

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ХЕРСОНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
Факультет фізичного виховання та спорту  
Кафедра теорії та методики фізичного виховання**

**ШЛЯХИ ФОРМУВАННЯ МОТИВАЦІЇ ДО ЗАНЯТЬ ФУТБОЛОМ  
У ШКОЛЯРІВ 10-12 РОКІВ**

**Кваліфікаційна робота**

на здобуття ступеня вищої освіти “магістр”

Виконала: студентка ІІ курсу  
14-211 М групи  
Спеціальності 014 Середня освіта  
(Фізична культура)  
Освітньо-професійної програми  
«Середня освіта (Фізична культура)  
Селецька Яна

Керівник канд.наук з фіз.виховання та  
спорту, доцент Степанюк С.І.

Рецензент Бондар Анастасія Сергіївна  
кандидатка наук з фізичного  
виховання та спорту, доцентка,  
завідувачка кафедри менеджменту  
фізичної культури Харківської  
державної академії фізичної культури

## ЗМІСТ

<b>ВСТУП</b> .....	3
<b>РОЗДІЛ 1. Мотивація як одна із основних складових фізкультурно-спортивної діяльності</b> .....	6
1.1. Мотивація, як психологічна категорія.....	6
1.2. Мотивація фізкультурно-спортивної діяльності.....	9
1.3. Сучасні підходи до формування мотивів спортивної діяльності.....	11
<b>РОЗДІЛ 2. Методи та організація дослідження</b> .....	16
2.1. Методи дослідження .....	16
2.2. Організація дослідження .....	16
<b>РОЗДІЛ 3. Формування мотивації до занять футболом у школярів 10-12 років</b> .....	19
3.1. Визначення мотивації у школярів 10-12 років до занять футболом.....	19
3.2. Програма формування мотивації до занять футболом у хлопців 10-12 років.....	29
<b>ВИСНОВКИ</b> .....	41
<b>СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ</b> .....	43
<b>ДОДАТКИ</b> .....	47
Додаток А.....	48
Додаток Б.....	50

## ВСТУП

**Актуальність.** Сьогодні важливо зрозуміти, що саме спонукає людину до рухової активності. Цей вид діяльності прямо не зв'язаний з добуванням матеріальних благ, які необхідні для життя.

Цілеспрямовані заняття будь-якою діяльністю передбачають наявність у людині мотивів тобто внутрішніх сил, які спонукають до цієї діяльності і спрямовані на задоволення потреби. У доброму здоров'ї підростаючого покоління зацікавлені усі як батьки так і вчителі.

Основою діяльності є мотивація. Саме від неї залежать зацікавленість людини, її цілеспрямованість, активність, спрямування на задоволення своїх потреб та визначення життєвої орієнтації.

Основними факторами, які впливають на формування позитивного ставлення школярів до занять фізичною культурою та спортом вважають саме засоби масової інформації. Також сюди відносять заняття фізичною культурою у школі, в секціях, наслідування товаришів, поради батьків та ін. [12]. В той же час мало враховується роль тренерського колективу. Поза тим, ще А. Макаренко та В. Сухомлинський підкреслювали його велику силу впливу на особистість, а отже і на їх мотиваційну сферу. Нажаль, педагогічна практика показує, що фізична культура ще не стала особистісною цінністю, не розглядається як фактор, який має вплив. Тому у практичній спортивній діяльності необхідно опиратися на мотиваційні інтереси дітей, які займаються футболом. А саме зацікавленість до занять є тією рушійною силою, яка значно підсилює мотиви для досягнення високих спортивних результатів.

**Зв'язок роботи з науковими програмами, планами та темами:** дослідження виконано відповідно до теми «Соціально-педагогічні та медико-біологічні основи фізкультурно-оздоровчої роботи різних груп населення» за номером державної реєстрації 0118U100260.

**Об'єктом дослідження** є навчально-тренувальний процес футболістів.

**Предметом дослідження** є мотивація хлопців 10-12 років до занять футболом.

**Мета роботи** полягає у формуванні мотивацій хлопців 10-12 років до занять футболом.

Відповідно до мети, об'єкта та предмета нашої роботи були сформульовані її наступні **завдання**:

1. Проаналізувати наукову та науково-методичну літературу з проблеми дослідження.
2. Дослідити формування мотивації хлопців 10-12 років до занять футболом.
3. Розробити програму формування мотивації до занять футболом у хлопців 10-12 років.

**Методи дослідження:**

1. Теоретичний аналіз та узагальнення літератури;
2. Опитування;
3. Спостереження та ранжування;
4. Аналіз документів;
5. Методи математичної статистики.

**Практичне значення** роботи полягає у можливостях використовувати представлений у роботі матеріал, основних теоретичних положень і висновків під час формування мотивації хлопців до занять футболом.

Матеріали, які подані у кваліфікаційній роботі можуть використовуватися при подальшому ґрунтовному науковому аналізу мотивації хлопців до занять футболом.

**Наукова новизна дослідження:**

- розроблено програму формування мотивації до занять футболом у хлопців 10-12 років;

- доповнені дані про формування мотивації хлопців 10-12 років до занять футболом.

**Апробація результатів дослідження.** За матеріалами проведеного дослідження було виголошено доповіді на науково-методичному семінарі кафедри теорії та методики фізичного виховання Херсонського державного університету.

**Публікації.** Результати кваліфікаційної роботи відображені у збірці наукових розвідок «Магістерські студії» (Івано-Франківськ, 2023).

**Структура і обсяг роботи.** кваліфікаційна робота викладена на 42 сторінках машинописного тексту. Складається зі вступу, трьох розділів, висновків, списку використаних джерел та додатків. У роботі було використано 43 джерела наукової та науково-методичної літератури.

## РОЗДІЛ 1

### ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА МОТИВАЦІЇ У ФІЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ

#### 1.1. Мотивація, як психологічна категорія

Здавна людство цікавило питання - що спонукає людину до певного вчинку, спрямовує її активність, а інколи і визначає все життя. У світовій практиці були зроблені чисельні спроби інтуїтивно осягнути зміст цього поняття. Наприклад, Альберт Ейнштейн ще в 1918 році в статті “Мотиви наукового дослідження” здійснив спробу розкрити те, що штовхає людей займатися наукою [4]. Водночас, науковий аналіз спонукальних сил, які лежать в основі життєвої активності людини, був проведений лише в середині ХХ століття [11, 20], Пізніше з’явилася велика кількість робіт, але суттєвих зрушень у розумінні змісту мотивів не відбулося. Справа в тому, що терміном мотив окреслюється широке коло понять і трактують його по-різному.

