

4. Коблев Я. К. Система многолетней подготовки спортсменов международного класса в борьбе дзюдо : дис. ... доктора пед. наук : 13.00.04 / Якуб Камболетович Коблев. — М. : ГЦОЛИФК, 1990. — 496 с.
5. Новиков А. А. Научно-методические проблемы спортивных единоборств / А. А. Новиков // Теория и практика ФК. — 1999. — № 9. — С. 50–56.
6. Pakulin, S. L., Ananchenko, K. V., & Perebijnis, V. B. (2016). Udoskonalennia tekhniko-taktychnoi pidhotovky dziudoistiv na etapi vykhodu zi sportu vyshchikh dosiahnen [Improvement of technical and tactical training of judoists at the stage of leaving high performance sport]. Path of Science, 2(2), 5.34-5.50. Retrieved from <http://pathofscience.org/index.php/ps/article/view/64> (in Ukrainian).
7. Pakulin, S., Ananchenko, K., & Beloshenko, Y. (2016). Planning the annual cycle in groups of cadet combat sports perfection. Path of Science, 8(13), 4.1-4.11. doi: 10.22178/pos.13-4 (in Ukrainian).
8. Parhomovich, G. (1993). Osnovy klassicheskogo dzyudo [Fundamentals of classical judo]. Perm: Ural Press LTD, 268 p. (in Russian).
9. Perebeynis, V. (2013). Modelyuvannya zmagalnoi diyalnosti dzyudoystiv-veteraniv [Modeling of competitive activity judoka] Materiály IX mezinárodní vědecko – praktická konference «Zprávy vědecké ideje – 2013» (27 října - 05 listopadu 2013 roku) po sekcích Lékařství.Tělovýchova a sport. Díl 18. Lékařství.Tělovýchova a sport. Praha : Publishing House «Education and Science» s.r.o., pp. 48–50. (in Ukrainian).
10. Shulika Yu., Nevzorov V., Koble Ya. (2006). Dzyudo. Sistema i borba: Uchebnik dlya SDYuShOR, sportivnykh fakul'tetov pedagogicheskikh institutov, tehnikumov fizicheskoy kul'tury i uchilisch olimpiyskogo rezerva [System and the struggle: a textbook for sports school, sports faculties of pedagogical institutes, colleges of physical culture and the Olympic reserve school]. Moscow: Feniks, 794 p. (in Russian).

Панкратов Н.С.
Національний технічний університет України
Київський політехнічний інститут
ім. Сікорського І.І.

ОСОБЛИВОСТІ ЗМАГАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ В СИЛОВИХ ВИДАХ СПОРТУ ТА ЄДИНОБОРСТВАХ

Анотація. В статті розглядаються теоретичні питання особливостей змагальної діяльності в силових видах спорту та єдиноборствах з метою оптимізації форм навчання і підвищення ефективності самого тренувального процесу.

Ключові слова: змагальна діяльність, силові види, технічна підтримка, спортивні результати, тренувальний процес.

Аннотация. В статье рассматриваются теоретические вопросы особенностей соревновательной деятельности в силовых видах спорта и единоборствах с целью оптимизации форм обучения и повышения эффективности тренировочного процесса.

Ключевые слова: соревновательная деятельность, силовые виды, техническая поддержка, спортивные результаты, тренировочный процесс.

Annotation. For mastering a perfect technique of competitive exercises is technical training of athletes. It is focused on development of motor abilities and skills, ensuring optimal form and structure, stability, and cost effectiveness of actions to perform a variety of movements in power sports and martial arts. In modern sport the best results can be achieved provided the full technical readiness of athletes. Mastering basic movements in the process of training involves the assimilation of new forms of motion and improve coordination exercises, techniques, combinations and the like.

The technical readiness criteria are: the level of fitness of a sportsman, his qualification, weight category and age. The main factors of technical skill of sportsmen of higher qualification is the optimal structure of the motor action in the security types - the execution of the competitive exercises, and for Dinamarca - shooting, techniques, throws, combinations. The level of technical skill is characterized by a high degree of automation of motor skills and stability. In addition, the stability of the execution of motor actions should be labile, allowing you to quickly and effectively change under the influence of increased power capabilities of the main groups of muscles. Mastering the techniques of athletes and technical preparedness actions characterized by three levels: 1) the presence of motor representations of the techniques and methods of action for their implementation; 2) the emergence and expansion of direct motor skills; 3) consolidation of motor skills. With power sports the most sophisticated technology to improve competitive exercise - weightlifting and powerlifting.

