальний експеримент визначав ефективність впливу розробленої методики формування мотивацій до занять футболом. Для цього у тренувальному процесі із футболу для дітей етапу початкової підготовки експериментальної групи була розроблена і впроваджена методика, яка передбачала різний зміст занять, методів стимулювання спортсменів до рухової й пізнавальної активності.

На початку і в кінці експерименту визначався рівень ставлення дітей до занять футболом.

Методи математичної статистики.

При обробці матеріалу, отриманого в результаті експерименту, використовувалися методи математичної статистики. Математична обробка результатів, отриманих у ході дослідження здійснювалась на комп'ютері за допомогою електронних таблиць "Excel 6,0".

У процесі дослідження обчислювали такі статистичні характеристики:

- середнє арифметичне ($\bar{X}$):

$$\bar{X} = \frac{\sum_{i=1}^n X_i}{k} ; \quad (2.1.)$$

де X_i – значення варіант ряду; n – об'єм сукупності; k – кількісний варіант;

- дисперсію варіаційного ряду (σ^2):

$$\sigma^2 = \frac{\sum (x_i - \bar{X})^2}{n} ; \quad (2.2.)$$

- стандартне квадратичне відхилення (σ):

$$\sigma = \sqrt{\sigma^2} ; \quad (2.3.)$$

Для статистичної перевірки гіпотез про достовірність розбіжностей використовувався t-критерій Стюдента; при перевірці достовірності за основу було прийнято 5-% рівень значущості [30].

2.2. Організація дослідження

Дослідження проводилось у чотири етапи на базі КЗ ДЮСШ №2 і КЗ ДЮСШ №4 м. Луцьк.

На першому етапі (вересень 2024 р.) обґрунтовувалася проблема, розроблювався інструментарій дослідження. На цьому етапі вивчалися науково – теоретичні і методичні аспекти стимулювання дітей до занять футболом, було визначено мету, завдання, об'єкт і предмет дослідження, відібрані тести для визначення рівня розвитку фізичної підготовленості футболістів етапу початкової підготовки.

Були використані такі методи: теоретичний аналіз і узагальнення наукових літературних джерел, педагогічне спостереження, яке проводилося на базі КЗ ДЮСШ №2 і КЗ ДЮСШ №4 м. Луцьк.

На другому етапі (жовтень 2024 р.) проводився констатуючий експеримент. Його мета полягала у зборі інформації про мотиви, інтереси спортсменів, до фізичного виховання і спорту. На основі рухових тестів

оцінювався рівень фізичної підготовленості футболістів етапу початкової підготовки. Було проведено два анкетні опитування, в якому приймало участь 40 дітей.

Мета третього етапу (листопад 2024–березень 2025 н.р.) полягала в розробці та впровадженні методики формування мотивацій до занять футболом у дітей етапу початкової підготовки.

Четвертий етап (квітень–листопад 2025 н.р.) передбачав експериментальну перевірку ефективності запропонованої методики навчання. Узагальнювались результати дослідження, виявлені основні напрямки мотиваційної сфери у юних спортсменів. Аналіз результатів проводився шляхом порівняння показників футболістів контрольної та експериментальної груп. На цьому етапі узагальнювались результати дослідження, формувалися висновки та оформлялась магістерська робота в цілому.

РОЗДІЛ 3

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧНІ ОСНОВИ ФОРМУВАННЯ МОТИВАЦІЇ ДО ЗАНЯТЬ ФУТБОЛОМ НА ЕТАПІ ПОЧАТКОВОЇ ПІДГОТОВКИ

3.1 Аналіз фізичної підготовленості футболістів на початковому етапі педагогічного експерименту

Корекція планування навчально-тренувального процесу у футболістів на етапі початкової підготовки здійснювалася на основі даних педагогічного контролю та результатів дослідження показників фізичної підготовленості на початковому етапі педагогічного експерименту. Важливою характеристикою фізичної підготовленості є розвиток швидкісних, швидкісно-силових якостей, спритності, витривалості, сили, гнучкості.

Для оцінки швидкісно-силових якостей у дітей віком 9–12 років застосовувався тест «стрибок у довжину з місця». Результати свідчать, що у хлопчиків показники варіювалися в межах 138,40–140,0 см.

Дослідження швидкісних здібностей базувалося на аналізі вікової динаміки бігу на 30 м. Дані тестування показали, що у період від 9 до 12 років середній результат у хлопчиків покращився на 0,71 с, що підтверджує інтенсивний розвиток швидкості саме в цьому віковому діапазоні.

Серед фізичних якостей особливе значення має спритність, яка характеризує здатність швидко засвоювати нові рухи та перебудовувати рухову діяльність відповідно до змінених умов. Результати тесту «човниковий біг 4×9 м» демонструють поступове покращення показників у хлопчиків, що свідчить про достатній рівень розвитку цієї якості.

Витривалість визначається здатністю до тривалого виконання фізичних навантажень без зниження ефективності. Для її оцінки застосовувався біг на дистанцію 1000 м. Отримані дані засвідчили значне підвищення середніх показників, що свідчить про належний рівень розвитку витривалості у дітей. Розвиток сили оцінювався за результатами згинання та розгинання рук в упорі лежачи (кількість повторів). Аналіз тесту «підтягування на перекладині» показав

поступове зростання силових показників у хлопчиків, хоча спостерігається значний розкид результатів (від 0 до 24 повторів), що вказує на необхідність індивідуалізації тренувального процесу для дітей 9–12 років (табл. 3.1). Результати тесту «вис на зігнутих руках» становили: у хлопчиків 9 років – $13,8 \pm 0,46$ с,

Тест «піднімання тулуба в сід» показав такі результати: у хлопчиків 9 років – $54,33 \pm 0,46$ повторів – експериментальна група; $52,10 \pm 0,45$ – повторів контрольна група.

Результати дослідження свідчать, що у хлопчиків на етапі початкової підготовки спостерігається стрибкоподібне зростання силових показників, при цьому найбільш виражене покращення відзначено у 10 років. Аналіз отриманих даних підтверджує, що розвиток силових якостей тісно пов'язаний із формуванням м'язової системи дитини та характеризується різним ритмом і темпом.

Водночас простежуються загальні закономірності: нерівномірність розвитку, наявність періодів інтенсивного та уповільненого зростання, а також швидкий приріст силових показників у певні вікові проміжки.

Підсумовуючи результати дослідження, слід зазначити, що розвиток фізичних якостей у дітей має нерівномірний характер у різних вікових періодах. Найвищі показники фізичної підготовленості у хлопчиків 9–12 років зафіксовано у тестах: згинання та розгинання рук в упорі лежачи, човниковий біг 4×9 м, а також вис на зігнутих руках. Найнижчі результати спостерігаються у тестах: підтягування на перекладині, біг на 1000 м та нахили тулуба вперед із положення сидячи.

Отримані дані щодо рівня розвитку фізичних якостей дають можливість внести корективи до навчально-тренувальних планів з метою забезпечення цілеспрямованої різнобічної загальної та спеціальної фізичної підготовки юних спортсменів (таблиця 3.1).

Таблиця 3.1

Фізична підготовленість футболістів експериментальної і контрольної груп до педагогічного експерименту

Показники	Стать	Групи дітей		Вірогідність різниці, Р
		ЕГ (n=20) КЗ ДЮСШ№2	КГ (n=20) КЗ ДЮСШ№4	
Згинання і розгинання рук в упорі лежачи, разів	Х	16,40 ± 0,6	14,60 ± 0,66	<0,01
Підтягування на перекладині, разів	Х	3,5 ± 0,23	3,40 ± 0,24	<0,05
Вис на зігнутих	Х	13,8 ± 0,46	12,20 ± 0,78	<0,05
Піднімання в сід за хв., разів	Х	54,33 ± 0,46	52,10 ± 0,45	<0,01
Стрибок у довжину з місця, см	Х	138,40 ± 2,25	140,0 ± 2,70	<0,05
Біг 30 м, с	Х	5,52 ± 0,54	5,32 ± 0,46	>0,05
Човниковий біг 4 х 9 м., с	Х	12,8 ± 0,08	12,20 ± 0,08	>0,05
Біг 1000м, хв., с	Х	5,22 ± 0,56	5,18±0,46	<0,05
Нахили тулуба вперед з положення сидячи, см	Х	8,24 ± 0,46	7,12 ± 0,58	<0,01

При плануванні спортивної підготовки на кілька років необхідно дотримуватися послідовності у постановці завдань і уникати прагнення вирішити їх за один рік. У дитячо-юнацьких спортивних школах тренеру слід зосередити увагу на формуванні міцного фундаменту загальної фізичної підготовленості учнів, а також на навчанні раціональної техніки рухів і тактики. У наступні роки завдання розвитку фізичних якостей, удосконалення спортивної техніки та тактики мають вирішуватися поступово, відповідно до вікових особливостей дітей та рівня їхньої підготовленості.

3.2. Формування мотиваційно-ціннісних орієнтацій у футболістів етапу початкової підготовки.

