

Жукова Г.В.

*кандидат педагогічних наук, старший викладач,
Національний університет фізичного виховання і спорту України;*

Булгакова Т.М.

*кандидат педагогічних наук, асистент,
Київський національний університет культури і мистецтв*

МОТИВАЦІЯ ЮНИХ ТХЕКВОНДИСТІВ В ПРОЦЕСІ ЗАНЯТЬ В СПОРТИВНІЙ ШКОЛІ

Тхеквондо – це спорт, яким можна займатися протягом усього життя, починаючи з наймолодших років. Він забезпечує і стимулює правильний розвиток організму. Східні єдиноборства формують характер і моральність особистості, посилюють стійкість до стресу, допомагають підтримувати психофізичну рівновагу. Високо мотивований спортсмен більш ефективно реалізує свій потенціал, він здатний на максимальну віддачу всіх своїх фізичних і духовних сил, якщо цього вимагає досягнення поставленої мети. Прагнення до перемоги, загальна особистісна і воляова готовність в значній мірі визначають ефективність діяльності.

Особливості східного єдиноборства Тхеквондо вивчали Т. Бочаров, К. Гіл, С. Гончаров, В. Горбенко, Кім Чур Хван, Г. Максименко, В. Платонов, В. Саєнко та інші. Різні аспекти проблеми фізіологічних та психологічних властивостей особистості суб'єктів спортивної діяльності досліджували Н. Бачинська, П. Давидов, Н. Дуткевич, Л. Небржодовські, Д. Ревковський, А. Романовська-Толочко, С. Токарський та інші.

Бойове мистецтво Тхеквондо сягає своїм корінням стародавніх часів історії Кореї, коли майстерність бойових дій узгоджувалася з можливістю виживання. В 60-х роках минулого століття це бойове мистецтво, разом з іншими бойовими мистецтвами Сходу, досягло фази активного відродження. У 70-х роках високою була популярність Тхеквондо у Польщі. Офіційною датою початку розвитку Тхеквондо в Україні вважається 1988 рік. В Українській незалежній державі у грудні 1991 року була зареєстрована Федерація Тхеквондо ВТФ України. У 2012 році Україна домоглася визнання «Ukraine Open Cup» міжнародним турніром класу «А», а через два роки в 2014 році наша країна отримала право проведення даного турніру в світовій серії G1 [3].

Найвагоміший чинник, що мотивує юних тхеквондистів – це поліпшення їх фізичної підготовленості. Наступним за значимістю мотивом є можливість навчитися ефективної самооборони. Також дуже важливим мотивом є формування самодисципліни та подолання слабких сторін характеру. Не менш важливими є й такі мотиви: інтерес до філософії Сходу і бойових мистецтв, здобути визнання та вразити оточення, задоволення потреби в руховій активності, бажання досягти спортивних успіхів, можливість зустрітися з новими людьми [5].

На рішення почати займатись Тхеквондо впливає приклад друзів, заохочення батьків. Як показує практика, кожна десята людина, яка займається єдиноборством, до цього цікавилась цим питанням. Що стосується переваг систематичних занять Тхеквондо, то можна назвати такі: відмінна фізична підготовка, впевненість у собі, збільшення енергійності, стійка протидія стресу, задоволення від занять та цікаве проведення часу [4].

Удосконалення ведення бою в тхеквондо, підвищення мотивації покращення та логічного мислення включає два основних напрями: 1) розробка індивідуальної тактики дій, вміння нав'язувати супернику свою манеру ведення бою, реалізація

тактичного плану дій, ефективного застосування технічних прийомів; 2) вміння розпізнавати манеру ведення бою [2].

В Києві є велика база спортивних шкіл, клубів і секцій Тхеквондо. Однією із кращих спортивних шкіл Києва по навчанню Тхеквондо є Комплексна дитячо-юнацька спортивна школа «АРГО». Тренер, який займається з 11-річними тхеквондистами, грамотно будує структуру тренування, залучає до нього кожного.



Фото 1. Учні на заняттях у Комплексній дитячо-юнацькій спортивній школі «АРГО». На передньому плані вихованець школи, юний 11-річний тхеквондист Владислав Булгаков, який займається 2-й рік

На сьогоднішній день Тхеквондо – єдиний представник східних єдиноборств на Олімпійських іграх. В Україні постійно організуються змагання з Тхеквондо. Так, із 13 по 14 січня 2018 року відбулися Всеукраїнські зимові спарингові збори в Харкові, а 20 січня пройшов Відкритий новорічний турнір «Кубок Причорномор'я» у Миколаєві [1].