Keywords: competitive activity, power types, technical support, sport results, the training process.

Актуальність. Для оволодіння досконалою технікою виконання змагальних вправ слугує технічна підготовка спортсменів. Вона спрямована на формування рухових умінь і навичок, що забезпечують оптимальну форму та структуру, стабільність і економність дій, спрямованих на виконання різноманітних рухів у силових видах спорту та єдиноборствах. У сучасному спорті найкращих результатів можна досягти за умови всебічної технічної підготовленості атлетів. Засвоєння базових рухів у процесі тренувань передбачає засвоєння нових форм руху та вдосконалення координаційної структури вправ, прийомів, комбінацій тощо [2.3.6.8]

До критеріїв технічної підготовленості належать: рівень тренуваності спортсмена, його кваліфікація, вагова

категорія та вік. Основні чинники технічної майстерності спортсменів вищої кваліфікації - це оптимальна структура рухових дій у силових видах - виконання змагальних вправ, а для єдиноборців - виконання ударів, прийомів, кидків, комбінацій. Рівень технічної майстерності характеризує високий ступінь автоматизації рухових навичок та їх стабільність. Крім того, стабільність виконання рухових дій має бути лабільною, що дає змогу швидко й ефективно змінюватися під впливом зростання силових можливостей основних груп м'язів. Опанування спортсменами прийомів та дій технічної підготовленості характеризується трьома рівнями: 1) наявністю рухових уявлень про прийоми, дію та способами їх виконання; 2) появою та розвиненням безпосереднього рухового вміння; 3) закріплення рухової навички [1]. Із силових видів спорту найскладніші для вдосконалення техніки змагальних вправ - важка атлетика та пауерліфтинг. Гирьовий спорт і культуризм мають свою специфіку рухових дій, але невелика вага обтяження у першому виді спорту та можливість виконання вправ без обтяжень - у другому дають змогу застосовувати допоміжні засоби вдосконалення технічної майстерності. Технічна підготовка в єдиноборствах завжди індивідуальна і є основою тренувального процесу спортсменів. Технічно підготовлений спортсмен заздалегідь повинен знати можливу реакцію суперника на різні дії і саме їх використовувати для атаки [4.5]

Мета роботи полягає в оцінці особливості змагальної діяльності в силових видах спорту.

Для досягнення даної мети були висунуті наступні **завдання**:

1. Розкрити особливості змагальної діяльності в силових видах та єдиноборствах.
2. Проаналізувати найбільш ефективні засоби технічної, тактичної, психологічної та інтелектуальної підготовки в силових видах спорту.

Для вирішення поставлених завдань були використані наступні **методи**: аналіз науково – методичної літератури, опитування фахівців, Інтернет.

Результати дослідження. На рівень удосконалення техніки змагальних вправ у силових видах спорту та техніки виконання атакуючих і захисних дій у єдиноборствах певним чином впливають індивідуальні особливості будови тіла спортсмена. Розрізняють три типи будови тіла; доліхоморфний - з довгими верхніми та нижніми кінцівками та відносно коротким й широким тулубом; мезоморфний - з пропорційним співвідношенням тулуба та кінцівок; брахіморфний - з короткими кінцівками та вузьким довгим тулубом. Тому, враховуючи будову тіла спортсменів, розуміння раціональної техніки для одного спортсмена може виявитися недостатньо ефективною для іншого. Технічна підготовка має відповідати морфологічним і функціональним особливостям організму спортсмена. Таким чином, раціональна техніка - це взаємодія зовнішніх і внутрішніх сил, які характеризують м'язові зусилля кожного спортсмена.