Дослідження різних аспектів спортивної підготовки футболістів дозволяє визначити напрями оптимізації управлінської діяльності у дитячо-юнацьких спортивних школах шляхом впровадження заходів, спрямованих на вдосконалення соціально-психологічних процесів, підвищення рівня організованості та згуртованості колективу [11; 12]. Пошук ефективних форм роботи у процесі формування особистості сприяв удосконаленню системи наукового управління та виховання дітей [2].

Комплекс застосованих методів дослідження (аналіз і узагальнення літературних джерел, анкетування, порівняльний аналіз, методи математичної статистики) забезпечив можливість:

- визначити ключові пріоритети фізкультурно-спортивної діяльності дітей;
- встановити вплив тренерської діяльності на формування мотиваційних установок до занять футболом.

Регулярно організовані тренування сприяють формуванню стійкого інтересу до спорту, розвитку самостійності та покращенню фізичного стану. Зокрема, 86,4 % футболістів КЗ ДЮСШ №4 висловили бажання тренуватися щоденно, а 53,8 % вихованців КЗ ДЮСШ №2 – 3–4 рази на тиждень. Виконання ранкової гімнастики розглядається як важливий чинник формування основи для систематичних занять фізичними вправами. Водночас результати дослідження засвідчили, що лише незначна частка дітей (9,5 % – 17,6 %) виконує її регулярно. Більшість (50 % – 66,6 %) робить це епізодично, а значна кількість (17,6 % – 38,4 %) повністю ігнорує дану форму активності. Такий стан пояснюється недостатнім рівнем знань щодо режиму дня та його дотримання (рис. 3.1).

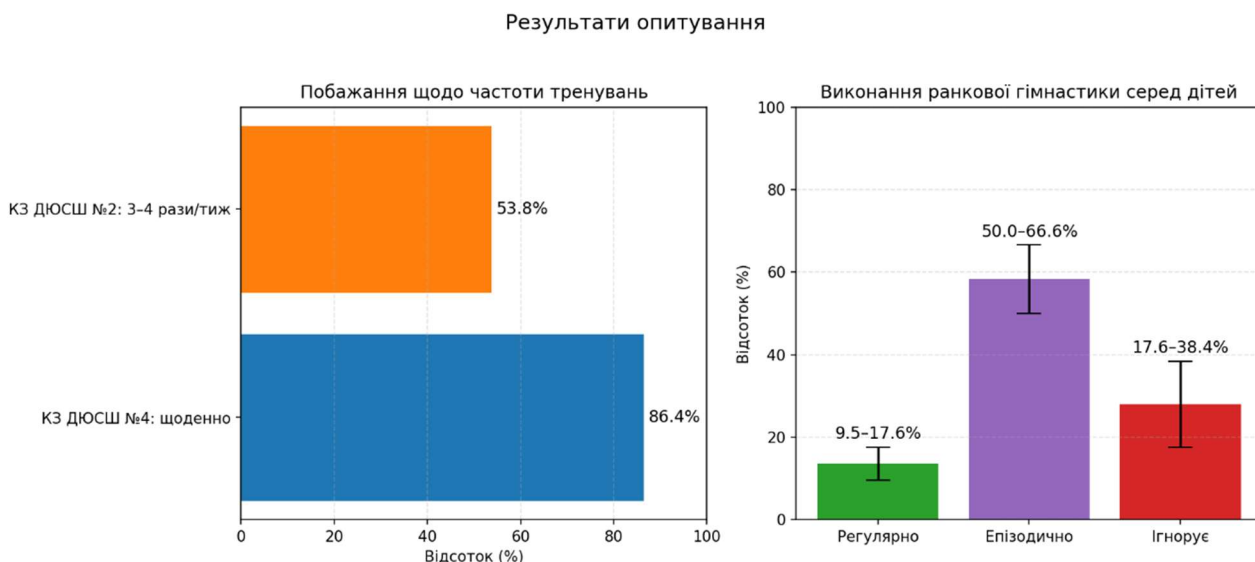


Рис. 3.1.

Отримані дані дозволяють стверджувати, що спортивні орієнтації дітей, які займаються футболом, є різноманітними та залежать від особистісного ставлення до спортивної діяльності. Аналіз анкетування показав, що найбільший інтерес у юних спортсменів викликають такі форми занять, як участь у змаганнях (54,7 % – 66,5 %) та відвідування різних спортивних секцій (42,4 % – 42,8 %) (табл. 3.2).

Таблиця 3.2

Ставлення дітей до різноманітних форм фізичного виховання, %

Показники	КЗ ДЮСШ №2	КЗ ДЮСШ №4
	Хлопчики	Хлопчики
Змагання	54,7	66,5
Спортивні секції	42,4	42,8
Туристичні походи	26,2	25,5
Урок фізичної культури	21,5	26,2
Ігри під час перерв у школі	9,09	6,2

Можна констатувати, що формування та розвиток пізнавальної активності й ініціативи у дітей найяскравіше проявляються саме в зазначених формах занять. Низький рівень інтересу спостерігається щодо ігор під час перерв у школі (9,09 – 6,2), уроків фізичної культури (21,5 % – 26,2 %). Це підтверджує залежність ставлення до фізичного виховання від характеру занять та інтенсивності навантаження. До туристичних походів дещо вищий інтерес (26,2 %–25,5%).

Отримані факти свідчать, що ставлення до різних форм фізичного виховання залежить від виду та спрямованості занять, а також від інтенсивності навантаження.

Отже, рухова активність є невід'ємною складовою способу життя дітей на етапі початкової підготовки. Заняття мають освітнє та рекреаційне значення, що зумовлює різний рівень їхньої привабливості для юних спортсменів.

У процесі дослідження встановлено причини, що заважають дітям виконувати фізичні вправи вдома. Основними є нестача часу (44,0 % у хлопчиків КЗ ДЮСШ №2, КЗ ДЮСШ №4 – 38,6) та відсутність бажання (30,0 % – 28,8). Ці причини переважно називають діти, які не вміють правильно планувати свій день. Таким чином, вони не мають сформованих навичок дотримання режиму дня, що зумовлює низький рівень інтересу до рухової активності (табл. 3.3).

Таблиця 3.3

Причини, що негативно впливають на заняття футболом, %

Показники	КЗ ДЮСШ №2	КЗ ДЮСШ №4
	Хлопчики	Хлопчики
Нестача часу	44,0	38,6
Немає бажання	30,0	28,8
Немає можливостей	15,2	38
Не знаю, як тренуватися	-	11,2

Однією з ключових умов регулярного виконання фізичних вправ є наявність мотивацій, які з певних причин пробуджують інтерес до занять футболом. Важливим завданням дослідження було визначити, які мотиви мають найбільше значення для дітей.

З'ясовано, що для більшості респондентів основним стимулом є симпатія до футболу (60,0 % – 60,5 %) та не хочуть відставати від товаришів – 51,6 – 50,8. Участь у змаганнях – 45,5 % – 42,0 %). Додатковими мотивами виступають: увага тренера (18,2 % – 19,2 %), примус з боку батьків (10,1 % – 12,1 %), позитивна оцінка (10,2 % – 12,1 %), похвала (2,2 %) (табл. 3.4).

Таблиця 3.4

Мотивації що спонукають дітей до занять футболом, %

Показники	КЗ ДЮСШ №2	КЗ ДЮСШ №4
	Хлопчики	Хлопчики
Подобається даний вид спорту	60,6	60,5
Не хочу відставати від товаришів	51,6	50,8
Участь у змаганнях	45,5	42,0
Увага тренера	18,2	19,2
Позитивна оцінка	12,1	10,2
Батьки примушують	10,1	12,1
Похвала	-	2,2

Таке розташування мотивацій дозволяє виділити провідні чинники – обраний вид спорту та участь дітей у змаганнях. Очевидно, що змагальна діяльність сприяє швидкому засвоєнню знань, розвитку фізичних, моральних та естетичних якостей. Результати змагань на тривалий час визначають і закріплюють статус дитини в колективі. Інші показники, такі як належний фізичний розвиток, увага тренера, позитивна оцінка та похвала, є природними бажаннями дітей.

Підсумовуючи результати анкетного опитування, можна зробити висновок, що спортивні орієнтації юних футболістів є різноманітними та залежать від особистісного ставлення до спортивної діяльності.

За методикою В. І. Тропнікова проведено анкетне опитування, яке дозволило встановити динаміку спрямованості мотивів спортивної діяльності дітей 9–12 років. В опитуванні брали участь вихованці КЗ ДЮСШ №2 та КЗ ДЮСШ №4 (Додаток В).