О.М.Леонтьєв під мотивом розуміє потребу яка “конкретизується в даних умовах і на що спрямована діяльність” [3].

На думку Л.І.Божовича, мотив - це те, для чого здійснюється діяльність, “в якості мотиву можуть виступати предмети зовнішнього світу, уявлення, відчуття і переживання” [9].

С.Л.Рубінштейн пише: “Будь-яка дія, що спрямовує до певної мети, виходить з тих чи інших спонук. Більш чи менш адекватно усвідомлена спонука виступає як мотив” [11].

С.С.Занюк вважає, що мотив – “це сукупність зовнішніх і внутрішніх умов, які викликають активність суб’єкта і визначають її спрямованість” [10].

Основою мотиву діяльності людини є її різноманітні потреби.

Потреби діляться на: базові (матеріальні умови, засоби життя), похідні (естетичні, потреба в навчанні), та вищі (потреби у творчості).

Кількість і якість потреб залежить від рівня організації людини, від способу і умов життя тощо.

Психологами встановлено, що існує певна залежність між розвитком потреби та емоціями, які переживає людина при здійсненні діяльності, спрямованих на задоволення тих чи інших потреб. Тут можна виділити два моменти: 1) способи задоволення потреб, які супроводжуються позитивними емоціями самі стають потребами; 2) якщо потреба не задоволена, але зростає вірогідність її задоволення, тоді відмічається ріст позитивних емоцій [5,6].

У зв'язку з тим, важливе значення має позитивний емоційний настрій дітей на занятті. Його потрібно організовувати так, щоб заняття викликали радісне переживання у тих, хто займається [4,6].

Позитивний емоційний вплив людини залежить від багатьох факторів, серед яких найбільш суттєвими є: посиленість вимог, різноманітність рухових дій, умови проведення занять чи тренування, емоційний тон тренера або педагога, усвідомлення людиною значущості занять для їх майбутньої діяльності.

Усвідомлення успіхів своєї тренувальної діяльності зароджує в спортсмена позитивні переживання і висуває нову більш високу мету, на досягнення якої він буде спрямовувати свою наступну діяльність.

Отже, визначення мотиву порівнюється або з потребою, або із задоволенням цієї потреби.

Мотиви і цілі тісно пов'язані між собою.

У психологічних словниках мотив визначений, як спонукальна причина дій і вчинків людини [11].

Незважаючи на різнобічність поглядів на дане питання, можна простежити три найбільш сформульовані точки зору на поняття “мотив”.

Представники першої – А.В.Петровський, Л.Б.Ітельсон, К.К.Платонов – розглядають даний феномен як внутрішньо притаманний “світу” суб'єкта. Дещо розширює поняття “мотив”, але не

виходить за рамки суб'єктивної його приналежності К.К.Платонов, стверджуючи, що мотив – це психічне явище, яке стає спонуканням до діяльності, і що в якості мотивів можуть виступати і психічні процеси, і стани і властивості особистості. Легко помітити, що і в цьому визначенні мотив співвідноситься з потребою. Однак тільки потреби не достатньо для цілеспрямованої організації активності. Це пов'язано з тим, що потреба яка суб'єктивно переживається, може слугувати тільки передумовою до активності, а не рушієм і напрямком [10].

Другої точки зору стосовно поняття “мотив” притримуються західні вчені. Вони схиляються до того, що спонукати людину можуть або внутрішні фактори (потреби), або зовнішні (покарання, схвалення), що є констатацією подвійного (або об'єктивного, або суб'єктивного) характеру мотивації людини.

Прихильники третьої точки зору виходять із розгляду суб'єктивного віднесення потреби до об'єктивно існуючих речей і явищ, які виступають в житті суб'єкта в якості предметів його діяльності. Потреба, пише О.М.Леонт'єв, “отримує свою визначеність тільки в предметі діяльності – вона повинна знайти себе в ньому. Оскільки потреба знаходить в ньому своє визначення, даний предмет стає мотивом діяльності, тим, що спонукає її”.

Поняття “мотивація” використовується в сучасній психології з двояким смислом: як багаторівнева неоднорідна система чинників, що детермінують поведінку (сюди відносяться, потреби, мотиви, інтереси, ідеали, прагнення, установки, емоції, норми, цінності).

Уявлення про мотивацію виникає при спробі пояснити, а не описати поведінку. Це – пошук відповіді на запитання. Знайдені і описані причини стійких змін у поведінці і є відповідь на питання про мотивацію діяльності [5, 9].

Незважаючи на різноманітність підходів і методів дослідження, більшістю авторами мотивація визначається як сукупність



різноманітних факторів, які спонукають людину до певної поведінки і діяльності.

На основі мотивації формується мета діяльності, для досягнення якої людина виконує конкретні дії, які складаються з окремих операцій. Внаслідок виконання дій досягається певний результат.

## **1.2. Мотивація фізкультурно-спортивної діяльності**

У психолого-педагогічній літературі мотивація до фізкультурної та спортивної діяльності розглядається як окремий вид мотивації, що входить у тренувальну діяльність. Така мотивація характеризується комплексом специфічних факторів. Вона визначається певною системою тренувального процесу, закладом, де відбувається тренувальний процес; організацією цього процесу; суб'єктивними особливостями тих, хто займається (вік, стать, здібності, самооцінка тощо); суб'єктивними особливостями тренера чи педагога і, перш за все, системою його ставлення до учнів; специфікою обраного виду спорту [4].

Мотивація людини є основним компонентом у процесі організації тренувальної діяльності. Вона відображає інтерес її до занять, його активне й усвідомлене ставлення до здійснюваної діяльності, тобто до тренувань.

Як один із компонентів мотивації до спортивної діяльності термін “інтерес” часто використовується як синонім даної мотивації. Зміст і характер інтересів у процесі розвитку людини істотно змінюються.

Інтерес – це мотив, в якому проявляється пізнавальна потреба людини. Порівняно з потребами інтереси виступають у ролі безпосередньої причини дії [25]. Для спортсменів він має значення в плані глибшого пізнання того, що вивчається.