Головними чинниками досягнення спортивного результату є ефективна тактика і стратегія тренувальної та змагальної діяльності. Тактична підготовка - це вміння використання технічного арсеналу вправ, прийомів у поєднанні з різнобічною загальною та спеціальною фізичною підготовкою, виявленням моральних якостей спортсмена для досягнення перемоги. Тактичні дії виконують з урахуванням правил змагань, положення про змагання, особливостей спортивної техніки, досвіду спортсменів, позитивних і негативних характеристик підготовленості - особистої, партнерів по команді, суперників, а також умов зовнішнього середовища. При цьому дуже важливо враховувати індивідуальні особливості конкретного суперника, умов проведення змагань та інші обставини, які можуть несподівано виникнути в різних ситуаціях. У силових видах спорту та єдиноборствах стратегія змагальної діяльності має враховувати рівень матеріально-технічної бази, наявність кваліфікованих тренерів, рівень фізичної та технічної підготовленості основних суперників тощо. На основі отриманої інформації розробляють загальний стратегічний план боротьби: визначають основний склад спортсменів за ваговими категоріями та передбачуваний результат кожного атлета. Сучасну стратегію і тактику в спортивних єдиноборствах поділяють на три основні види - наступальну, контр-наступальну та захисну. Найефективніша - це наступальна тактика, яка передбачає застосування атакуючих дій протягом усього поєдинку та потребує доброї фізичної, технічної, вольової та психологічної підготовки. Контр-наступальну тактику розраховано на атакуючі дії суперника з тим, щоб, скориставшись його помилками, провести контр-прийом і перемогти. Спортсмен, який будує свій план поєдинку на контр-наступальній тактиці, повинен відзначитися високою витривалістю, розважливістю і, насамперед, швидкою реакцією. Захисна тактика - малоефективна, оскільки розрахована на використання можливих помилок суперника й на застосування різноманітних дій, спрямованих на відбиття його атак і зосередження своєї уваги на захисті, не виявляючи активності та бажання атакувати.

У сучасній методиці спортивного тренування важливе місце відведено психологічній підготовці. Поняття «психологічна підготовка спортсмена» має багато напрямів - це загальна підготовка до тренувань, підготовка до змагань, керування нервово-психічним відновленням організму тощо.

Протягом усього навчально-тренувального процесу тренер-викладач перебуває в постійному контакті з учнем. Ураховуючи складність силових видів спорту та єдиноборств, кожний спортсмен формує спеціальні морально-психологічні якості, а саме: стійкий інтерес до спортивної діяльності, дисциплінованість, відчуття обов'язку перед тренером і колегами по команді, працьовитість, вимогливість до себе, товариськість, самокритичність, вольові якості. Реалізація завдання загальної психологічної підготовки формує особистість спортсмена, розвиває його інтелект та спеціалізовані психомоторні якості. Психологічна підготовка до змагальної діяльності в силових видах спорту та єдиноборствах виховує волю. Вольові дії - це прийняття рішення та його реалізація. Спортсмени повинні постійно виховувати такі вольові якості, як цілеспрямованість до мети, рішучість та сміливість, наполегливість щодо подолання перешкод, витримка та самовладання, самостійність та новаторство.

Психічну підготовку спортсменів здійснюють з урахуванням об'єктивних чинників, за якими вони вчаться виявляти емоційну стійкість до різних умов тренувальної та змагальної діяльності, регуляції тренувальних

навантажень, засобів відновлення системами самоконтролю та поліпшення психічного стану. Установлено, що психологічний стан спортсмена в період тренування майже не змінюється. Психічне збудження помітно підвищується під час безпосередньої підготовки до змагань. Основою ґрунтовної підготовки до змагань є багаторічна робота, а перед-змагальну підготовку спортсмени починають не пізніше, ніж за місяць до першого виступу. Вдалий виступ на змаганнях залежить від ефективності підготовки. Поряд з правильною організацією занять, відпочинку та харчування велику увагу приділяють психологічному станові спортсмена. Розмірковування про майбутні змагання можуть призвести до передчасних витрат психічної енергії. Велике значення в керуванні нервово-психічним відновленням спортсмена мають врівноваженість, взаємозв'язок процесів збудження та гальмування. Нервово-психічне відновлення реалізовується за допомогою аутогенного тренування, самонавіювання, мовного впливу, що зменшує психічну напруженість і підвищує психічну працездатність. У психології спорту під *інтелектом* розуміють уміння спортсмена володіти своїми емоціями, спрямовувати їх у потрібному напрямі. Щодо силових видів спорту та єдиноборств, то тут інтелект багато в чому зумовлює можливості спортсмена проявити себе, зосередитися, перемогти у важкому психологічному змаганні. Інтелект атлета визначається його вмінням керувати своїми бажаннями та емоціями, спрямовуючи їх на досягнення бажаної мети.