Показники мотивів (усього 13 за методикою) були згруповані у чотири блоки за найвищими середньоарифметичними результатами. Інші показники проаналізовано у відсотковому співвідношенні для глибшого розуміння структури мотивів спортивної діяльності. Отримані результати (табл. 3.5) свідчать, що найвищий рівень сформованості мають такі мотиви: Покращення самопочуття і здоров'я (6,0), фізичне вдосконалення (5,8), любов до виду спорту

(5,6). Ці мотиви увійшли до першого блоку. У другому та третьому блоках розмістилися мотиви: спілкування (5,5), підвищення престижу та бажання слави (5,2), матеріальні блага (5,0); естетичне задоволення і гострі відчуття (4,80), колективна спрямованість (4,6), пізнання (4,4). Четвертий блок включає мотиви: розвиток характеру та психічних якостей (4,0), засвоєння корисних знань і вмінь для життя (3,8), потреба в схваленні (3,6), (3,0), прихід дитини в спорт (3,4).

Таблиця 3.5

Зміст мотивів спортивної діяльності

Блок	№	Мотив	X
I	1	Покращення самопочуття і здоров'я	6,0
	2	Фізичне вдосконалення	5,8
	3	Любов до виду спорту	5,6
II	4	Спілкування	5,5
	5	Підвищення престижу, бажання слави	5,2
	6	Матеріальні блага	5,0
III	7	Естетичне задоволення і гострі відчуття	4,80
	8	Колективна направленість	4,60
	9	Пізнання	4,4
IV	10	Розвиток характеру і психічних якостей	4,0
	11	Засвоєння корисних для життя знань і вмінь	3,8
	12	Потреба в схваленні	3,6
	13	Прихід кожної дитини в спорт	3,4

Результати анкетного опитування показали, що діти прагнуть бути здоровими та вважають найбільш розвиненими у себе швидкісні якості й координацію. Під впливом занять футболом у них формуються бажання захищати честь команди на змаганнях, отримати наступний спортивний розряд, не відставати від друзів, а також познайомитися з відомими людьми та провідними спортсменами.

Юним футболістам подобаються сучасні методи тренування, вони прагнуть відчувати виконаний обов'язок перед тренером та виправдати його і батьківські очікування. Особливе місце серед мотивів займають любов до виду спорту та прагнення фізичного вдосконалення.

Отже, результати опитування дають підстави стверджувати, що для підвищення активності дітей необхідно:

- використовувати вплив емоційних факторів і позитивних вражень під час занять;
- створювати більше ситуацій, що викликають позитивні емоції;
- застосовувати приклади фізичного удосконалення для наслідування;
- враховувати інтереси та бажання дітей, які сприяють отриманню задоволення від рухової активності.

Ефективність тренувань у футбольній секції значною мірою визначається свідомим і активним ставленням спортсменів до занять фізичними вправами.

Цікаві заняття, отримане задоволення та позитивний емоційний фон створюють пусковий механізм реалізації мотивацій. Під час емоційних переживань у дітей формується оцінка навчально-тренувального процесу, що стає передумовою зародження інтересу до занять футболом [20].

Ефективним засобом удосконалення швидкісних здібностей футболістів є тестові вправи. Виконання їх у формі змагань під час підготовки та мотивації дозволяє досягти показників швидкості, які майже неможливо отримати у звичайному тренувальному процесі [9].

Водночас слід враховувати, що юні спортсмени цього віку не здатні тривалий час працювати цілеспрямовано. Тому рухливі ігри є оптимальним засобом продовження занять, виконання великої кількості вправ та вирішення поставлених завдань без надмірного психологічного навантаження. У дослідженні застосовувалися ігри для розвитку швидкості.

При розробці перспективного плану занять з футболу на етапі початкової підготовки передбачалося впровадження різноманітних ігор, їх оновлення відповідно до пори року та мотивуючого значення. Використання додаткового обладнання та атрибутики сприяло підтриманню інтересу до занять і прагненню дітей опановувати нові вправи.

Проведення ігор супроводжувалося піднесенням фізичних і психоемоційних сил юних спортсменів, що забезпечувало радість і розрядку від нервового напруження [9; 13]. Під час вибору гри та комплектування груп враховувалися завдання занять, чисельність групи, фізична підготовленість

дітей, їхній вік і стать, умови проведення та наявність інвентарю. Для успішного проведення гри тренер коротко пояснював правила, за потреби демонстрував основні рухи. Після завершення гри оголошувалися результати, аналізувалося правильне виконання рухів, надавалися рекомендації щодо усунення недоліків. Особлива увага приділялася не лише фізичному навантаженню, а й емоційному стану дітей. Незалежно від результатів гри юних футболістів привчали поважати суперників, запобігати конфліктам, підтримувати доброзичливі стосунки.

Приклади рухливих ігор для розвитку фізичних якостей (табл.3.6):

Таблиця 3.6.

Рухливі ігри для розвитку фізичних якостей футболістів

№	Назва гри	Мета	Основні правила	Кількість учасників	Інвентар
1	Прапорець	Розвиток швидкості, спритності	Дві команди прагнуть захопити прапор суперників, дотримуючись правил	До 20	Прапорці
2	Квач	Швидкість реакції, маневреність	Гравець-квач ловить інших; можливі модифікації (заборона ловити тих, хто вище землі)	10-15	Без інвентарю
3	Хто швидше?	Розвиток швидкості та координації	Естафета з гімнастичними палицями на швидкість	8-12	Гімнастичні палиці
4	Лінійна естафета	Швидкісні перебіжки	Команди виконують перебіжки до прапорців, передаючи естафету дотиком руки	8-16	Прапорці
5	Зміни коло	Швидкість реакції та командна взаємодія	Гравці швидко змінюють місця по сигналу	10-20	Без інвентарю
6	Футбольний квач	Розвиток швидкості та контролю м'яча	Квач ловить гравців, які ведуть м'яч	8-12	Футбольні м'ячі

7	Перехопи м'яч	Швидкий старт та зміна напрямку	Два ряди гравців, хто перший добіжить до м'яча	6-10	Футбольний м'яч
8	Футбольні змійки	Швидкість і координація	Ведення м'яча між фішками на час	6-12	Фішки, м'ячі
9	Два вогнища	Швидкість пересування та ухилення	Команди перебігають на інший бік, уникаючи торкань	10-20	Без інвентарю
10	Футбольний маятник	Швидкісна витривалість	Короткі ривки до м'яча і назад	6-10	Футбольний м'яч

Значення дитячого спорту полягає у створенні позитивно забарвлених емоційних ситуацій. Футбол і інші спортивні ігри приваблюють дітей можливістю проявити спритність, силу, витривалість, самовиразитися у рухах та позмагатися з однолітками. За умови правильної організації навчально-тренувального процесу ці чинники забезпечують глибоке емоційне задоволення, формують почуття успіху та впевненість у власних силах. Основні рухливі ігри як засіб мотивації на початковому етапі наведено в таблиці 3.7.

Таблиця 3.7

Ігри та фізичні вправи етапу початкової підготовки

Пора року	Ігри та фізичні вправи	Місце проведення
Весна – літо	Ходьба, біг, біг на короткі дистанції з помірною, середньою інтенсивністю, стрибки, рухливі ігри.	Стадіон, спортивний майданчик
Літо	Біг на короткі дистанції середньою інтенсивністю, вище середньої, стрибки, естафети.	Стадіон, спортивний майданчик

Осінь	Стрибки, біг, рухливі ігри: «Прапорець», «Квач», «Хто швидше?», «Лінійна естафета з бігом», «Зміни коло», «День і ніч»	Спортивний зал
Зима	Ходіння і біг; вправи для ЗФП; вправи для розвитку рухливості в плечових, кульшових і колінних суглобах; дихальні вправи на місці та в русі; акробатичні вправи: стійки на лопатках, голові, руках; перекидання в сторону з положення, лежачи прогнувшись; оберти вперед, і назад у групуванні, оберт із кроку, кілька обертів уперед і назад, у групуванні, оберт із кроку, кілька обертів уперед і назад, уперед і назад через плече.	Спортивний зал

3.3. Методика формування мотивації до занять футболом на етапі початкової підготовки

Дослідження свідчать, що успішне виховання мотивації до занять значною мірою залежить від структури та змісту тренувальних занять. Встановлено, що на етапі початкової підготовки тренери практично не приділяють уваги мотивуванню дітей до діяльності. У процесі роботи ми формували мотиви, які стимулювали бажання дітей відвідувати наступні заняття, підкреслюючи, що кожне тренування є основою для наступного. Такий підхід підсилює інтерес до продовження занять футболом і є одним із ефективних способів формування стійкої мотивації до рухової активності.

Педагогічні спостереження показали, що діти охочіше виконують ті ігри та вправи, які добре зрозуміли, особливо колективні. Ігри для розвитку фізичних якостей включалися до кожного заняття, переважно наприкінці основної частини. Така практика дозволяє раціонально використовувати метод слова, підвищуючи ефективність занять. При цьому враховувалися принципи систематичності та послідовності, різний рівень інтенсивності виконання вправ, а також корекція неправильних рухів.