Задоволення інтересу не призводить до його згасання, на відміну від потреби, а веде до внутрішньої перебудови, збагачення і поглиблення цікавості, викликає виникнення нових інтересів, що відповідають більш

високому рівню тренувальної діяльності. Інтереси виступають в якості постійного спонукального механізму пізнання.

Інтереси класифікуються за змістом, цілями, широтою, глибиною і стійкістю [26].

Різниця в інтересах за змістом проявляється в об'єктах певних потреб та їх реальному значення для людини в даній діяльності.

За ознакою цілей інтереси поділяються на безпосередні та опосередковані і виникають з приводу емоційно привабливого, значущого об'єкта.

За широтою інтереси в одних людей можуть бути сконцентровані на одній сфері (вузькі інтереси), в інших розподілені між багатьма об'єктами, що володіють стійкою значущістю (широта інтересів). Розкиданість інтересів виступає іноді як негативна риса особистості, бо вона не може зосередитись на чомусь одному [27].

Зацікавленість значно підвищує ефективність тренування. Вона служить мотивом, який збуджує спортсмена до активності, викликає бажання виконувати завдання правильно, досягти певного результату. Слід розрізняти неопосередкований інтерес (до процесу діяльності) і опосередкований (до результатів діяльності) [25].

Мотиви тренувальної діяльності не постійні і можуть змінюватись.

Необхідна умова формування інтересу – переважання внутрішніх мотивів у структурі мотиваційної діяльності. Якщо головною є зовнішня мотивація, спортсмен прагне вірно виконати завдання, дістати похвалу тренера. А коли зустрічається з труднощами або невдало виконує завдання, то інтерес відразу зникає. Люди, які керуються цими мотивами, не намагаються самостійно знайти вихід із ситуації, а чекають підказки зі сторони. Дуже швидко втомлюються, особливо якщо завдання складне і потребує тривалих пошуків для досягнення результату.

Питання мотивації до систематичного відвідування занять

досліджувалось науковцями Козленко Н.А., Круцевич Т.Ю., Шиян Б.М., Папуша В.Г.

### **1.3. Сучасні підходи до формування мотивів спортивної діяльності**

Формуванню мотивації сприяють насамперед усі шляхи суспільного виховання, засоби сімейного виховання [26, 27].

У якості зовнішніх умов можуть бути виділені характеристики діяльності тренера: рівень педагогічної майстерності, індивідуальні особливості, матеріально-технічне забезпечення, єдність вимог тренерського колективу. Зовнішні умови визначають види діяльності (фізкультурна, спортивна, навчальна, суспільно корисна, трудова, спілкування).

У якості внутрішніх умов становлення мотивації можуть бути якісні зміни в психічному розвитку спортсмена, його психологічні новоутворення: сформованість його як суб'єкта різних видів діяльності (спортивної, навчальної, суспільно-корисної, трудової); сформованість і зрілість спортсмена, як суб'єкта різних форм взаємодії і спілкування з іншими людьми; активна позиція спортсмена в різних видах діяльності і спілкування; спрямованість особистості.

Основним механізмом розвитку мотивації на кожному віковому етапі є зміни в характері мотивації і її усвідомлення виникають під впливом зміни зовнішніх умов життя і внутрішньої позиції людини стосовно них. З'явившись, нові рівні мотивації починають робити зворотний вплив на поведінку, діяльність, характер взаємодій із оточуючими. Із зміною мотивації починається перехід до нової стадії вікового розвитку [1, 12].

Аналіз психологічних механізмів у мотиваційній сфері, що визначають характер спонукань, істотно допомагає тренеру в навчально-виховній і корекційній роботі. Негативне або нейтральне ставлення до

тренувань може мати наступні психологічні механізми: може пояснюватися насамперед однобічністю структури мотиваційної сфери, бідністю і ущербністю домінуючої спрямованості особистості, що викликана наявністю у спортсмена вузьких спонукань і недостатньої сформованості зрілих соціально значимих спонукань. Наприклад, відсутність розуміння змісту тренувань, усвідомлення його суспільної значимості, що викликає індивідуалістичну, егоїстичну спрямованість особистості, часом її егоцентричну позицію.

Іншими причинами небажання тренуватися є: протиріччя, конфлікти, розлад стосунків із навколишнім світом, з іншими людьми, із самим собою. Так, визначена дисгармонія в розвитку ставлення може бути викликана невідповідністю потреб самої людини наприклад, прагненням до більш самостійних форм тренувальної роботи і відсутністю підтримки дорослих, наявністю різних вимог до тренувального процесу з боку різних тренерів; розбіжністю в рівнях розвитку операційних і мотиваційних сторін тренувальної діяльності, коли засвоєння певних прийомів випереджає прагнення тренуватися, переростає потреба в тренуванні або, навпаки, відстає від них, коли ця потреба не може бути задоволена через відсутність сформованих способів тренувального процесу; диспропорцією в сформованості спортивної діяльності і спілкуванні, коли, наприклад, невміння спортсмена спілкуватися з тренером стає гальмом у розвитку його позитивного ставлення до тренувань, протиріччям між окремими аспектами мотиваційної сфери [33].

Чим глибше позначені вищі конфлікти і неузгодженості і чим більш вони емоційно забарвлені, тим більша ймовірність переростання нейтрального, пасивного ставлення в негативне. Названі механізми ні в якому разі не вичерпують психологічних причин негативного або нейтрального ставлення до тренувань.

Можливі різні шляхи формування мотивації. Насамперед може

бути поетапне і цілісне формування. У першому випадку викладача вибірково і послідовно актуалізує, переводить у стійкі окремі мотиваційні стани. Це частіше буває при необхідності корегувати розвиток мотиваційної сфери. В іншому випадку цілеспрямований вплив здійснюється на особистість дитини в цілому [2].

Наступна альтернатива шляхів формування - так названі шляхи “зверху вниз” [12,38]. Перший шлях передбачає поступове прищеплення спортсменам ідеалів, зразків того, якими повинні бути мотиви до тренувань. На це спрямовано всю систему морального виховання в суспільстві, у певному закладі. Спортсмен засвоює мотиви, що визнані, як еталони, за якими він звіряє свою поведінку, ототожнює свої мотиви з мотивами, запропонованими суспільством. Проте варто наголосити на головному недоліку, який полягає у формальному засвоєнні необхідних спонукань. Другий - активне залучення дитини у різні види діяльності. Проте тренер не завжди впевнений, що формуються саме необхідні спонукання.