Отже, Тхеквондо стимулює учнів до навчання, до покращення фізичної форми, дає можливість навчитися ефективної самооборони. Тхеквондо задовольняє багато важливих потреб особистості, що покращує функціонування інших сфер життя. Хороша фізична підготовленість у сучасному світі є гарним прикладом для оточуючих, тхеквондисти демонструють високу самосвідомість, здатність до зусиль і жертв, впевненість у собі. Мотивація спортсмена відіграє одну з найважливіших ролей в досягненні результатів. Мотив не тільки визначає поведінку спортсмена, але і обумовлює кінцевий результат його діяльності. Спрямованість спортивної діяльності пов'язана з потребами, цінностями в сфері спорту, є своєрідною рушійною силою спортсмена. Наразі тренування для юних тхеквондистів не тільки вирішує завдання заняття, але і ефективно підвищує мотивацію.

Список використаних джерел:

1. Головна сторінка Федерації Тхеквондо України [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://ftu.in.ua/>
2. Гончаров С. М. Тактика поединка в тхэквондо / С. М. Гончаров, В. Г. Саенко // Актуальні проблеми фізичного виховання, спорту та валеології: Зб. наук. робіт I Всеукраїнської наук.-практ. конф. – Кременчук: КДПУ, 2008. – С. 83–89.

3. Давидов П. О. Тхеквондо ВТФ: історія і тенденції розвитку в Україні / П. О. Давидов, Н. В. Бачинська [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://www.rusnauka.com/28_NPM_2013/Istoria/1_145900.doc.htm.

4. Romanowska-Tolloczko A. Motivation and self-assessment among teenagers practicing Taekwondo – the far east martial art // A. Romanowska-Tolloczko, H. Dutkiewicz // Молода спортивна наука України: Зб. наук. праць з галузі фізичної культури і спорту: у 4-х томах. – Вип. 10. – Львів: НВФ «Українські технології», 2006. – Т. 2. – 2006. – С. 479–483.

5. Tokarski S. Sztuki walki – ruchowe formy ekspresji Filozofii Wschodu / S. Tokarski. – Szczecin: GLOB, 1989. – 228 с.

Калігасва О.П.

*заступник директора з навчально-виховної роботи,
Донецький обласний центр технічної творчості дітей та юнацтва*

ВИЯВЛЕННЯ І РОЗВИТОК ІНТЕРЕСІВ І ЗДІБНОСТЕЙ ВИХОВАНЦІВ В УМОВАХ ЗАКЛАДІВ ПОЗАШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ ЯК ОСНОВА ПРОФОРІЄНТАЦІЙНОЇ РОБОТИ

В умовах мінливого стану нашого суспільства, що супроводжується втратою традиційних орієнтирів, життєвий вибір учнівської молоді стає проблематичним, а для значної частини молоді закінчується зламом долі або вибором соціально хибного шляху. Серйозною перешкодою у самовдосконаленні молодої людини є не тільки зовнішні обставини, а й низький рівень її соціальної культури, відсутність необхідних знань, умінь будувати життя, визначати його мету з урахуванням своїх здібностей, соціальних і особистісних можливостей, здійснювати вибір життєвих пріоритетів у світі, що динамічно змінюється. Вирішення цієї проблеми значною мірою лягає на систему освіти в Україні. Приймаючи до уваги те, що більшість часу в середньому шкільному віці діти проводять в школі і провідною діяльністю цього віку є навчальна діяльність, стає очевидним, що вагомий внесок у розвиток особистості дитини, становлення її кругозору і світогляду, формування знань у сфері професійної діяльності, відводиться закладам позашкільної освіти. Саме тут діти мають змогу розвивати свої творчі здібності в різних напрямках роботи. На гурткових заняттях учні набувають навички роботи на верстатах, опановують різні методики і техніки виготовлення поробок. В подальшому ці навички можуть стати у нагоді при виборі майбутньої професії. Беручи до уваги Закон України «Про освіту», в якому наголошується, що позашкільна освіта та виховання є частиною структури освіти і спрямовуються на розвиток здібностей, талантів дітей, учнівської та студентської молоді, духовних запитів і потреб у професійному самовизначенні, можна дійти висновку, що заклади позашкільної освіти складають цінність у загальній системі освіти учнівської молоді. Цінність позашкільної освіти полягає в тому, що тут цілеспрямовано впливають на розвиток обдарованості, розкриття творчого потенціалу і стають для дітей школою самовдосконалення, місцем вибору життєвого шляху, накреслення особистісних планів і цілей, набуття досвіду їх здійснення. Позашкільна освіта займає особливе місце в системі освіти взагалі, бо вона не є обов'язковою. Діти за власним бажанням обирають той напрям роботи, який їм до вподоби. А задача керівника гуртка – допомогти дитині реалізувати свої творчі здібності, надихнути на пошук нових форм роботи, навчити дитину користуватися інструментами та обладнанням.

Система роботи закладів позашкільної освіти доводить, що реалізація творчого потенціалу дає поштовх для самовдосконалення та майбутнього професійного