Формування спеціальних знань і вмінь є важливим компонентом мотивації дітей до занять футболом. Методика ґрунтується на загальнопедагогічних принципах і специфіці виду спорту. Основні положення:

- поєднання теоретичного матеріалу з практичною діяльністю без шкоди для рухової активності;
- реалізація міжпредметних зв'язків для кращого розуміння сутності фізичних якостей;
- використання методів пізнавальної діяльності (самостійні заняття, домашні завдання, аналіз дій товаришів);
- забезпечення контролю та корекції знань і дій у процесі занять;
- підсумкове оцінювання рівня засвоєних знань і вмінь (критерієм є розуміння сутності питань та здатність застосовувати знання на практиці).

Завдання занять:

- подати доступні знання з футболу, розширити та закріпити елементарні навички;
- сформувати життєво необхідні рухові навички;
- забезпечити гармонійний розвиток фізичних якостей.

Тренувальні заняття проводилися відповідно до поставлених завдань і рівня підготовленості дітей. Тривалість занять для новачків становила 45–60 хвилин, структура включала три частини: підготовчу, основну та заключну. У підготовчій частині вирішувалися організаційні питання та виконувалися вправи для підготовки до основної частини. Основна частина містила спеціальні вправи футболіста та сюжетні рухливі ігри або естафети, рекомендовані фахівцями [7; 22].

Навчання техніки передачі м'яча здійснювалося за схемою:

- ознайомлення з технікою (пояснення та демонстрація рухів);
- виконання вправ для засвоєння правильності рухів;
- застосування допоміжних вправ (імітація рухів);
- поєднання окремих рухів у комплексі;
- поступове ускладнення вправ для удосконалення техніки.

Використання імітаційних вправ сприяло формуванню чіткої уяви про форму рухів. Для полегшення навчання застосовували допоміжні засоби: жгути для рук і ніг, набивні м'ячі, дитячі бар'єри тощо. Це забезпечувало додаткову підтримку під час виконання рухів.

На основі навчальної програми розроблено графік розподілу навчального матеріалу для групи дітей етапу початкової підготовки (табл. 3.7). План було збільшено до 25 занять, що відрізняється від програми ДЮСШ більшою кількістю тренувальних годин. Такий графік передбачає планомірне підвищення функціональної підготовки, розвиток рухових якостей та засвоєння основ техніко-тактичних навичок футболістів.

Графік розподілення навчального матеріалу для груп етапу початкової підготовки

[illegible]

На основі аналізу проведеної роботи визначено основну спрямованість навчально-тренувальної програми:

1. Навчання техніки рухових дій має бути послідовним і систематичним.
2. Застосування ігор та розважальних елементів є ефективним засобом підвищення емоційного фону занять (Рис. 3.2).

На етапі початкової підготовки з дітьми 9–12 років проводилися бесіди про оздоровче значення занять футболом, вплив фізичних вправ на організм, гігієну фізичної культури та спорту, загартування, дотримання режиму дня і харчування, використання спортивного та нестандартного обладнання, а також ознайомлення з іграми, що застосовуватимуться на тренуваннях. Під час кожної бесіди наголошувалося, що покращення стану здоров'я можливе лише за умови систематичних занять спортом.

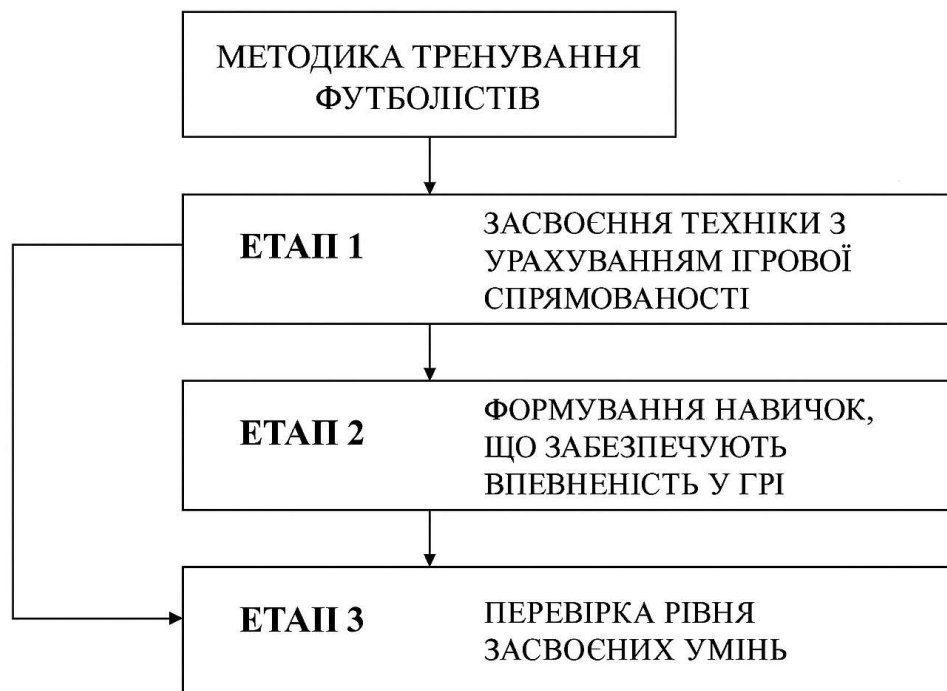


Рис. 3.2

Зміст експериментальної методики включав вправи для ознайомлення з технікою та різновидами передач м'яча у футболі. Такий підхід забезпечував оптимальне формування спеціальних знань і вмінь, що полегшували засвоєння рухів.

Навчання проходило у три етапи:

- **Перший етап** – засвоєння техніки з урахуванням ігрової спрямованості.
- **Другий етап** – формування навичок, що забезпечують впевненість у грі.
- **Третій етап** – перевірка рівня засвоєних умінь.

Оцінювання техніки виконувалося за п'ятибальною системою:

- **5 балів** – правильне виконання всіх елементів техніки, ритмічне дихання, рухи невимушені;
- **4 бали** – незначні помилки, відсутність напруги;
- **3 бали** – суттєві помилки, зайва м'язова напруга;
- **2 бали** – великі помилки, рухи незграбні;
- **1 бал** – відсутність синхронності рухів рук і ніг.

Особлива увага приділялася розвитку швидкості, сили, витривалості, спритності та гнучкості. Використовували два варіанти дозування навантаження:

- **Перший** – за показниками ЧСС (на початковому етапі не більше 150–160 уд./хв., з підвищенням підготовленості – до 170–180 уд./хв.).
- **Другий** – залежно від завдань заняття та інтенсивності ігрової діяльності.

Після завершення навчання проведено два контрольні заняття для підведення підсумків. Дітей ознайомили з нормативами, які вони повинні були виконати.

Розроблена методика для експериментальної групи передбачала різноманітний зміст занять, використання методів мотивації до рухової та пізнавальної активності.

3.4. Аналіз і узагальнення результатів експериментальної перевірки

Формувальний експеримент проводився на базі КЗ ДЮСШ №2 та КЗ ДЮСШ №4 м. Луцька. У контрольній та експериментальній групах проведено тестування, яке дозволило оцінити ефективність методики формування мотивації до занять футболом та її вплив на рівень фізичної підготовленості футболістів.

Розвиток мотивації до занять футболом позитивно впливає на рівень рухової підготовленості дітей. Дані обстеження фізичної підготовленості залежно від статі дітей на етапі початкової підготовки наведено у таблиці 3.9.

Таблиця 3.9

Фізична підготовленість футболістів експериментальної і контрольної груп після педагогічного експерименту ($X \pm \sigma$)

Показники	Стать	Групи дітей		Вірогідність різниці, Р
		ЕГ (n=20) КЗ ДЮСШ№2	КГ (n=20) КЗ ДЮСШ№4	
Згинання і розгинання рук в упорі лежачи, разів	Х	24,60 ± 0,6	18,40 ± 0,66	<0,01
Підтягування на	Х	6,5 ± 0,23	3,40 ± 0,24	<0,05
Вис на зігнутих	Х	18,8 ± 0,46	12,20 ± 0,78	<0,05
Піднімання в сід за хв., разів	Х	92,33 ± 0,46	66,10 ± 0,45	<0,01
Стрибок у довжину з місця, см	Х	168,46 ± 2,25	142,0 ± 2,70	<0,05
Біг 30 м, с	Х	4,62 ± 0,54	5,12 ± 0,46	>0,05
Човниковий біг 4 х 9 м., с	Х	10,98 ± 0,08	11,20 ± 0,08	>0,05
Біг 1000м, хв., с	Х	4,42 ± 0,56	5,10±0,46	<0,05
Нахили тулуба вперед з положення сидячи, см	Х	10,04 ± 0,46	6,12 ± 0,58	<0,01

На підставі отриманих даних встановлено, що показники фізичної підготовленості експериментальної групи переважають результати контрольної групи.

Стрибок у довжину з місця, який характеризує розвиток швидкісно-силових якостей, в експериментальній групі зріс на 23 %, причому відмінності були статистично достовірними ($p < 0,05$). На нашу думку, цьому сприяло використання вправ для розвитку швидкісно-силових якостей у формі ігор. Багатократне виконання тактичних ігрових завдань значно підвищило показники тесту на витривалість (біг на 1000 м) в експериментальній групі. У

контрольній групі також відбулися зміни, але вони були менш вираженими (табл. 3.8).