Важливо не тільки вивчення, але і корекція окремих сторін формування мотивації. Як зазначалось вище, формування мотивації неможливо без її змістовної діагностики, яка повинна бути спрямована не на аналіз абстрактних рівнів мотивації, а на їх виявлення у конкретного спортсмена. Повинен бути виявлений рівень його розвитку, його важкості, прогноз його розвитку і корекційно-педагогічні заходи. Прогноз і корекція повинні здійснюватися на основі обліку зони найближчого розвитку мотивації [4, 37].

Корекція мотивації необхідна, якщо мотиваційна сфера особистості за різними причинами деформована: наприклад, коли ця сфера цілком замкнута тільки на власні потреби індивіда, а суспільні потреби не знаходять у них відображення (егоїстично спрямована особистість) або коли ця сфера обмежена тільки матеріальними потребами тощо [4, 9].

При формуванні мотивації повинна бути врахована сукупність психологічних показників її зрілості. Здійснення цілеспрямованого формування мотивації вимагає врахування показників результативності цього процесу [7]. Треба брати до уваги основні тенденції становлення мотивації в онтогенезі. Вони, відповідно до досліджень [4, 6], перебувають у наступній послідовності: перетворення епізодичних, ситуативних, імпульсивних спонукань у стійкі; перетворення потенційних спонукань в актуальні; перехід від недиференційованих мотиваційних установок до диференційованих і виборчих; перехід від глобальних відношень до інтегральних системних утворень із виділеної стрижневої основи; перехід від упорядкованих до неупорядкованих ієрархічно організованих, що володіє багаторівневою структурою спонуканням і установками; рух від безпосередніх імпульсів до опосередкованих (соціальними нормами і суспільними відносинами) спонуканням; розвитку від безперервно процесуальне триваючих спонукань, до результативно забезпечуючих втілень мотивації в реальній поведінці і вчинках, в єдності слова і діла; перехід від несвідомих спонукань до свідомих, що активно перебудовуються змістом, мотивами і цілями; перехід від знайомих мотивів до реально діючих, від ізольованих в плані мотивації до реально інтелектуальних і свідомих спонукань, розвиток від короткої мотивації, розрахованої на ближні ситуації, до далекої, пов'язаної із всією життєдіяльністю суб'єктів.

В тренувальній діяльності спочатку інтерес виникає до всіх видів діяльності, але в подальшому поступово диференціюється. Поступово інтерес до процесу діяльності змінюється інтересом до змісту діяльності, інтерес до фактів - інтересом до початкових узагальнень, причин, закономірностей [10].

Перетворення спонукання із ситуативного у потенційне це поліетапний процес формування мотивації. Він включає в себе

усвідомлення, закріплення мотиву який формується, у цілісній смисловій сфері особистості та наступну реалізацію у поведінці.

Таким чином, мотивація до тренування містить відповідну структуру, характеристики і їх прояви в реальному навчальному процесі, виконувани окремими компонентами функції.

**Висновки до першого розділу.** Проаналізувавши літературні джерела ми можемо зробити висновок, що лише дозволяючи дітям засвоювати систематичні знання з фізичної культури, здорового способу життя та використовувати їх у самостійних заняттях фізичною культурою, можна ефективно підвищити свій ентузіазм до занять фізичними вправами. Це допоможе краще зрозуміти сенс фізичних вправ, сприятиме всебічному розвитку людини та зміцненню її організму. Тільки такі знання впливатимуть на мотивацію та потреби учнів. Інтерес до систематичних занять фізичною культурою і спортом виникає внаслідок формування внутрішньої мотивації до певних рухових навантажень. З іншого боку, мотивація стає ще ефективнішою, якщо її стимулювання поєднується з використанням найширшого спектру спортивних засобів. Якщо тренерська команда є згуртованою та цілеспрямованою командою, яка може об'єднати та спрямувати позитивний вплив школи та навколишнього середовища на спортсменів, то тренерська команда може ефективно завершити формування особистості новачків.

## РОЗДІЛ 2

### ОРГАНІЗАЦІЯ ТА МЕТОДИ ДОСЛІДЖЕННЯ

#### 2.1. Методи дослідження

Завдання дослідження передбачали методику їх розв'язання. У ході дослідження було використано наступні методи:

1. Теоретичний аналіз та узагальнення літературних джерел;
2. Опитування;
3. Спостереження та ранжування;
4. Аналіз документів;
5. Методи математичної статистики.

*Теоретичний аналіз та узагальнення літератури.* Нами було опрацьовано 42 наукових літературних джерел з проблеми мотивів занять фізичною культурою та спортом, формування мотивів до занять фізичною культурою, до занять в спортивних секціях на мотиваційну сферу особистості дітей.

*Опитування* використовувалось з метою отримання інформації з проблем дослідження. Воно проводилося у вигляді анкетування (Додатки А).

Анкетування проводилося з метою визначення сукупності мотивів дітей до занять футболом. В залежності від характеру необхідної інформації та способу її отримання використовувався вибірковий (охоплюється конкретна група учасників – хлопці 10-12 років) тип анкетного опитування.

*Спостереження.* За допомогою цього методу дослідження ми умисно, систематично та цілеспрямовано вивчали прояв сили і стійкості мотивів та зацікавленість хлопців до занять футболом, а також з'ясовували смисл прояву цих явищ. Для цього ми зіставляли вчинки та дії студентів в простих і складних ситуаціях та ситуаціях вибору; їх судження; ефективність виконання завдань; докладання вольових зусиль



спортсменами; пояснення дітям причин власної поведінки а також реакцію на поставлене викладачем завдання; ставлення до виконання завдань не залежно від успіху тощо.

Спостереження проводилось безпосередньо тренером хлопців, тобто є об'єктивним.

*Ранжування*, яке полягає у визначенні відносної значущості об'єктів експертизи на основі їх упорядкування. Цей метод використовувався з метою визначення ієрархії мотивів, які спонукають хлопців до тренувань з футболу.

