

*innovative fitness technologies (akvaerobika and fitness). The experiment was attended by 20 women aged 21 to 35 years were divided into two groups for fitness and akvaerobika. For each of the groups have been developed and offered special health centers according to their physical condition. It is established that the developed recreational and training facility with the use of aqua allowed to achieve better results in improving the physical condition and aerobic capacity of women of mature age. Recommended directions of the development of innovative technologies for the control of physical condition, means and methods for improving training of women in this category.*

**Key words:** *women, mature age, akvaerobika, fitness, physical, condition.*

УДК: 37.037

**Тарас Палагнюк**

## **Мотиваційні аспекти проведення спортивних заходів серед молоді**

*Чернівецький національний університет імені Ю. Федьковича (м. Чернівці)*

**Постановка наукової проблеми та її значення.** Специфіка людських потреб визначається соціальною природою діяльності людини. Психологічною формою активності людини, яка відображає її потреби, є мотивація поведінки. Вона значною мірою визначається низкою інтересів та їх спрямованістю. Отже, інтерес як цілеспрямоване співвідношення людини й об'єктивної реальності можна окреслити через ставлення суб'єкта до певного об'єкта її потреб.

**Аналіз останніх досліджень із цієї проблеми.** Як стверджують фахівці [1, 2, 3], формування постійної потреби до рухової активності, яка ґрунтується на індивідуальній зацікавленості суб'єктів, є найбільш ефективним та оптимальним чинником із погляду міцності сформованої потреби й ефективності її подальшої реалізації.

Учені вже встановили зв'язок між руховою та інтелектуальною обдарованістю [1, 4]. Вони вважають, що діти з активним руховим режимом мають здебільшого вищу й стійкішу академічну успішність. Розумово відсталі діти погано координовані та з великими труднощами оволодівають руховими навичками.

**Завдання дослідження** – визначити різноманітні зв'язки діяльного суб'єкта – учасника масового спортивного заходу – з довкіллям, і ті, які є для нього інформативно значущими, і ті, на основі засвоєння яких відбувається усвідомлення реальної можливості досягнення певного результату, що може проявлятися в різних вимірах. Сюди відносимо, насамперед, безпосередній продукт змагальної діяльності – спортивний результат, а також опосередковані кінцеві результати – удосконалення психічних та тілесних якостей особистості.

**Виклад основного матеріалу й обґрунтування отриманих результатів дослідження.** Аналіз зафіксованих спортивних заходів дає змогу констатувати, що їх використання в побуті характеризується певними тенденціями. Однією з них виступає збереження й відтворення таких культурно-спортивних свят, які відомі з попередніх століть. Прикладом може слугувати популярний культурно-спортивний захід “Козацькі забави”. Удалося зафіксувати п'ять варіантів такого культурно-спортивного заходу. Це свідчить про його певну еволюцію. Водночас два варіанти, які нами зафіксовані, свідчать, що в них повністю або ж частково відтворюється опис цього заходу, який уміщено в науковій літературі [2]. Тобто певна частина культурно-спортивних заходів відзначається сталістю й консервативністю.

Іншою тенденцією, дещо полярною з попередньою, є постійність форм новоутворень, способів, засобів і методів проведення масових заходів. Так, у новоутворених народних іграх, фізичних вправах, формах і методах їх проведення, а також реалізації складових частин таких заходів яскраво простежується вплив еволюційних і дещо глобальніших технічних, економічних та культурних змін у життєдіяльності суспільства. Узагальнення зафіксованого нами матеріалу засвідчує й такий факт, що в українські культурно-спортивні заходи привнесено певні іншоетнічні запозичення. Такими здебільшого є елементи російських свят. Характерно, що мовою спілкування в цих елементах заходів є російська. Отже, процес адаптації іншоетнічних елементів культурно-спортивних заходів до автотонного культурного середовища довготривалий і, як підтверджують наведені приклади, не завжди адекватний.

Аналіз засобів, що використовуються у формі змагань, засвідчує, що регламентація діяльності суб'єктів здійснюється через використання різних механізмів. Найсуттєвішими механізмами регламентації змагальної діяльності молоді виступають правила змагань із традиційними домінантами, або, як їх ще називають, “неписані”.