Удосконалюючи технічний арсенал і майстерність, необхідно водночас підвищувати рівень інтелектуального розвитку. Компонентами інтелектуальних здібностей спортсменів є ефективне використання методів і засобів інтелектуальної підготовки для досягнення мети і завдань тренувальної та змагальної діяльності, схильність до запам'ятовування, логічного мислення та оперативного опрацювання інформації, яка надходить, у процесі спостережень, сприйняття та відчуттів.

Для визначення інтелектуальної підготовки спортсмена користуються такими чинниками: світоглядом атлета, широтою поглядів на явища спортивної діяльності - тренування та змагання; розуміння закономірностей розвитку організму в процесі спортивної діяльності, необхідних знань про методи та засоби спортивного тренування; володіння тактичним мисленням, аналізування спортивної техніки та фізичних можливостей; користування біологічними, медичними, психологічними знаннями для ефективної підготовки. Засобами та методами інтелектуальної підготовки є аналіз науково-методичної літератури, перегляд змагань, кіно- та відеоматеріалів, оволодіння найпростішими методами контролю та самоконтролю за рівнем тренуваності, відвідування лекцій відомих фахівців, участь у конференціях і семінарах тощо.

Кожен спортсмен силових видів спорту та єдиноборств повинен знати, що чим вищий рівень спортивної майстерності атлетів, тим більші вимоги ставляться до його інтелектуальних здібностей. Змагальна діяльність реалізується у процесі змагань, котрі, залежно від характеру вирішуваних завдань у системі підготовки спортсменів, можуть бути підготовчими, контрольними, модельними, відбірковими та головними. Змагання у силових видах спорту, залежно від системи заліку результатів, можуть бути особистими, особисто-командними та командними. Під час проведення особистих змагань враховують результати кожного спортсмена, за які йому присуджується відповідне місце. У командних змаганнях підсумкові результати кожного спортсмена зараховують певній команді. В особисто-командних змаганнях відповідно до сумарних результатів кожного спортсмена їм присуджується відповідне місце чи бали, які потім підсумовуються для кожної команди, що бере участь у змаганнях.

Змістом підготовчих, контрольних, модельних та відбіркових змагань є набуття змагального досвіду, перевірка силових можливостей спортсменів, визначення рівня тренуваності та якості підготовки, виконання кваліфікаційних нормативів для участі в головних змаганнях. У головних змаганнях вирішується питання перемоги, коли спортсмени орієнтуються на досягнення максимальних результатів за рахунок ефективної мобілізації своїх техніко-тактичних і функціональних можливостей. Головні змагання - це чемпіонати України, Європи, світу та Олімпійські ігри. Кількість виступів спортсменів силових видів спорту в річному циклі підготовки залежить від змагального досвіду та кваліфікації спортсмена. Для спортсменів вищої кваліфікації можуть проводитися від одного в культуризмі, до 5-6 змагань у важкій атлетіці, пауерліфтингу та гирьовому спорті. Змагання у силових видах спорту регламентуються правилами, специфічними для кожного виду спорту. Так, згідно з правилами виділено такі змагальні дії спортсменів: 1) вимірювальні єдиноборством з вагою (важка атлетика, пауерліфтинг, гирьовий спорт); 2) оцінювальні суддями (культуризм). Змагальна діяльність у важкій атлетіці проводиться у восьми вагових категоріях (кг): 56, 62, 69, 77, 85, 94, 105 та понад 105 для чоловіків й у сімох вагових категоріях (кг): до 48, 53, 58, 63, 69, 75 та понад 75 для жінок. Змагальні дії спортсменів характеризуються виконанням двох важкоатлетичних вправ зі штангою - це ривок і поштовх (шість спроб по три у кожній вправі). Переможця визначають за сумою кілограмів у двоборстві. За однаковим результатом у двоборстві перемагає спортсмен з меншою особистою масою тіла.