*Аналіз документів* дав можливість вивчити багато важливих сторін навчально-тренувального процесу хлопців, зокрема на занятті з футболу; та рівень успішності цих студентів, як за навчальною діяльністю, так і за тренувальною. Аналізу піддавались спеціальні документи дослідження - журнали відвідування хлопцями тренувальних занять, протоколи здачі контрольних нормативів. Аналіз різноманітних документів дав можливість визначити основні напрямки зацікавленості хлопців, ставлення їх до занять, приріст результатів у відповідності до прояву вольових якостей, визначити сукупність і ієрархію мотивів які визначають поведінку хлопців 10-12 років до занять футболом та здійснити їх оцінку.

*Методи математичної статистики* використовувались з метою зробити процес дослідження явищ більш чітким, структуралізованим та раціональним.

## **2.2. Організація дослідження**

Дослідження проводилося на базі Комплексної ДЮСШ м. Херсон. Тренер-викладач – Селецький Віталій Вікторович. Контингент дослідження склали 20 учнів віком 10-12 років, які займалися в спортивній секції з футболу.

Кваліфікаційна робота передбачала два етапи наукового пошуку.

На першому етапі (жовтень 2022 – січень 2023 рр.) проводився пошук літературних та інших джерел інформації з теми дослідження. Було визначено об'єкт, предмет та методи дослідження. Поставлені задачі дослідження.

На другому етапі (лютий – травень 2023 р.) проводився констатуючий експеримент, який включав: визначення сукупності мотивів хлопців до занять футболом, визначення ієрархії мотивів у навчально-тренувальній діяльності. Оформлялись висновки проведеного дослідження.

На третьому етапі (червень – жовтень 2023 р.) складалась програма формування стійкої мотивації хлопців 10-12 років до занять футболом.

## РОЗДІЛ 3

### ФОРМУВАННЯ МОТИВАЦІЇ ДО ЗАНЯТЬ ФУТБОЛОМ У ШКОЛЯРІВ 10-12 РОКІВ

#### **3.1. Визначення мотивації у школярів 10-12 років до занять футболом**

Спонуванням і регулятором поведінки людини є його мотиви. Мотив пояснює і обґрунтовує поведінку дитини, та спонукає її діяти саме так, а не інакше. Сукупність мотивів складає його мотивацію до виконання. Як багаторівнева неоднорідна система збудників вона включає мотиви, інтереси, потреби, емоції, прагнення, ідеали, установки, норми, цінності.

Методами дослідження було обрано анкетування, спостереження та аналіз документів.

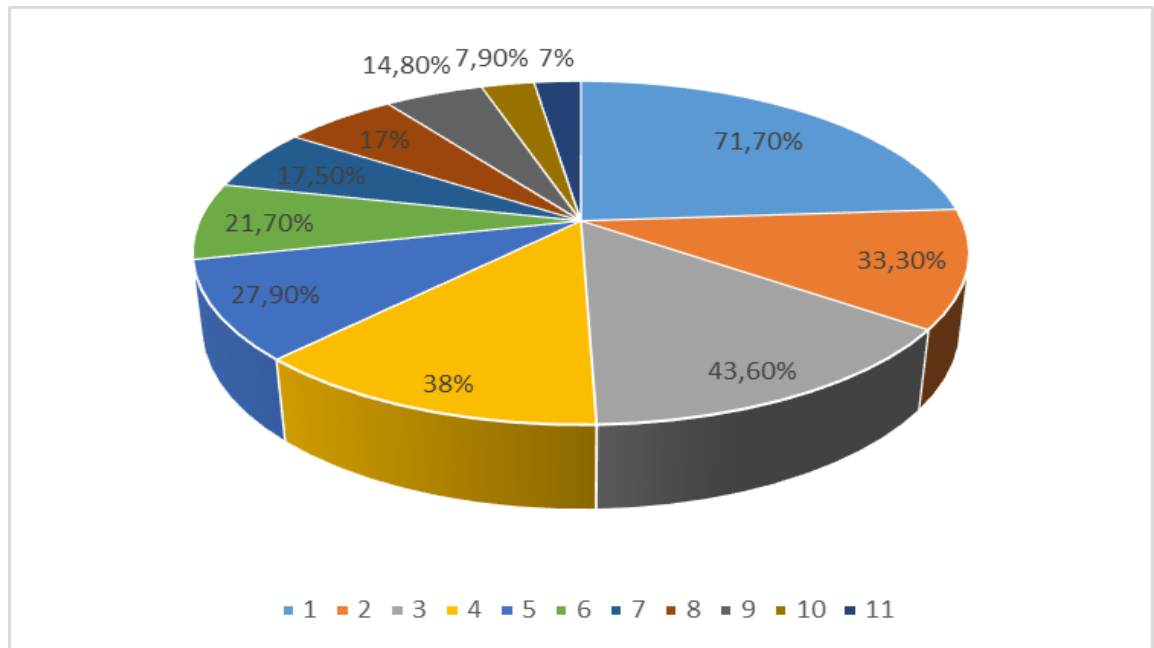
За допомогою спостереження ми визначали силу і стійкість мотивів хлопців до занять футболом. Для цього ми зіставляли вчинки та дії хлопців в простих і складних ситуаціях; їх судження; ефективність виконання завдань; докладання вольових зусиль при їх виконанні; особливості прийняття рішень при виборі альтернатив; тривалість часу, який присвячується певному виду діяльності; пояснення хлопцями причин власної поведінки а також реакцію на поставлене тренером завдання тощо.

За допомогою аналізу документів (журнали відвідування та успішності) ми визначали відвідування учбово-тренувальних занять, для визначення успішності цих хлопців, проаналізували протоколи здачі контрольних нормативів.

Хлопцям ми запропонували розроблений нами опитувальник. Він включав 13 мотивів, які спонукають до систематичного відвідування тренувань. Та 10 причин відсутності бажання відвідувати ці заняття.

У ході дослідження нами було визначено сукупність мотивів, які

спонукають до учбово-тренувальних занять.(Рис.3.1).



*Примітка:*

1 - Прагнення отримати відзнаку; 2 - Хочу поспілкуватись з друзями; 3 - Маю бажання самоствердитись; 4 - Бажання покращити свій фізичний стан; 5 - Цікаве проведення заняття; 6 - Це мій обов'язок; 7 - Отриманий досвід знадобиться мені у майбутньому; 8 - Приваблює особа тренера; 9 - Прагну уникнути неприємностей, покарань; 10 - Відчуваю потребу в рухах; 11 - Перспектива підвищення спортивної майстерності.