Важливими підструктурами правил загальної діяльності особистості в культурно-спортивних заходах виступають:

- способи поділу учасників змагань на групи, команди тощо;
- завчасно зумовлені й регламентовані способи досягнення мети змагальної діяльності;
- способи контролю за дотриманням регламенту змагальної діяльності;
- способи визначення переможців.

Зафіксовані найпопулярніші способи поділу на групи або на команди. Такими здебільшого виступають:

- використання лічилок;
- розподіл за місцем проживання (“двір на двір”, “вулиця на вулицю”) або за ознакою навчання (“клас на клас”, “школа на школу”);
- розподіл на команди з використанням вибору капітанів (“маток”).

Завчасно зумовлені способи досягнення мети змагальної діяльності зазвичай належать до початку змагань і є обов'язковими для всіх учасників. Контроль за дотриманням регламенту й етики змагальної діяльності здебільшого здійснюється всіма учасниками. В окремих випадках за згодою суб'єктів змагальної діяльності призначаються відповідальні спостерігачі, які слідкують за дотриманням регламенту й підсумовують кінцеві результати.

У здійсненому дослідженні способи визначення переможців диференціювали за ознаками кількісного підсумку змагальної діяльності (кількість результативних дій, кількість попадань у ціль, дальність стрибка чи кидка тощо) і за якісними. У них пріоритетне місце посідали чисто суб'єктивні критерії, на підставі яких і визначали переможців. В останньому випадку, як свідчать результати, роль спостерігачів значно зростає, отож до їх складу варто, за згодою суб'єктів змагальної діяльності, залучати професійних суддів.

Спираючися на результати анкетування, узагальнюємо, що більшість респондентів віддає перевагу безпосередній участі в масовому спортивному заході (60 %) і тільки 40 % – хочуть бути глядачами. У зв'язку з цим організаторам свят, уважаємо, доцільно проводити якомога масовіші дійства. Для цього радимо включати в заходи конкурси не тільки для безпосередніх учасників, а й для глядачів, відтак пасивних глядачів буде якнайменше.

Структуру масового спортивного заходу поділяємо на такі чотири частини – урочисту, видовищну (культурну), спортивну, масову.

На основі проведених досліджень можемо виділити з-поміж них найбільш значущі, які є складниками основних частин масового заходу з погляду його суб'єктів, котрі задіяні в його підготовці й проведенні. Так, в урочистій частині найбільший інтерес викликають такі структурні компоненти: виконання Державного гімну України (80 %); підняття Державного прапора України (56 %); інформаційні виступи політиків (24 %); парад учасників (39 %); виступи релігійних діячів (21 %).

Той факт, що 80 % опитаних на перше місце за значущістю ставить у процесі проведення урочистої частини виконання Державного гімну України, свідчить про непересічне виховне значення масових заходів в аспекті формування національної самосвідомості молоді.

Зазначений факт потрібно враховувати в процесі розробки педагогічних технологій громадянського виховання молоді. Адже саме інтерес та зацікавленість молодої людини уможливають реалізацію процесів її соціальної адаптації, виховання згідно з принципами природо- й культуровідповідності.

У видовищній частині, на думку респондентів, найцікавішими були показові виступи спортсменів (65 %); виступи популярних артистів естради (35 %); виступи артистів класичного й інших жанрів (23 %); виступи з інформацією науковців, практиків (28 %).

Пріоритетне місце за рівнем зацікавленості та вияву інтересів у видовищній частині заходів посідають показові виступи кваліфікованих спортсменів (65 %).