Змагання з пауерліфтингу проводять у 11 вагових категоріях (кг): до 52; 56; 60; 67,5; 75; 82,5; 90; 100; 110; 125 та понад 125 для чоловіків та у десяти вагових категоріях (кг): до 44; 48; 52; 56; 60; 67,5; 75; 82,5; 90 та понад 90 кг для жінок. Змагання з пауерліфтингу - виконання трьох вправ у такій послідовності - присідання, жим, тяга. Це виконання трьох вправ зі штангою (дев'ять спроб по три в кожній вправі за три раунди). Перерва між вправами та раундами може становити 5-15 хвилин залежно від кількості груп учасників змагання. Учасники, які не змогли набрати суми триборства, вибувають із змагань. Першість отримує той спортсмен, який в сумі триборства показав найкращий результат. Якщо два учасники набирають однакову суму та мають однакову масу власного тіла, то спортсмен, який першим набрав суму, визнається переможцем.

Змагальна діяльність у гирьовому спорті зумовлена виконанням двох вправ - поштовх двох гир від грудей двома руками; ривок гирі по чергово однією, а потім іншою руками. Змагання з гирями 16; 24 і 32 кг провадяться у сімох вагових категоріях (кг): до 60, 65, 70, 75, 80, 90 та понад 90. На виконання кожної змагальної вправи надається

10 хвилин, а на відпочинок між вправами – не менше 30 хвилин. Перемагає спортсмен, який показав найбільшу кількість піднімань гири у двох вправах. За однакової кількості піднімань перемагає спортсмен, який: має меншу власну вагу; виступає за жеребкуванням перед суперником; має меншу власну вагу після виступу. Змагальна діяльність у культуризмі – це демонстрація добре розвиненої мускулатури тіла під час виконання довільної композиції та обов'язкових статичних поз на стиках відбору, півфіналу та фіналу. Змагання у культуризмі проводять у 5 вагових категоріях або відповідно до зросту – до 165, 172, 179 та понад 179 см для чоловіків, і у трьох вагових категоріях або за зростом – до 163 та понад 163 см для жінок, а також участь чоловіків і жінок в абсолютній категорії. Спортсмени змагаються на сцені, покритій килимом завтовшки 80 см та завдовжки не менше шести метрів. Демонстрація обов'язкових статичних поз триває 60 секунд (I раунд), а довільна композиція – 90 секунд (II раунд). Переможця змагань визначає суддівська бригада за кількістю набраних балів і місць у двох раундах.

Спортивний результат як продукт змагальної діяльності включає такі чинники, як індивідуальні особливості спортсмена, ефективність системи підготовки, матеріально-технічні умови підготовки та змагань. Саме результати змагальної діяльності відображають всю систему підготовки та попереднього відбору спортсменів. Змагальна діяльність у системі підготовки спортсменів є засобом не тільки контролю за рівнем підготовки, але й виявлення недоліків і вибір способів підвищення тренуваності та спортивної майстерності. Безпосередня підготовка до змагань та участь у них – потужний засіб мобілізації функціонального потенціалу організму, подальшої стимуляції його адаптаційних реакцій, виховання психічної стійкості до складних умов змагальної діяльності, відпрацювання ефективних техніко-тактичних рішень. Змагальну діяльність у боксі проводять за 11 ваговими категоріями (кг): 48, 51, 54, 57, 60, 64, 69, 75, 81, 91 та понад 91 для чоловіків і за 14 ваговими категоріями (кг): 44, 46, 48, 50, 52, 54, 57, 60, 63, 66, 70 та понад 80 для жінок. Поєдинок боксерів триває чотири раунди по дві хвилини з перервами (1 хв) між ними для чоловіків і три раунди по дві хвилини для жінок. В абсолютних чемпіонатах беруть участь боксери вагою понад 81 кг і з формулою бою – п'ять раундів по дві хвилини. У матчевих зустрічах і класифікаційних змаганнях дозволяється двобій боксерів суміжних вагових категорій за умови, що різниця не перевищує 2 кг. Змагання спортсменів проводять на рингу, що нагадує квадрат, кожна сторона якого дорівнює п'ять-шість метрів та обмежений трьома канатами (перший канат 40 см від підлоги; другий – 80 см і третій – 130 см), які туго натягнені між чотирма кутами.

Для ведення бою спортсмени на руки надівають рукавички 284 г (10 унцій) кожна. Перемога одного спортсмена над другим може бути такою: вигреш за очками; явна перевага; нездатність продовжувати бій; дискваліфікація суперника; відмова суперника, або його секунданта від продовження бою; нокаут; неприбуття суперника; рішення головної суддівської колегії. У змагальній діяльності з професійного боксу беруть участь чоловіки, а згодом були організовані змагання і серед жінок.