**Рис. 3.1. Сукупність мотивів хлопців 10-12 років до занять футболом**

### **1. Мотив “Прагнення отримати відзнаку”**

Цей мотив є результатом діяльності спортсмена. Безпосередньо усвідомлений результат, на який в даний момент скерована дія називається метою. Мета є основним об'єктом уваги людини, спонукальним змістом її свідомості. Вона тісно пов'язана саме із засобами її досягнення. Для 71,7% хлопців 10-12 років цей мотив є метою прояву активності.

### **2. Мотив “Маю бажання самоствердитись”**

Самостверджуватись в цьому напрямку діяльності бажають 43,6% хлопців. Самоствердження викликають мотиви, пов'язані з результатом та метою діяльності, що і визначає напрямок поведінки спортсменів.

### **3. Мотив “Хочу покращити свій фізичний стан”**

Бажають покращити свій фізичний стан 38% футболістів. Також це є свідченням усвідомленості хлопців піклуватись про свій фізичний стан, що є одним із завдань фізичного виховання молоді. Бажання мати високий рівень фізичного стану є важливою умовою формування мотивації систематично відвідувати тренувальні заняття та докладати зусилля під час виконання завдань, оскільки це забезпечує постійне виконання спортсменами тренувального навантаження.

### **4. Мотив “Хочу поспілкуватись з друзями”**

Він є актуальним для 33,3 % хлопців даної групи.

### **5. Мотив “Цікаве проведення заняття”**

Відсутність зацікавленості вимагає від спортсмена підвищеного прояву вольових зусиль. В такому разі, виконання обов'язків стає нудним, рутинним, а результати малоефективними.

Результати досліджень показали, що для 27,9% футболістів даної вікової групи таким мотивом є “Цікаве проведення заняття”.

До ознак зацікавленості відноситься: відвідування тренувальних занять; вибір певної лінії поведінки; прояв вольових зусиль; сумлінне ставлення до виконання завдань не залежно від успіху; добросовісність при виконанні завдань; продуктивність діяльності. А також, пізнавальний інтерес: запитання спортсменів, які намагаються досягнути причинно-наслідкові зв'язки своєї діяльності, зрозуміти значення даного виду для своєї майбутньої праці, засвоїти правила, норми та вимоги такої діяльності; емоційні прояви виражаються в позитивному ставленні до обов'язків, у позитивних переживаннях під час їх виконання. Позитивні переживання спонукають хлопчиків, свідомо чи підсвідомо, до пошуку ситуацій, які забезпечують позитивні емоції, та уникати негативних емоцій; прояви практичної діяльності виражаються в зосередженні уваги учня на поясненні та показі тренера.

### **6. Мотив “Це мій обов'язок”**

Це поняття ототожнюється і є складовою поняття відповідальність.

Цей мотив є причиною прояву активності для 21,7% респондентів.

### **7. Мотив “Отриманий досвід знадобиться мені у майбутньому”**

Даний мотив є регулятором поведінки для 17,5% респондентів. І це стало причиною систематичного відвідування ними занять. Досить невеликий відсоток футболістів цього віку бачить перспективу застосування отриманих знань у своїй майбутній діяльності. Можна припустити, що така ситуація є наслідком економічних, соціальних проблем в галузі фізичної культури і спорту.

Причиною не бажання відвідувати заняття і виконувати поставлені тренером завдання 7,9% опитаних вважають “Отриманий досвід не знадобиться мені у майбутньому”. Ця категорія хлопчаків вже знають, що не пов’яжуть своє життя і діяльність з професією вчителя чи тренера з виду спорту, що відповідно буде позначатись на результаті і спрямованості їх поведінки і діяльності.

### **8. Мотив “Приваблює особа тренера”**

17,0% респондентів зазначає цей мотив. Авторитет тренера складається з таких компонентів як: професіоналізм, статус, моральні якості, стиль керування групою тощо. Ці компоненти визначають ставлення хлопців даного віку як до самого тренера, так і до діяльності, якою він займається.

### **9. Мотив “Прагнення уникнути неприємностей, покарання”**

Такий мотив спонукає до заняття з футболу 14,8% хлопців 10-12 років. Це відчуття є сильним, але не стійким мотивом. У випадку зникнення цього відчуття, яке може бути викликане послабленням контролю з боку тренера (адміністративних структур), є ймовірним зниження активності дітей.

### **10. Мотив “Потреба в руховій активності”**

Цей мотив є рушієм поведінки для 7,9% футболістів 10-12 років. У

навчально-тренувальну діяльність, окрім пізнавальних потреб, входять і потреби діяльнісні.

### **11. Мотив “Перспектива підвищення спортивної майстерності”**

Результати засвідчують, що 7% опитаних сприймають заняття футболом, як можливість підвищення рівня знань, умінь і навичок. Даний мотив дещо перегукується з мотивом “Отриманий досвід знадобиться мені у майбутньому” і витікає з нього.

### **12. Мотив “Хочу бути схожим на свій ідеал”**

Ідеалами можуть виступати як реальні особи (рідні, викладачі, одногрупники), так і літературні герої, відомі спортсмени.

Даний мотив жоден хлопець не обрав із переліку мотивів.

### **13. Мотив “Потреба у змагальності”**

Даний мотив теж ніхто з футболістів даної вікової групи не обрав. Причинами можуть бути: відсутність змагального досвіду та перспективи у змагальній діяльності.

### **Причини пропусків спортсменами секційних занять з футболу.**

На визначення поведінки спортсменів впливають причини (об’єктивні, суб’єктивні) через, які він не може бути присутнім на занятті, або не виконує навчальний план.

В результаті опитування ми з’ясували, що причинами для спортсменів першої групи (які систематично відвідують заняття або мають 10% пропусків) є поважні причини. До таких причин відноситься: домашні проблеми, хвороба.

Мотивація спортсменів до занять футболом першої групи (систематично відвідують заняття та успішно виконують навчальний план).

Ієрархія мотивів футболістів першої групи, визначилась таким чином (Таблиця 3.1.):

Таблиця 3.1.