Таким чином, формуючий педагогічний експеримент підтвердив високу ефективність запропонованих засобів і методів формування мотивації до занять футболом.

Аналіз рівня інтересу до фізичних вправ після експерименту показав позитивну динаміку в експериментальній групі:

- високий рівень – 43,25 % (до експерименту – 38,55 %);
- вище середнього – 37,19 % (до експерименту – 33,60 %);
- середній – 19,12 % (до експерименту – 27 %).

Лише 0,44 % – 0,85 % дітей оцінили рівень інтересу нижче середнього (табл. 3.10).

У контрольній групі показники були нижчими:

- високий рівень – 22,15 % (до експерименту – 18,39 %);
- вище середнього – 30,60 % (до експерименту – 24,11 %);
- середній рівень – 28,57 % (до експерименту – 32,42 %).

Рівень інтересу нижче середнього, низький або відсутній у контрольній групі становив 15,08 % – 2,73 %, тоді як у експериментальній групі ці показники були відсутні.

Таблиця 3.10

Рівень інтересу до занять футболом, експериментальної і контрольної групи після педагогічного експерименту, %

Рівень інтересу	Стать	Групи дітей	
		Експериментальна група (n=20)	Контрольна група (n=20)
Високий	X	43,25	22,15
Вище середнього	X	37,19	30,60
Середній	X	19,12	28,57
Нижче середнього	X	-	9,2 I
Низький	X	-	6,17
Інтерес відсутній	X	-	-

Таким чином, отримані дані експериментальної групи відповідають позитивним результатам роботи з дітьми. Такий педагогічний підхід дає нам можливість покращити рівень проведення занять з футболу і є відображенням основного компонента внутрішньої мотивації у експериментальній роботі. Завдяки задіяного нестандартного обладнання, використання ігрового методу дало нам можливість викликати у дітей інтерес до виконання фізичних вправ. Все це слугувало прикладом і сприяло вихованню мотивацій до занять футболом.

Висновки до 3 розділу

1. Результати анкетного опитування дали змогу визначити провідні мотиви юних футболістів щодо занять спортом. Головним мотивувальним чинником виступає стійкий інтерес і любов до футболу, а другим за значущістю – прагнення до фізичного вдосконалення, що свідчить про орієнтацію дітей як на емоційно-ціннісні, так і на інструментальні аспекти спортивної активності.

2. Мотиваційні орієнтації дітей 9–12 років, які займаються футболом, мають комплексний характер і зумовлюються індивідуальним ставленням до спортивної діяльності. Виокремлено шість ключових мотивів, що визначають участь дітей у тренувальному процесі: інтерес до виду спорту, бажання відповідати ровесникам у фізичному розвитку, прагнення до участі в змаганнях, підтримка та увага тренера, потреба в позитивній оцінці результатів, а також вплив батьків.

3. Установлено, що інтерес до занять футболом у дітей формується нерівномірно та залежить від створених педагогічних умов, рівня емоційного залучення і змісту тренувальної діяльності. Це підтверджує необхідність цілеспрямованого формування мотиваційної сфери спортсменів молодшого шкільного віку.

4. Застосування ігрових методів навчання та використання нестандартного обладнання позитивно вплинуло на емоційний фон тренувань і сприяло підвищенню інтересу дітей до занять у футбольній секції. Отримані

дані підтверджують важливість варіативності й інноваційності у побудові тренувального процесу для молодших спортсменів.

5. Формувальний педагогічний експеримент засвідчив ефективність запропонованих методичних засобів щодо розвитку та зміцнення мотивації дітей до занять футболом. На відміну від контрольної групи, де зберігалася частка дітей із низьким або недостатнім рівнем інтересу (6,17–15,08 %), в експериментальній групі такі показники повністю відсутні, що свідчить про результативність розробленої педагогічної технології.

ВИСНОВКИ

1. Формувальний педагогічний експеримент, проведений на базі ДЮСШ №2 та ДЮСШ №4 м. Луцька, підтвердив ефективність запропонованої методики формування мотивації до занять футболом. Статистично значущі відмінності між результатами експериментальної та контрольної груп засвідчили позитивний вплив методики на фізичну підготовленість юних футболістів. Найбільші розбіжності зафіксовано у таких показниках: витривалість (біг на 1000 м, $p < 0,05$), гнучкість (нахил тулуба вперед з положення сидячи, $p < 0,01$), стрибок у довжину з місця ($p < 0,01$), біг на 30 м ($p < 0,01$) та човниковий біг 4×9 м ($p < 0,01$). Це підтверджує, що підвищена мотивація сприяє якісним змінам у рухових якостях дітей.

2. Аналіз узагальнених даних щодо рівня мотивації після експерименту показав чітку позитивну динаміку у дітей експериментальної групи. Зафіксовано зростання показників високого, вище середнього та середнього рівнів мотивації, тоді як рівні «нижче середнього» та «низький» повністю відсутні. На відміну від цього, у контрольній групі показники інтересу залишилися нижчими, а частка дітей із середнім рівнем мотивації навіть перевищила відповідний показник експериментальної групи. Це свідчить, що традиційна система тренувань менш ефективно впливає на формування стійкої спортивної мотивації в дітей 9–12 років.

3. Отримані результати засвідчили, що інтерес до занять футболом є ключовим чинником, на який тренери орієнтуються під час відбору до груп початкової підготовки. Встановлено, що формування мотивів спортивної діяльності є процесом індивідуальним і значною мірою залежить від застосування тренером педагогічних засобів заохочення. Анкетування підтвердило різноспрямованість і неоднорідність мотиваційних проявів дітей, що зумовлює необхідність диференційованого підходу у тренувальному процесі.

4. Доведено, що створення позитивного емоційного фону на тренуваннях є вагомим чинником, який сприяє підвищенню інтересу та активності юних спортсменів. Забезпечення сприятливих емоційних умов стало можливим завдяки використанню ігрових методів, варіативного обладнання та чіткому виділенню часу на формування знань і умінь, пов'язаних зі змістом фізичної культури й техніко-тактичними основами футболу. Експеримент підтвердив, що така організація занять значно зміцнює мотивацію дітей до систематичних занять спортом.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Авраменко В.Г., Бобарико О.Е., Гончаренко В. Футбол: навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких спортивних шкіл, шкіл вищої спортивної майстерності. К., 1993. 172 с.
2. Антонєць В., Козак Е. Педагогічні умови формування спортивної мотивації на початковому етапі багаторічної підготовки спортсменів гирьового спорту. Зб. наук. праць НАДПСУ. Серія: Педагогічні науки. 2016. №2(4). С. 23-28.
3. Багнюк Н. Мотивація до занять фізичною культурою учнів засобами футболу. URL: <https://evnuir.vnu.edu.ua/bitstream/123456789/20259/1/fiz%20kul-7-8.pdf>.
4. Бальсевич В.К., Запорожанов В.А. Фізична активність людини. К.: Здоров'я, 1987. 224 с.
5. Булатова М.М. Теоретико-методические аспекты реализации функциональных резервов спортсменов высшей квалификации. Наука в олимпийском спорте. Спец. вып. 1999. С. 33-50.
6. Біомеханіка спорту / За заг. ред. А.М. Лапутіна. К.: Олімпійська література, 2001. 319 с.
7. Біомеханічні основи техніки фізичних вправ / А.М. Лапутін, М.О. Носко, В.О. Кашуба. К.: Науковий світ, 2001. 201 с.
8. Васьков Ю.В., Пашков І.М. Уроки футболу в загальноосвітній школі. Харків: Торсінг, 2003.
9. Віхров К.Л. Футбол у школі: навчально-методичний посібник. К.: Комбі ЛТД, 2005.
10. Грецький О.В. Формування мотивації до спортивної діяльності на початковому етапі підготовки: автореф. дис. Львів, 2019. 22 с.
11. Грищенко Т.П., Окопний А.М., Семеряк З.С., Палатний А.Л. Перспективи наукового обґрунтування формування мотивації спортсменів до занять фехтуванням на етапі початкової підготовки. Науковий часопис НПУ ім. М.П. Драгоманова. Серія 15. 2019. №3(111).
12. Демчишин А.П. Підготовка юних футболістів. К.: Рад. школа, 1982. 191 с.

Кириченко В.М., Пангєлова Н.Є. Комплексний підхід до розвитку координаційних здібностей школярів. Педагогіка формування творчої особистості. 2015. №41. С. 243-248.

13. Костюкевич В., Щепоткіна Н., Стасюк В. Теоретико-методичні підходи щодо програмування тренувального процесу спортсменів у макроциклі. Фізична культура, спорт та здоров'я нації. Житомир: ЖДУ ім. І. Франка, 2019. Вип.8(27). С.145-156.

14. Костюкевич В.М. Теорія і методика спортивної підготовки (на прикладі командних ігрових видів спорту): навчальний посібник. Вінниця: Планер, 2014. С. 31-34.

