

**Лукачина А.В.**

*старший викладач,*

*Національний технічний університет України*

*«Київський політехнічний інститут»*

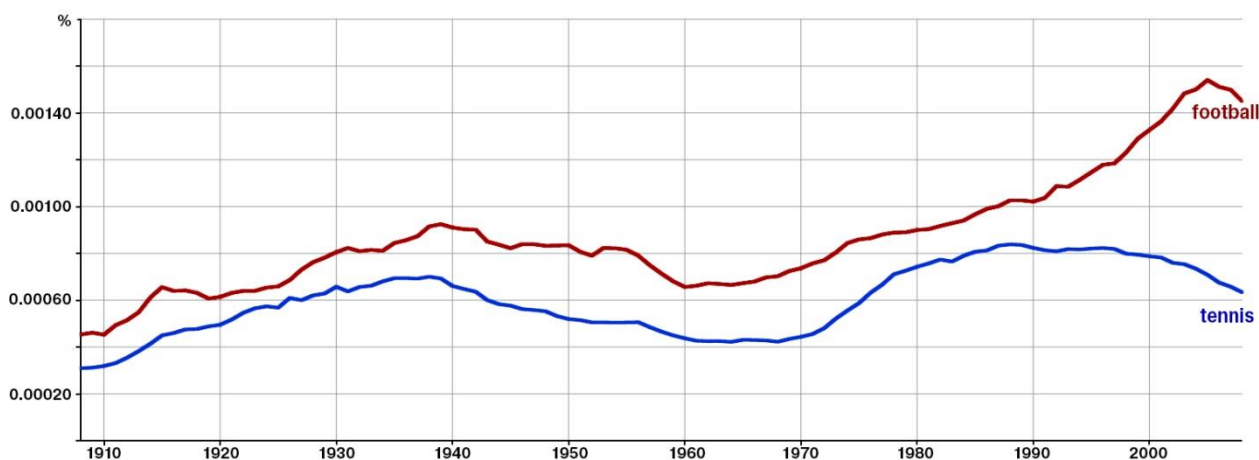
## **ПРО ПЕРЕВАГИ ТЕНІСУ ДЛЯ ВИХОВАННЯ У СТУДЕНТІВ ЯКОСТЕЙ, НЕОБХІДНИХ У ПРОФЕСІЙНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ**

Сучасний світ вимагає від випускників університетів міцних знань, початкових професійних навичок та наявності цілого ряду специфічних особистісних якостей, без яких важко бути успішним у сучасному висококонкурентному професійному середовищі. Проводячи співбесіду при прийомі на роботу, роботодавці оцінюють претендентів за багатьма критеріями. Оскільки випускники університету не можуть похвалитися достатнім практичним досвідом, вони повинні мати такі переваги, які виділять їх серед інших претендентів та привернуть увагу роботодавця. Серед таких додаткових переваг можуть бути і якості, які добре розвинені у молодих людей, що займаються спортом. Добре відомо, що будь-який спорт, і навіть просто регулярні фізичні вправи, сприяють розвитку специфічних рис: перш за все, це стосується таких рис як самодисципліна, настирливість у досягненні цілі, орієнтація на успіх, вміння наполегливо і важко працювати, вдосконалюючи свій спортивний рівень і т.п. Спектр таких рис може трохи відрізнятися в залежності від виду спорту [2; 4].

При виборі спорту як виду фізичної активності, молоді люди керуються багатьма міркуваннями, у тому числі і популярністю певного спорту на момент прийняття рішення. З розвитком комунікаційних технологій вплив масових засобів інформації на вибір виду спорту зріс, при цьому і оцінка популярності видів спорту стала простішою. Для визначення міри популярності, як показника впливу на вибір молоддю виду спорту, можна використовувати, наприклад, частоту згадуваності видів спорту в наявних оцифрованих текстових джерелах (% до всього масиву текстового контенту у відповідних роках). Правда, за цією приблизною оцінкою не можна виокремити точну кількість тих, хто займається певним видом спорту, але вона дає якісний опосередкований кумулятивний показник зацікавленості у ньому, який враховує і тих, хто практично займається цим видом спортом, і тих, хто є тільки уболівальником.