№	Мотиви
1.	Хочу отримати відзнаку
2.	Отриманий досвід знадобиться мені у майбутньому
3.	Цікаве проведення заняття
4.	Маю бажання самоствердитись
5.	Хочу поспілкуватись з друзями

### 1. Мотив “Хочу отримати винагороду”

Мотив “хочу отримати винагороду” відноситься до мети діяльності. Психологічно мета є тим спонукальним змістом свідомості, який людиною сприймається як безпосередній і найближче очікуваний результат її діяльності. Те що спортсмени цього віку поставили цей мотив на перше місце свідчить, що вони усвідомлюють поставлену перед ними мету навчально-тренувальної діяльності.

### 2. Мотив “Отриманий досвід знадобиться мені у майбутньому”

Домінуючими в ієрархії мотивів, на думку Божовича Л.І., повинні бути внутрішні мотиви, пов’язані із змістом цієї діяльності та її виконанням.

Даний мотив є метою віддаленою. Якщо дитина користується віддаленою метою (отриманий досвід знадобиться мені у майбутньому), то найближчі цілі (бажання отримати залік) розглядає як сходинку на шляху до досягнення головної мети своєї діяльності. Мотив “Отриманий досвід знадобиться мені у майбутньому” відносяться, згідно теорії А.Маслоу, до найвищого рівня потреб – потреба в самореалізації. Отже, позитивним є те, що ця категорія спортсменів має задоволені всі нижчі рівні потреб (фізіологічні, у належності до певної групи, у повазі, визнанні: прагнення до компетентності та незалежності, досягнення успіхів) і прагне до самореалізації, діючи у відповідності до своїх можливостей та намагань.



### 3. Мотив “Цікаве проведення заняття”

Мотив “Цікаве проведення заняття” відіграє першочергову роль у навчальній діяльності людини. Він є одним з найістотніших стимулів до прагнення активно працювати в конкретній галузі, він є одним з важливих чинників творчого ставлення спортсмена до діяльності.

Таке місце розташування цього мотиву, для спортсменів першої групи, свідчить про цікаве для них проведення занять, що не робить його рутинним і монотонним. Ці хлопці мають бажання отримати знання, вміння і навички. Для спортсменів цієї категорії освіта носить ціннісний характер.

В основі цього мотиву лежить потреба в пізнанні, згідно теорії А.Маслоу. Для задоволення цієї потреби спортсмени першої групи прагнуть активно працювати з метою підвищення своєї професійної майстерності.

### 4. Мотив “Маю бажання самоствердитись”

Через виконання завдань, передбачених навчальним планом, хлопці цієї вікової категорії самостверджуються, що свідчить про наявність референтної групи для якої така поведінка є цінністю і нормою.

### 5. Мотив “Хочу поспілкуватись з друзями”

Спілкування є форма психологічного взаємозв'язку людей у процесі їх спільної діяльності [18]. Спілкування на занятті з футболу відбувається між тренером та спортсменами та між самими спортсменами. У ході спілкування досягається взаєморозуміння між людьми. Через нього спільна діяльність організовується, регулюється, збагачується.

Мотивація хлопців до занять з футболу другої групи (які відвідали біля 75% занять). Ієрархія мотивів спортсменів другої групи, визначилась як показано в таблиці 3.2.:

Таблиця 3.2.

## Ієрархія мотивів спортсменів

№	Мотиви
1	Хочу отримати відзнаку
2	Маю бажання самоствердитись
3	Цікаве проведення заняття
4	Хочу поспілкуватись з друзями

## 1. Мотив “Хочу отримати відзнаку”

Ця мета спортсмена тісно пов'язана із засобами її досягнення. Вона має винятково важливе значення для спрямування поведінки, організації його діяльності та постановки ним конкретних завдань. Засобом досягнення цієї мети є виконання навчального плану і є напрямком спрямування активності спортсменів до виконання спортивної діяльності.

## 2. Мотив “Маю бажання самоствердитись”

В процесі навчання і тренування кожен спортсмен відчуває потребу у самоствердженні, але це самоствердження не пов'язане з їх майбутньою професійною діяльністю.

## 3. Мотив “Цікаве проведення заняття”

Інтерес футболістів до занять є необхідною умовою формування в них звички до систематичного відвідування занять та прояву додаткової і значної активності. Аналіз отриманих результатів показує, що для футболістів другої групи характерний прояв активності. Знання футболістів цієї групи, в порівнянні зі спортсменами першої групи дещо відрізняються, що певним чином відображається на результатах вирішення практичних навчальних завдань.

## 4. Мотив “Хочу поспілкуватись з друзями”

Спілкування з друзями базується на симпатіях і приносить емоційне задоволення, яке сприяє зняттю зайвої напруги у дітей,

кращому взаєморозумінню між ними. Важливим тут є психологічна сумісність членів колективу, тобто подібність інтересів і ставлення до діяльності, спільність мети і мотивів, ціннісних орієнтації і потреб його членів.

В попередніх групах причини для пропусків є дещо більше. Окрім поважних причин вони зазначають: не бачать перспектив у підвищенні спортивної майстерності та вказують на погані умови проведення занять (недостатня кількість інвентарю, відсутність засобів гігієни, незручний графік тренувальних занять, невідповідність матеріально-технічної бази до мети та завдань навчально-тренувального процесу).

Ієрархія мотивів хлопців 10-12 років третьої групи (50% і більше пропусків занять, низька успішність при засвоєнні матеріалу, байдужість або негативне ставлення до занять), визначилась таким чином (таблиця 3.3.):

**Таблиця 3.3.**

№	Мотиви
1	Хочу отримати відзнаку
3	Прагну уникнути неприємностей, покарань
4	Маю бажання самоствердитись
5	Хочу поспілкуватись з друзями

#### 1. Мотив “Хочу отримати відзнаку”

Найважливішим спонуканням пізнавальної діяльності, для цієї групи в ієрархії мотивації, є мотив “Хочу отримати відзнаку”, який є усвідомленою необхідністю спортсмена для подальшої спортивної діяльності. Досягнення мети в значній мірі залежить від його можливостей. Якщо людина користується тільки близькою мотивацією, то в неї не може бути перспективи в діяльності. Це свідчить про обмеженість інтересів, або про відсутність принципівості. Ці люди як правило не звикли долати труднощі.