15. Круцевич Т.Ю., Воробйов М.І. Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків та юнацтва. К., 2005. 196 с.

16. Кудряшов С.В., Максимова Н.В., Касаткін А.Н. Вплив рівня розвитку фізичних якостей на ефективність ігрових дій футболісток. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. Харків: ХДАДМ, 2003. №1. С.13-19.

17. Лисенчук Г., Тищенко В. Комплексна оцінка спеціальної фізичної і техніко-тактичної підготовленості як запорука формування основного складу у футболі. Фізична культура, спорт та здоров'я нації. Житомир, 2019. С.175-183.

18. Лисяк В.Н. Формування інтересу до занять фізичною культурою у школярів 6-11-х класів: автореф. дис. Харків, 2006.

19. Лях В.І. Координаційні здібності школярів. Фіз. культура в школі. 2000. №4. С. 6-13.

20. Маслов В.М., Носко М.О., Дейкун М.П. Динаміка показників функціонального стану футболістів в експериментальних групах. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. Харків, 2002. №25. С. 3-7.

21. Митова О., Матяш В. Удосконалення технічної підготовки футболістів на етапі попередньої базової підготовки. Спортивний вісник Придніпров'я. 2014. №1. С.166-171.

22. Наконечний Р.Б., Хіменес Х.Р., Котов С.М. Сучасні уявлення щодо тактичної підготовленості юних футболістів. Спортивна наука та здоров'я людини. 2022. С. 66–88.
23. Носко М.О., Власенко С.О. Педагогічні основи підготовки футболістів високої кваліфікації. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. Харків, 2001. №1. С. 3-6.
24. Осадчий О.В. Аналіз техніки гри в футбол за допомогою педагогічних спостережень та відеозапису. Вісник ЧДПУ ім. Т.Г.Шевченка. Чернігів, 2001. №7. С. 68-72.
25. Пелешенко І.М. Оцінювання рухових здібностей учнів за допомогою комплексного тестування в загальноосвітніх навчальних закладах. Слобожанський науково-спортивний вісник. 2010. №2. С. 35-38.
26. Петренко Г.З. Розвиток координаційних здібностей учнів 5-6 класів у процесі навчання: автореф. дис. Рівне, 2002. 19 с.
27. Платонов В.Н. Система підготовки спортсменів в олімпійському спорті. Загальна теорія та її практичні додатки: посібник для тренерів: в 2 кн. К.: Олімпійська література, 2015. Кн.1 – 680 с., Кн.2 – 752 с.
28. Платонов В.Н. Швидкісні здібності та основи методики їх розвитку. Наука в олімпійському спорті. Київ, 2015. №4. С. 20-32.
29. Платонов В.Н., Булатова М.М. Координація спортсмена та методика її вдосконалення. Київ: ГИФК, 1992. 52 с.
30. Ріпак І., Карпа І. Структура виконання техніко-тактичних дій кваліфікованих футболістів в окремих зонах ігрового поля. Науковий часопис НПУ ім. М.П. Драгоманова. Серія 15. Київ, 2017. Вип.5К(86). С. 275–279.
31. Семенович С., Давидюк І. Мотивація у спорті: дослідження сучасного освітнього ландшафту. *Вища освіта України*. 2023. URL: <https://journals.udu.kyiv.ua/index.php/vou/article/view/207>.
32. Сергієнко Л.П. Комплексне тестування рухових здібностей людини. Миколаїв: УДМТУ, 2001. 360 с.

33. Сергієнко Л.П. Понятійний апарат теорії рухових здібностей. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2009. №1. С.58-62.
34. Сергієнко Л.П. Тестування рухових здібностей школярів. Київ: Олімпійська література, 2001. 440 с.
35. Скалій Т.В. Педагогічний контроль розвитку координаційних здібностей дітей і підлітків: дис. ХДУ. Херсон, 2006. 216 с.
36. Супрун О. Формування мотивації до успіху в спортсменів індивідуальних видів спорту: кваліфікаційна робота. Херсон: ХДУ, 2020. URL: <https://ekhsuir.kspu.edu/bitstreams/df71ca2b-61a8-40e9-bdf5-976465f97058/download>.
37. Фалес Й.Г., Огерчук О.Ф., Колобич О.В. та ін. Ігри та ігрові вправи техніко-тактичного характеру в підготовці футболістів. Львів: ЛДІФК, 1998. 112 с.
38. Худолій О.М. Загальні основи теорії і методики фізичного виховання: навч. посібник. Харків: ОВС, 2008. 406 с.
39. Чиженок Т.М., Коваленко Ю.О. Теорія і методика фізичного виховання: навчальний посібник у схемах. Запоріжжя, 2010. С. 91-98.
40. Чуйко О. Аналіз показників функціонального стану здобувачів 17-19 років. Спортивний вісник Придніпров'я. Дніпро, 2017. №1. С. 251-254.
41. Чупрун Н.Ф. Формування координаційних здібностей молодших школярів у процесі занять хореографією: автореф. дис. Київ, 2014. 17 с.
42. Шаленко В.В., Перцухов А.А. Динаміка рухових здібностей футболістів 12-15 років. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. 2010. №12. С.160-162.
43. Шамардін В.М. Характеристика рухової та ігрової діяльності футболістів. Спортивний вісник Придніпров'я. №1. С.87-89.
44. Шамардін Г.М. Основи теорії та методики фізичного виховання. Дніпропетровськ: Дріант, 2007. 486 с.
45. Швець А. В. Мотивація підлітків до занять футболом: кваліфікаційна робота. Київ: КСУ ім. Б. Грінченка, 2025. URL: <https://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/52469/>.

46. Шевченко А.Ю., Бойченко С.В. Структура і зміст процесу підготовки юних футболістів на етапі початкової підготовки. Науковий часопис НПУ ім. М.П.Драгоманова. Серія 15. 2014. Вип.6(49). С.146-155.
47. Шестерова Л.Є. Вплив рівня активності сенсорних функцій на удосконалення рухових здібностей школярів середніх класів: автореф. дис. Харків: ХДАФК, 2024. 20 с.
48. Шиян Б.М., Єдинак Г.А., Петришин Ю.В. Основи наукових досліджень у фізичному вихованні та спорті: навчальний посібник. Кам'янець-Подільський: ТОВ Друкарня Рута, 2012. 280 с.
49. Шиян Б.М., Вацеба О.М. Теорія і методика педагогічних досліджень у фізичному вихованні та спорті: навчальний посібник. Тернопіль: Навчальна книга Богдан, 2008. 276 с.
50. Щурова Н.В. Фізичний розвиток як основна характеристика фізичного здоров'я старшокласників. Вісник ЛНУ ім. Тараса Шевченка. 2020. №15(202). С.99-104.
51. Filenko L., Ashanin V., Basenko O., Petrenko Y., Poltorarska G., Tserkovna O., Kalmykova Y., Kalmykov S., Petrenko Y. Teaching and learning informatization at the universities of physical culture. Journal of Physical Education and Sport. 2017. 17(4). P.2454-2461.
52. McClelland, D. C. The Achievement Motive. Princeton : Van Nostrand, 1953.
53. Stuła A. Coordination and velocity skills versus players performance. Coordination Motor Abilities in Scientific Research. International Association of Sport Kinetics: Biała Podlaska. Vol.28. P.106-110.
54. Heckhausen H. Motivation und Handeln / Heinz Heckhausen. – 2nd ed. – Berlin ; Heidelberg : Springer Berlin Heidelberg, 1989. – 557 S.

Додаток А.

Шановний учаснику!

Просимо відповісти на запитання, що допоможуть визначити роль спорту у житті дітей. Уважно прочитайте кожне запитання та оберіть відповідь (підкресліть) або впишіть власний варіант.

1. Дата народження (число, місяць, рік): _____
2. Стать: ☐ чоловіча ☐ жіноча
3. Які форми фізичного виховання та спорту подобаються найбільше?
☐ уроки фізичної культури
☐ спортивні секції
☐ змагання
☐ ігри під час перерви
☐ туристичні походи
☐ інше: _____
4. Чи виконуєте ранкову гімнастику?
☐ систематично ☐ іноді ☐ не виконую
5. Чи займаєтесь самостійно фізичними вправами вдома?
☐ систематично ☐ іноді ☐ не займаюся
6. Де найчастіше виконуєте фізичні вправи у вільний час?
(вказіть місце: стадіон, шкільний майданчик, вдома, спортзал, інше) _____
7. Що заважає виконувати фізичні вправи вдома?
☐ немає бажання ☐ брак часу ☐ немає умов ☐ не знаю, як тренуватися ☐
інше: _____
8. Як виконуєте фізичні вправи вдома?
☐ за завданням тренера
☐ за завданням учителя фізкультури
☐ самостійно
☐ під керівництвом батьків (вказіть): _____
9. Чи знаєте, що таке режим дня?
☐ так ☐ ні
10. Чи дотримуетесь режиму дня?
☐ так ☐ ні ☐ не завжди
11. Який спортивний інвентар є вдома?
☐ гантелі ☐ скакалка ☐ м'яч ☐ еспандер ☐ інше: _____
12. Чи подобається займатися футболом у спортивній школі?
☐ так ☐ ні ☐ не знаю
13. Скільки разів на тиждень хотіли б тренуватися у секції футболу?
☐ 1–2 ☐ 3–4 ☐ 5–6
14. Що стимулює вас займатися футболом?
☐ похвала
☐ увага тренера

- ☐ позитивна оцінка
- ☐ бажання не відставати від друзів
- ☐ подобається вид спорту
- ☐ боюся отримати погану оцінку
- ☐ батьки наполягають
- ☐ інше: _____

15. Чи виникають труднощі на тренуваннях з футболу?