Для демонстрації динаміки популярності різних видів спорту можна скористатися базою даних Ngram Viewer і визначити частоту згадування слів «теніс» і, для порівняння, наприклад, «футбол» у період з 1908 до 2008 року у англомовних та російськомовних друкованих джерелах (із списку мов, доступних у Ngram Viewer). Цей показник можна вважати оцінкою тренду популярності. З отриманих графіків можемо бачити, що популярність футболу і тенісу в англомовному світі (рис. 1) у вибраній проміжок часу переживала явно виражені періоди спаду та підйому. У російськомовному світі (рис. 2) популярність тенісу у період 1930-1980 знаходилася приблизно на однаковому рівні, а з початку 80-х почала досить активно зростати з невеликими спадами у

середині дев'яностих минулого сторіччя та у середині нульових століття поточного.



**Рис. 1. Частота згадуваності слів tennis та football в англomовних текстах у період з 1908 до 2008 року**



**Рис. 1б. Частота згадуваності слів «теннис» і «футбол» у російськомовних текстах у період з 1908 до 2008 року**

Теніс все більше привертає увагу людей різного віку, в тому числі і студентської молоді ВНЗ неспортивного профілю, тобто, молодих людей, які розглядають цей спорт як вид дозвілля та спосіб підтримувати гарну фізичну форму. У деяких ВНЗ існують можливості використовувати заняття з тенісу як залікову дисципліну з фізвиховання, як це є у КПІ.

Існує багато робіт, у яких розглянуто позитивний вплив тенісу на загальний фізичний стан, роботу серцево-судинної системи, координацію, силу та витривалість, покращення імунітету і т.п. [1; 3; 4]. Досліджуються, хоча й меншою мірою, переваги цього виду спорту і для укріплення нервової системи, психологічної стійкості та якостей, які можна віднести до особистісних характеристик.

За своєю природою теніс є грою індивідуальною, незважаючи на те, що існує і парна гра, де двоє партнерів становлять міні-команду. Але навіть у

парній гри особиста відповідальність гравця за результат розіграшу як окремого очка, так і всього матчу, фактично, індивідуальна. Гра у парі не полегшує психологічне навантаження, розділяючи відповідальність між двома гравцями, навпаки, вона вимагає додаткового врахування ще й особливостей гри партнера, передбачення його намірів в конкретній ігровій ситуації і блискавичного реагування на дії не тільки супротивників, але й власного партнера. Це сприяє розвитку відчуття особистої відповідальності.

У той же час, як відмічає Gavin [3], теніс є дуже соціальним видом спорту, який сприяє встановленню дружніх стосунків і поза кортом. Гравці у теніс часто не обмежуються тільки тренуваннями, вони проводять разом багато часу і після гри, цікавляться справами одне одного поза зустрічами на корті.

У майбутній професії більшості випускників прийдеться працювати в колективах – чи то постійних виробничих або наукових, чи тимчасових, створених для виконання певного проекту. Починаючи з етапу прийняття на роботу, випускника будуть оцінювати у тому числі і за його вмінням працювати в команді. Це важлива характеристика. Безперечно, вона великою мірою залежить від вроджених особистісних якостей людини, особистих рис характеру, досвіду, вміння чітко розуміти свою роль та міру відповідальності у дорученій роботі. Але те, яким видом спорту займається людина, теж дає інформацію про її особистісні якості [4]. Набуті у спорті звички будуть впливати на поведінку і в інших сферах життя.