Змагальну діяльність з греко-римської та вільної боротьби проводять за сімома ваговими категоріями (кг): 55, 60, 66, 74, 84 для чоловіків і за сімома ваговими категоріями (кг): 48, 51, 55, 59 для жінок. Боротьба триває три раунди по дві хвилини з перервами 30 секунд між ними. Килим згідно з правилами змагань повинен мати розмір 11х11 м, або 10х10 м, діаметр кола – 8-9 м. Спортсмени змагаються у трико для борців, на ногах борцовські черевики. Переможця змагань визначають судді за кількістю балів, набраних спортсменом. Так, переможець може бути визнаний за такими чинниками: перемога на туше (торкання лопатками килима); перемога за явною перевагою; за балами; нічия; поразка обох спортсменів. Змагальну діяльність з боротьби дзюдо проводять за сімома ваговими категоріями (кг): до 60, 66, 73, 81, 90, 100 та понад 100 для чоловіків і за сімома ваговими категоріями (кг): до 48, 52, 57, 63, 70, 78 та понад 78 для жінок. Боротьба триває п'ять хвилин чистого часу для чоловіків і чотири хвилини – для жінок. Перерва між поєдинком з іншим суперником має бути не менше 10 хвилин. Змагання спортсмени ведуть на спеціальному килимі дій боротьби дзюдо – татамі (квадратні циновки, щільно припасовані одна до одної). Татамі становить площу для змагань розміром від 14х14 м до 16х16 м. Одяг спортсмена – куртка чи кімоно, штани і пасок. Виступають спортсмени лише босоніж. Паском двічі обмотують навколо талії і зав'язують плоским вузлом так, щоб залишилися вільні кінці завдовжки не менше 15 см. Костюм має відповідати всім наведеним вимогам. Результат поєдинку визначається рішенням суддівської трійки, більшістю голосів і не підлягає оскарженню. Перевагу над суперником визначають чистою перемогою (іппон): за кидок, виконаний без технічних помилок з явним відривом ніг суперника від татамі та падінням його на спину; за виконання больового прийому, внаслідок чого суперник визнав себе переможеним; за душіння, коли суперник визнає себе переможеним, або якщо суперник не здається (в разі, коли судді впевнені, що душіння досягло мети); за виконання утримання протягом 30 секунд.

ВИСНОВКИ. У нашій країні за останні роки накопичений чималий досвід проведення змагальної діяльності в силових видах спорту та єдиноборств.

Систематично організовані змагання в умовах вищого навчального закладу в силових видах спорту та єдиноборств дозволяють досягти більш стійкого позитивного приросту показників розвитку основних фізичних якостей. Представлені теоретичні результати дослідження доводять, що ефективність застосування техніко – тактичної підготовки спортсменів до змагань, студентів які займаються силовими видами спорту та єдиноборств.

ЛІТЕРАТУРА

1. Коротаєва Н.В., Мільштейн О.А., Тишлер Д.А. Взаєморозуміння тренера і спортсмена в єдиноборствах: Метод. розроб. для студ., слухач. ФПК РГАФК. Москва, 1997. – 20 с.
2. Мандзяк А.С. Бойові мистецтва Європи / А. С. Мандзяк. – Мінськ.: Сучасне слово, 2005.
3. Платонов В.П., Булатова М.М.. Фізична підготовка спортсмена. Київ. «Олімпійська література», Київ. 1995.
4. Рябінін С.П., Шумілін А.П. Швидкісно-силова підготовка у спортивних єдиноборствах: навчальний посібник/ – Красноярськ: Сибірський федеральний університет, Інститут гуманітарних наук, 2007. – 153 с.

5. Goldner, Colen G.: Fernostliche Kampfkunst: Karate, Taekwon-do, Kung-Fu, Kempo, Kick-Boxing, Nin-Junsu Munhen, 1991. 226 ctr.
6. Gruters, Udo W.: Wie wehre ich mich gegen Gewalt: Notwehrtraining und Verhaltensregeln für den Ernstfall Munhen, 1995. 80 ctr.
7. Traditional and Modern Arts East and West. - Mn.: Harvest, 1996.
8. Hahonin SG Sports and martial arts from ancient martial arts and budzyucu to professional kickboxing. // Monograph. -SPb. GAFK them. P.F.Leshafta, 1997. - 352p.