- ☐ постійно, через це припиняю заняття
- ☐ періодично, намагаюся подолати
- ☐ періодично, звертаюся до тренера за порадою
- ☐ не виникають, все вдається
- ☐ інше: _____

16. Чи знадобляться вам у майбутньому навички футболу?

- ☐ так ☐ ні ☐ не знаю

17. Чи важко поєднувати тренування з навчанням у школі?

- ☐ так ☐ ні ☐ не знаю

18. Чи ведете щоденник контролю тренувань?

- ☐ так ☐ ні

19. Як батьки ставляться до ваших занять футболом?

- ☐ схвалюють ☐ не схвалюють ☐ важко відповісти

20. Чи займалися ваші батьки спортом?

- ☐ так (яким): _____
- ☐ ні ☐ не знаю

21. Чи враховуєте думку батьків?

- ☐ завжди ☐ інколи ☐ ніколи

22. Чи довго переживаєте через неприємності?

- ☐ завжди ☐ часто ☐ іноді ☐ рідко

23. Чи припиняєте гру, коли починаєте програвати?

- ☐ так ☐ ні ☐ іноді

24. У якій ще спортивній секції хотіли б займатися?

25. Ваші захоплення (музика, малювання, риболовля, велосипед, рухливі ігри, інше _____)

26. Оцініть свого тренера:

- доброзичливий (так/ні)
- допомагає у складних ситуаціях (так/ні)
- вимогливий (так/ні)
- не шкодує часу (так/ні)
- справедливий (так/ні)
- контролює успішність у школі (так/ні)
- чесний (так/ні)

Дякуємо за участь у дослідженні!

Додаток Б.

Анкета

Шановний колега!

Магістр ВНУ ім. Лесі Українки проводить дослідження серед тренерів, які ведуть заняття в групах з футболу, що спрямовані на вивчення взаємодії тренера і дитини при формуванні у них мотивації до занять цим видом спорту. Тому звертаємось до Вас з проханням відповісти на питання запропонованої анкети.

За умовою анкети, після кожного запитання додається декілька варіантів відповідей. Перед тим, як відповісти на питання, уважно прочитайте всі запропоновані відповіді, потім виберіть із них ту, що співпадає з Вашою думкою, підкресліть відповідь. Якщо кожен із запропонованих варіантів Вас не задовільняє, то напишіть свій варіант.

Коротко про себе:

Вік _____, стать _____, освіта _____, спортивний розряд _____,

стаж роботи тренера _____

1. За якими принципами Ви проводите відбір дітей до групи початкової підготовки в секцію? (допускається декілька варіантів).

- бажання займатися футболом;
- за станом здоров'я дитини;
- ступінь відповідності морфотипу дитини вимогам футболу;
- фізичним якостям;
- спортивні спадковості;
- інше _____

2. За якими показниками проводите “відсів” малоперспективних дітей з урахуванням оцінки? (декілька варіантів).

- спортивної майстерності;
- ступеня мотивації до цілеспрямованої спортивної підготовки;
- загальної і допоміжної технічної підготовленості;

3. За якими показниками розвитку фізичного стану дитини Ви виявляєте наявність або відсутність відхилень, що є пропонує до подальшого спортивного вдосконалення?

- розвиток швидкісних здібностей;
- силових здібностей;
- координаційних здібностей;
- функціональних можливостей, системи енергозабезпечення;
- інше (вказіть) _____

4. Якими засобами заохочення Ви частіше Користуєтесь? (декілька варіантів).
- довіра;
 - вручення книг і т.п;
 - подяка перед дітьми;
 - включення в змагання;
 - особисті вітання провідних спортсменів і тренерів;
 - інше (вказіть) _____
5. Яке Ви вважаєте основне завдання тренера? (декілька варіантів)
- формування у дітей зацікавленості до спорту;
 - зміцнення їхнього здоров'я і різнобічний розвиток;
 - створення міцного рухаючого фундаменту;
 - навчання техніці різних видів легкої атлетики;
 - інше (вказіть) _____
6. На Вашу думку, що сприяє формуванню фізичної підготовленості дитини до систематичних занять в спортивній секції з футболу? (декілька варіантів)
- особистість тренера;
 - організація навчально-тренувального процесу
 - ставлення до дітей;
 - творчий колектив;
 - система заохочування (матеріальних, моральних);
 - екскурсії, диспути, бесіди, спортивні свята;
 - інше (вказіть) _____
7. Без яких умов неможлива ефективна підготовка дітей в спортивній секції з футболу? (декілька варіантів)
- ефективних тренажерів, діагностичної апаратури, відновлювальної апаратури, відновлювальних комплексів;
 - умов для повноцінного відпочинку (сауна, масажі);
 - повноцінного (додаткового) спецхарчування;
 - науково-методичного, фармакологічного забезпечення;
 - інше (вказіть) _____
8. Які особисті якості дитини, яка займається футболом, Ви найбільше цінуєте? (декілька варіантів)
- його цілеспрямованість;
 - працездатність, настирливість, зібраність;
 - захоплення футболом, спрямована цікавість;
 - ставлення до занять і колективу спортивної школи;
 - успішність в загальноосвітній школі;

- інше (вказіть) _____

9. Якими методами навчання Ви краще володієте? (декілька варіантів)

- переконання, цілісний і розчленований методи;
- показ і пояснення;
- виправлення помилок;
- закріплення вивчених рухів;
- аналіз і оцінка складових рухів;
- інше (вказіть) _____

10. Які негативні звички Ви спостерігаєте у дітей на тренуванні або на змаганнях?

- неправдивість;
- самозакоханість;
- егоїзм;
- лицемірство;
- інше (вказіть) _____

11. Який пізнавальний рівень мотивації Вам притаманний? (декілька варіантів)

- широко - пізнавальний
- оволодіння новими знаннями, фактами, явищами, закономірностями;
- учбово-пізнавальний
- засвоєння здобутих знань;
- самоосвіта;
- здобування додаткових знань і самовдосконалення;
- широко соціальні мотиви
- обов'язок і відповідальність, цілеспрямованість у відстоюванні своєї позиції.

12. Якими якостями повинен володіти тренер, щоб працювати з дітьми, виконана робота мала успіх? (декілька варіантів)

- захоплення своєю справою;
- самоконтроль;
- вимогливість;
- відповідальність;
- справедливість;
- багатогранність;
- уважність;
- ініціативність;
- діловитість;
- доброзичливість;

- інше (вказіть) _____

13. Як Ви оцінюєте свій рівень майстерності в тренерській роботі?

- дуже високий;
- високий;
- середній;
- нижче середнього;
- низький;
- дуже низький,
- не знаю.

14. Які показники в оцінці Вашої тренерської роботи мотивують більше? (декілька варіантів)

- захоплює (великий відпуск, добра зарплата, поїздки на змагання);
- можливість займатися спортом;
- захоплює професія;
- можливість навчати, виховувати, спілкуватись з дітьми;
- моє "хобі", але не основна ціль життя.

15. Що на Вашу думку, найбільше сприяє розвитку особистості дитини і пробуджує інтерес в спортивній секції з футболу? (декілька варіантів)

Безпосередньо пробуджує:

- цікаве викладання, ведення занять;
- симпатія до тренера;
- застосування наочностей і технічних засобів;
- бути об'єктом обговорення в дитячому колективі.

Перспективно пробуджує:

- зв'язок з майбутньою спортивною діяльністю;
- потрапити в сильну команду високої кваліфікації;
- досягнути високих спортивних результатів;
- стати фізично сильним;
- бути кращим серед своїх друзів;
- брати участь в змаганнях високого рангу.

16. Чи бувають у Вас випадки, коли Ви несправедливо або жорстоко покарали дитину (підкресліть).

- так, ні, важко відповісти, не задумувався.

17. Чи завжди Ви зберігаєте піднесений життєрадісний настрій, зустрічаючись з дітьми?

- так, ні, не завжди.

18. Чи виявляєте Ви увагу до інтересів кожної дитини?

- так, ні, не завжди.

19. Чи обговорюєте Ви проблеми фізичного розвитку дитини з

батьками?

- так, ні, важко відповісти.

20. Чи піклуєтесь про здоров'я кожної дитини?