Цей факт свідчить, що учнівська молодь є досить зацікавленою в аспекті естетики та краси людського тіла. Отже, спостереження за досконалістю рухів, тілесною красою – це перша спонука формування стійкої потреби в молодих людей до постійних і систематичних занять різновидами рухової активності. В означеному аспекті потрібно, уважаємо, урахувати, що вся діяльність учасників,

незалежно від того, чи вона безпосередньо активна, чи споглядальна, спрямована на специфічне засвоєння домінуючих цінностей і має життєстверджуючий характер, а, відтак – і естетичну значущість. Отже, естетична цінність таких заходів зумовлюється тим, що сприйняття особистості проходять через призму її фізичного стану та включають у себе оцінку життєвої важливості людських соматичних і духовних (у тому числі естетичних) якостей. Естетичну цінність несуть у собі гармонія тілесного й духовного розвитку, досконалість рухів, краса тілобудови, культурно-мистецькі цінності та багато інших складових. Узагальнено ця ефективні передумови для залучення молоді до культурно-спортивної діяльності. Не випадково спорт широко відображений у багатьох сферах мистецтва та, що дуже важливо, він сам набув низки ознак, які притаманні мистецтву. На підтвердження цього провідні вчені, митці, громадські діячі України постійно пропагують думку про необхідність поєднання мистецтва зі спортом.

**Висновки й перспективи подальших досліджень.** Ідея взаємозбагачення на підставі органічного синкретизму спорту й культури, переливання їхніх змістів і форм за умови збереження своєрідності й окремішності кожного з них суттєво сприятиме реалізації освітніх, виховних та оздоровчих функцій соціокультурного розвитку суспільства.

Вивчаючи зазначену проблему, визначаємо, що естетичне виховання в процесі проведення масових спортивних заходів обумовлене своїм предметним результатом – удосконаленням психічних, духовних і тілесних якостей особистості, а також досягненням певних результатів у спортивній та культурній сферах діяльності молоді.

#### **Список використаної літератури**

1. Бальсевич В. К. Физическая активность человека / В. К. Бальсевич, В. Н. Запорожанов. – Киев : Здоров'я, 1997. – 224 с.
2. Завацький В. І. Козацькі забави / В. І. Завацький, А. В. Цьось, О. І. Бичук, Л. І. Пономаренко. – Луцьк : Надстир'я, 1994. – 110 с.
3. Крип'якевич І. П. Історія української культури / Крип'якевич І. П. – Л. : Вид-во Івана Тистора, 1937. – 718 с.
4. Мартинюк І. В. Національна система виховання: шляхи реалізації / І. В. Мартинюк // Рідна школа. – 1994. – № 3; 4. – С. 13–17.

#### **Анотації**

*У дослідженні мотивація активності молоді в масових спортивних заходах визначається як потреба в спортивній і духовній (культурній) діяльності, у реальних продуктах цієї діяльності, а також у специфічних соціальних відносинах. Молодь досить зацікавлена в аспекті естетики й краси людського тіла та досконалості рухів, що зумовлює особисте сприйняття своєї особистості через фізичний стан як гармонію тілесного та духовного розвитку. Усе це складає ефективні передумови для залучення молодих людей до занять спортом і фізичною культурою.*

**Ключові слова:** масові спортивні заходи, мотивація, виховання.

**Taras Palagniuk. Мотивационные аспекты проведения спортивных мероприятий среди молодёжи.** В данном исследовании мотивация активности молодёжи в массовых спортивных мероприятиях определяется как потребность в спортивной и духовной (культурной) деятельности, в реальных продуктах этой деятельности, а также в специфических социальных отношениях. Молодые люди очень заинтересованы в аспекте эстетики и красоты человеческого тела и совершенства его движений, что приводит к личному восприятию своей особы через физическое состояние как гармонию телесного и духовного развития. Все это является эффективным для привлечения молодых людей к занятиям спортом и физической культурой.

**Ключевые слова:** массовые спортивные мероприятия, мотивация, воспитание.

**Taras Palagniuk. Motivation Aspects Conducting Sports Measures of Youth.** In the research the motivation activity of youth in mass sports measures are determined as requirement for sports and spiritual activity, in real products of this activity, and also in the specific social relations. Young people are very interested in the aspect of esthetics and beauty of the human body and the perfection of his movements, which leads to a personal perception through personages of his physical condition, as harmony of physical and spiritual development. All of this is effective for attracting young people to sport and physical culture.

**Key words:** mass sports measures, motivation, education.