УДК 796.06:796.077

Петренко І.В.

Харківська державна академія фізичної культури (м. Харків)

ОРГАНІЗАЦІЙНІ АСПЕКТИ ПІДГОТОВКИ СПОРТИВНИХ ВОЛОНТЕРІВ

У статті розглянуті основні джерела мотивації участі спортивних волонтерів у фізкультурно-оздоровчих заходах (спортивних змаганнях); виявлена ефективна форма підготовки спортивних волонтерів; визначена тривалість та зміст програми підготовки спортивних волонтерів.

Ключові слова: волонтер, спортивне волонтерство, підготовка спортивних волонтерів.

Петренко І.В. Организационные аспекты подготовки спортивных волонтеров. В статье рассмотрены основные источники мотивации участия спортивных волонтеров в физкультурно-оздоровительных мероприятиях (спортивных соревнованиях); выявлена эффективная форма подготовки спортивных волонтеров; определена продолжительность и содержание программы подготовки спортивных волонтеров.

Ключевые слова: волонтер, спортивное волонтерство, подготовка спортивных волонтеров.

Petrenko I. Organizational aspects of preparation of sports volunteers. The article reveals the basic prospects of creating an organization that would unite everyone to be sports volunteers and within which they would be trained theoretically and practically. The article reveals an effective form of training of sports volunteers; determines the duration and content of training program for sports volunteers; the main sources of motivation of participation of sports volunteers in sports and recreational activities (sports competitions). Heads and representatives of state and public authorities in the sphere of physical culture and sport of Kharkiv took part in the research. The study found that the most effective form of training of sports volunteers should become the social organization "Sports Volunteers School"; duration of training at the School is to be for three months and the program should include the following components: "Psychology of Communication", "Motivational Unit", "Teambuilding", "Sports Refereeing Rules", "Legal Framework of Volunteering", "Leadership"; the main sources of motivation of participation of sports volunteers in physical training activities is the opportunity to gain experience of public activity, becoming a part of the event (competition); the ability to expand the circle of communication; opportunity to express themselves, that is, to realize their creative potential; the ability to acquire new knowledge and broaden their professional skills.

Key words: volunteer, volunteer sports, training of sports volunteers.

Вступ. Останнім часом в Україні зароджується демократичне суспільство, яке має базуватися на принципах свободи, творчості та гуманізму, саме тому великого значення набуває волонтерська діяльність в усіх сферах життя. У свою чергу держава реагує на цей поклик часу на нормативно-правовому рівні, про що свідчать визначення у законодавчому полі основ державної політики, щодо волонтерства, внесення до законодавства основних термінів і понять стосовно цього соціального явища, визначення суб'єктів державного управління і громадського самоврядування, відповідальних за розвиток волонтерського руху [1, 2, 5].

Значна кількість сучасних вітчизняних учених таких, як О. Безпалько (2006, 2007), З. Бондаренко (2008), Г. Ларіонова (2007), Т.Лях (2009) та ін. звертають свою професійну увагу на волонтерство, його історичні витоки, напрями, організаційні форми та нормативно-правові засади. Особливо слід виділити роботи А. Бондар (2010, 2015), М. Дутчака (2007), І.Когут (2010), В. Левківа та Т. Макуца (2013), А. Мічуди (2004), І. Петренко (2014, 2015, 2016), в яких охарактеризовано спортивне волонтерство, як різновид волонтерської діяльності, розглянуто шляхи залучення волонтерів до сфери фізичної культури та спорту, розкрито організаційні аспекти спортивного волонтерства та визначено особливості участі студентів у спортивному волонтерському русі.

Аналіз наукових досліджень та публікацій щодо спортивної волонтерської діяльності дозволяє стверджувати, що проблема організації та управління спортивним волонтерським рухом залишається недостатньо вивченою, що й обумовило вибір теми дослідження.

Мета дослідження: розкрити організаційні аспекти підготовки спортивних волонтерів.

Завдання дослідження:

1. Виявити ефективну форму підготовки спортивних волонтерів.
2. Визначити тривалість та зміст програми підготовки спортивних волонтерів.