- так, ні, важко відповісти.

21. Чому Ви працюєте в ДЮСШ, а не в іншій?

(декілька варіантів)

- близько знаходиться біля мого місця проживання;
- відмінний колектив;
- сама краща ДЮСШ в місті;
- вибору більше не було
- доброзичливе ставлення дирекції;
- інше (вказіть) _____

22. Які емоційні якості, на Вашу думку, притаманні тренеру? (декілька варіантів)

- врівноваженість;
- життєрадісність;
- емоційна стійкість, спокій;
- захоплення своєю справою;
- любов до дітей; - щирість.

Дякуємо за допомогу в дослідженні!

Додаток В.

Методика “Вивчення мотивів занять спортом”

Методика розроблена В. І. Тропніковим для з’ясування ступеня важливості різноманітних причин (ситуацій, обставин), які спонукали і спонукають спортсмена продовжувати займатися обраним видом спорту.

Текст опитування (можливі причини)

1. За порадою лікаря.
2. Бажання виховувати цілеспрямованість.
3. Щоб отримати спортивну форму та інвентар.
4. За порадою батьків, родичів.
5. Бажання мати фігуру із розвинутими м’язами.
6. Це гарний вид спорту.
7. Бажання мати більше друзів і товаришів.
8. Заняття спортом дозволяє підвищити авторитет у школі.
9. Засвоєння вмінь та навичок.
10. Бажання захищати честь команди на різноманітних змаганнях.
11. Розширити свій кругозір, світогляд.
12. Приємно, коли хвалить тренер.
13. Спортивна база знаходиться біля дому (місця навчання).
14. Немає інших спортивних секцій.
15. Я високого росту, що є цінним для цього виду спорту.
16. Бажання отримати спортивний розряд.
17. Бажання стати чемпіоном міста, країни.
18. Бажання розвинути рухливість і координацію.
19. Бажання розвинути силу.
20. Бажання підтримувати гарне самопочуття.
21. Бажання виховувати сміливість і рішучість.
22. Спортсменам видають талони на харчування.
23. Порада друзів, приятелів.
24. Це такий вид спорту, де можна тренуватися індивідуально, незалежно від інших.

25. Бажання бути красивим і струнким.
26. Бажання бути в колективі.
27. Заняття спортом дає змогу підвищити авторитет серед родичів, друзів, приятелів.
28. Засвоїти вміння та навички, які знадобляться під час служби в армії.
29. Бажання захищати честь команди (міста) на різноманітних змаганнях.
30. Бажання більше дізнатися про життя видатних спортсменів.
31. Мені приємно, коли хвалять батьки, родичі за досягненні результати.
32. Багато вільного часу.
33. Перегляд спортивних телепередач про цей вид спорту.
34. Вважаю, що у мене гарна координація і це є цінним для даного виду спорту.
35. Бажання стати майстром спорту.
36. Проводити весело час.
37. Бажання розвинути витривалість.
38. Бажання розвинути швидкісні якості.
39. Підтримувати постійно рівень фізичного розвитку.
40. Бажання виховати силу волі.
41. Спортсмени мають можливість отримувати цінні призи і подарунки.
42. За сімейними традиціями.
43. Подобається складна тактична боротьба на змаганнях із цього виду спорту.
44. Подобається краса і відточеність виконання вправ у цьому виді спорту.
45. Подобається колективне тренування.
46. Бажання стати лідером, капітаном команди.
47. Бажання отримати спеціальність для майбутньої роботи в області спорту.
48. Бажання захищати честь своєї країни на міжнародних змаганнях.
49. Бажання побувати в інших містах на зборах і змаганнях.
50. Приємно, коли хвалять друзі, приятелі за досягненні успіхи.
51. Цей вид спорту розвинутий за місцем проживання.
52. Побував на змаганнях із цього виду спорту.

53. Вважаю, що у мене гарні швидкісні якості, а це є цінним для цього виду спорту.
54. Бажання стати чемпіоном країни, світу і Олімпійських ігор.
55. Це емоційний вид спорту.
56. Змагання проводяться цікаво і привабливо.
57. Бажання розвинути швидкість.
58. Бажання звільнитися від зайвої ваги.
59. Бажання виховувати наполегливість.
60. Спортсмени мають можливість отримувати грошову і матеріальну допомогу.
61. Батьки займалися цим видом спорту.
62. Найбільш чітко вбачається ріст особистих результатів.
63. Відчуття потреби в рухливій активності.
64. Бажання познайомитися з відомими людьми й провідними спортсменами.
65. Не відставати від своїх друзів і приятелів.
66. Заняття допомагають у різноманітних ситуаціях.
67. Радість в отриманні відчуття виконаного обов'язку перед товаришами по команді.
68. Бажання побувати на змаганнях за кордоном.
69. Приємно, коли хвалять за досягненні успіхи.
70. Зустріч (знайомство) із знаменитими спортсменами.
71. Не приймали в іншу секцію.
72. Вважаю себе фізично сильним, що є цінним для цього виду спорту.
73. Вважаю себе витривалим, що є цінним для цього виду спорту.
74. Заняття спортом – це вид розваги для мене.
75. Подобаються гострі відчуття.
76. Бажання розвивати гнучкість.
77. Бажання не хворіти, бути завжди здоровим.
78. Бажання мати сильний характер.
79. Спортсмени мають можливість отримати кімнату, квартиру, покращити житлові умови.

80. Брат (сестра) займалися (займаються) цим видом спорту.
81. Заняття цим видом спорту сприяють логічному мисленню.
82. Задоволення від фізичних навантажень.
83. Заняття спортом підвищує відчуття особистої гідності.
84. Бути привабливим для жіночої (чоловічої) статі.
85. Приємно отримувати відчуття виконаного обов'язку перед тренером.
86. Виправдовувати надії, покладені на мене тренером, батьками.
87. Задоволення сучасними методами тренування.
88. Фізичні якості, розвинуті у цьому виді спорту, оцінюються оточуючими людьми.
89. Став займатися випадково.
90. Запросив займатися тренер.
91. Рахую, що тільки в цьому виді спорту зможу досягнути значних успіхів.
92. Я невисокого росту, що є цінним у цьому виді спорту.
93. Подобаються змагання, незалежно від того, виграю я, чи програю.
94. Приємно відчувати радість перемоги.
95. Заняття спортом підвищує інтелектуальний розвиток.
96. Для швидшого відновлення після хвороби.
97. Бажання виховувати витримку і самовладання.
98. Спортсмени мають можливість красиво одягатися (спортивний стиль).
99. Всі мої друзі займаються спортом.
100. Заняття цим видом спорту виробляє навички давати опір хуліганам.
101. В навчанні (роботі) я менше втомлююся фізично.
102. Бажання стати лідером серед друзів і товаришів, бути шанованим ними.
103. Приємно відчувати перевагу над іншими.
104. Відкинути шкідливі звички, розірвати стосунки з поганою компанією, віддалитися від вулиці.
105. Приємно отримати відчуття виконаного обов'язку перед суспільством.
106. Подобається присутність родичів, друзів, приятелів, на змаганнях, які переживають за мене і захоплюються моїми результатами.

107. Приємно, коли спортсменів показують по телебаченню, коли про них говорять по радіо, пишуть в газетах і журналах.
108. Прочитав оголошення про набір у цю секцію.
109. Випадково приймав участь у змаганнях з цього виду спорту.

Обробка результатів

Співставляється ступінь вираженості у спортсмена одного або іншого мотиву чи потреби: спілкування (7, 26, 36, 45, 65, 74, 99, 102), пізнання (11, 30, 64, 87), матеріальних благ (3, 22, 41, 49, 60, 68, 79, 98), розвитку характеру і психологічних якостей (2, 21, 40, 59, 78, 81, 95, 97), фізичного удосконалення (5, 18, 19, 25, 37, 38, 39, 57, 76, 84), покращення самопочуття і здоров'я (1, 20, 58, 63, 77, 96, 101, 104), естетичного задоволення і гострих відчуттів (6, 43, 44, 55, 56, 75, 82, 93, 94), засвоєння корисних для життя вмінь і знань (9, 28, 47, 66, 88, 100), потреба в схваленні (12, 31, 50, 69, 106), підвищення престижу, бажання слави (8, 16, 17, 27, 35, 46, 54, 83, 103, 107), колективна направленість (10, 29, 48, 67, 85, 86, 105). Кількість пунктів для кожного мотиву в методиці різна, порівняльна вираженість цих мотивів можлива в тих випадках, якщо набрану суму балів розділити на кількість, до якої відноситься кожний мотив в пунктах. Таким чином вираховується середня арифметична величина вираженості кожного мотиву. За відповідями пунктів 4, 13, 14, 23, 24, 32, 33, 42, 52, 61, 70, 71, 80, 89, 90 можна зрозуміти конкретні мотиви приходу людини в спорт. А за відповідями пунктів 15, 34, 51, 53, 62, 72, 73, 91, 92 – чому обраний саме цей вид спорту.