Дослідники говорять як про вплив певного виду спорту на особистісні якості людини, так і про причини вибору цього виду спорту [4]. Це досить складне питання. У першому випадку (вплив виду спорту на якості людини) маємо ситуацію, коли вибір вже зроблено, і спорт впливає фактично однаково на всіх, хоч і різною мірою на кожного окремого спортсмена (наприклад, у всіх гімнастів буде розвиватися гнучкість та координація, але не у всіх однаково успішно). Якщо ж розглядати питання причин вибору спорту, то тут, крім вроджених особистісних якостей (тобто, вибору на основі того, що людина краще і вільніше відчуває себе в якомусь виді спорту, отримує від нього більше задоволення), є й причини іншого порядку. На вибір може вплинути близькість до дому басейну, фітнес центру або корту. Мають значення фінансові можливості, розклад занять, бажання батьків, поради друзів, мода і т.д.

Притаманне тенісистам вміння концентруватися на завданні, швидко приймати рішення, миттєво діяти та самому нести відповідальність за результат своїх дій – якості, які розвиває теніс, залишаються у більшості з них і у професійному житті.

Одним із засобів виховання відповідальності – якості, необхідної у майбутній професійній діяльності, є участь у командних тенісних змаганнях. Фактично, такі змагання є моделлю, можливістю відпрацювання майбутньої поведінки молодого спеціаліста в колективі, куди він прийде працювати після закінчення університету.

Іншим варіантом виховання відповідальності та набуття вміння гри в команді є вихід за межі тенісу та залучення у ході тренувань студентів тенісистів до гри, наприклад, в футбол. Корисність такого доповнення, навіть

взаємодоповнення (тому що футболісти, що використовують теніс як додатковий вид спорту, також отримують те, чого не може дати футбол, баскетбол і подібні ігри). Корисність взаємовикористання прийомів різних видів спорту широко використовується в сучасних підходах до тренувань.

### **Список використаних джерел:**

1. Мицик А.І. Виховання особистості засобами фізичної культури та спорту / А.І. Мицик // Креативні підходи до розвитку творчого потенціалу особистості в умовах ВНЗ: матеріали Всеукраїнського науково-практичного семінару, 26-27 травня 2011 р. – Миколаїв : МДАУ, 2011.
2. Бурлака І.В. Про важливість деяких аспектів фізичного виховання студентів для їх майбутньої адаптації до умов роботи в конкурентному середовищі / І.В. Бурлака // Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Сер. : Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт. – 2014. – Вип. 118 (3). – С. 39–41.
3. Gavin J. Pairing personality with activity: new tools for inspiring active lifestyles / J. Gavin // Physician and Sportsmedicine // Vol. 32(12) – 2004.
4. Pluim et al. Health Benefits of Tennis / Babette M. Pluim, J. Bart Staal, Bonita L. Marks, Stuart Miller, and Dave Miley // British Journal of Sports Medicine. – Vol. 41(11). – 2007. – P. 760–768.

**Муллагильдина А.Я.**

*кандидат педагогических наук, доцент;*

**Красова И.В.**

*старший преподаватель;*

**Абдулвахид Длшад Нихад**

*аспирант,*

*Харьковская государственная академия физической культуры*

## **СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ЭФФЕКТИВНОСТИ СИСТЕМЫ ОТБОРА ДЕТЕЙ ДЛЯ ЗАНЯТИЙ СПОРТИВНОЙ ГИМНАСТИКОЙ В УКРАИНЕ И В ИРАКСКОМ КУРДИСТАНЕ**

Спортивная гимнастика как один из зрелищных видов спорта приобрела широкую известность во многих странах Мира. Как вид спорта спортивная гимнастика оформилась в 19 столетии в Европе [2]. Европейские страны, в том числе и Украина, имеют давние традиции и активно сотрудничают в мировом гимнастическом сообществе. В Курдистане уделяется повышенное внимание развитию физической культуры и спорта, подготовке спортивного резерва высокого класса, развитию спорта высших достижений [1; 4]. Современная спортивная гимнастика характеризуется неуклонным ростом технического мастерства и омоложением спортсменов. Для укрепления позиций Ирака и Курдистана в международном олимпийском спортивном движении, в частности