## 2. Мотив “Прагну уникнути неприємностей, покарань”

В основі мотиву “Прагну уникнути неприємностей, покарань” лежить потреба “Уникнення покарання”. Вона проявляється у зовнішній витриманості, зовнішньому дотриманню правил з метою запобігання критики і покарання. За дослідженням Занюка С.С. цей мотив визначається як негативний, оскільки в його основі лежить відчуття страху та тривоги. У випадку зникнення цього відчуття, яке викликане зникненням загрози, активність зводиться до мінімуму, а мотив втрачає свою спонукальну силу [39]. Виконання навчального навантаження обумовлюється покараннями у випадку його не виконання студентом. Аналізуючи вище сказане, можна стверджувати, що поведінка більшості спортсменів цієї групи регулюється тільки за допомогою покарання.

## 3. Мотив “Маю бажання самоствердитись”

Стимулом прояву спортсменами даної групи активності є бажання самоствердитись, і така поведінка повинна схвалюватись і з боку тренера.

## 4. Мотив “Хочу поспілкуватись з друзями”

Вибір хлопцями цього мотиву для пояснення власної поведінки, свідчить про наявність референтної групи в середині колективу, в яку вони хочуть бути прийнятими. Нормою і цінністю для цієї категорії студентів є порушення вимог навчально-тренувального процесу. Очевидно така поведінка в більшості випадків буде визначатись ставленням і поведінкою членів такої референтної групи. Відсутність членів цієї референтної групи призводить до наслідування студентами цієї групи такої поведінки.

Мотивацію спортсменів-футболістів 10-12 років, які мають значний відсоток пропусків занять з СПВ, визначають здебільшого причини пропусків цих занять, а ніж мотиви їх відвідування. Кількість таких причин є більшою ніж у попередніх двох групах. Така поведінка пояснюється здебільшого відсутністю успіхів в цій діяльності,

навчально-тренувальний процес для них є не цікавим.

### **3.2. Програма формування мотивації до занять футболом хлопців 10-12 років**

В основу “Програми формування мотивації у хлопців 10-12 років до занять футболом” покладені знання з педагогіки, психології, теорії і методики фізичного виховання. Вони адаптовані до навчально-тренувального процесу спортсменів цього віку.

Формування стійкої мотивації відбувається за рахунок збільшення сукупності мотивів та підвищення рівня сформованості кожного з цих мотивів, згідно наступної послідовності: перетворення епізодичних, ситуативних, імпульсивних спонукань у стійкі; перетворення потенційних спонукань в актуальні.

Серцевиною формування мотивації спортсменів підліткового віку є переконання, як один з основних аспектів свідомості.

Переконання – це метод виховного впливу, спрямований на свідомість і почуття спортсмена з метою формування у нього свідомого ставлення до навчально-тренувальній діяльності. Засоби переконання - аргументація, порівняння, логіка викладу, звертання до життєвих фактів. Переконання здійснюються у формі бесіди, дискусії, розповіді, пояснення, аналізу ситуацій.

Навіювання (сугестія) – психологічний вплив тренера на спортсмена (прохання, наказ), що має за мету актуалізацію або зміну його установок, ціннісних орієнтацій чи вчинків.

Створення виховних ситуацій – важливий чинник формування відповідальної поведінки. Кожна з таких ситуацій передбачає визначення тренером умов, необхідних для здійснення запланованого, продумування ним своїх дій і поведінки в новій ситуації, виникнення нових почуттів, які зумовлені новою педагогічною ситуацією, і, які

стають підґрунтям нових думок, мотивів поведінки і подолання недоліків.

Метод створення виховних ситуацій застосовується з метою формування навички позитивної поведінки у хлопців; вибору тієї, чи іншої лінії поведінки; розвитку певних особистісних рис.

Прийоми, які використовують для створення виховних ситуацій поділяють на дві групи:

1) творчі прийоми (доброта, увага і піклування, зміцнення віри у власні сили, вияв уміння і переваги викладача, довіра, залучення до цікавої діяльності);

2) гальмівні прийоми (наказ, вияв обурення, натяк, ласкавий докір, іронія, показана байдужість, попередження) [29,30]

Заохочення – це позитивна оцінка навчально-тренувальної діяльності та поведінки спортсмена, яка спрямована на виникнення бажання, активності та зацікавленості у вивченні предмету. Види заохочення: усмішка, допомога, довіра, вдячність, поплескування по спині, похвала, усна подяка, подяка в наказі, нагороди, почесні доручення, лист-подяка батькам, фотографії на стендах, публікації в газетах тощо.

Покарання – це спосіб педагогічного впливу на колектив спортсменів, які негативно ставляться до навчання через безвідповідальність, неорганізованість, недобросовісність порушують правила поведінки та тощо. Результатом дії цього методу є виникнення у студента почуття провини перед собою й іншими людьми.

Заохочення і покарання є стимулами, які дозволяють закріпити хороші звички та зруйнувати й трансформувати погані.

Педагогічна вимога – визначається нормами поведінки хлопців на заняттях з футболу. Вона може виступати певним завданням, яке необхідно виконати.

Привчання є методом організації регулярного і планомірного виконання діяльності, яка спрямована на покращення навчального та спортивного результату.

Метод вправи - багаторазове виконання дій, які призводять до успіху в навчанні і тренуванні, та доведення їх до автоматизму. Метод вправи часто реалізують через виконання доручень.

Методи контролю.

Мотиви можуть з часом змінюватись, тому треба постійно їх контролювати та визначати динаміку цієї зміни. Для цього викладач може користуватись наступними методами: спостереження, опитування (бесіда, анкетування), моделювання ситуацій, методи кількісного і якісного аналізу [27].

Метод спостереження: полягає у цілеспрямованому зборі фактів про діяльність і поведінку спортсменів; про силу і стійкість їх мотивів; про інтерес до занять з футболу.

Аналізуючи дані спостереження тренеру потрібно зіставити вчинки та дії футболістів в простих і складних ситуаціях та ситуаціях вибору; їх судження; ефективність виконання студентами поставлених завдань; докладання ними вольових зусиль при виконанні цих завдань; тривалість часу, який затрачається на виконання поставленого завдання; пояснення причин власної поведінки, а також реакцію на поставлене тренером завдання; ставлення підлітків до виконання завдань не залежно від успіху; добросовісність при виконанні завдань; продуктивність діяльності тощо.

Опитування використовують з метою отримання інформації про рівень мотивації футболістів 10-12 років. Воно проводиться у вигляді бесід та анкетування, усній або письмовій формі.

Бесіда – метод, який слід застосовувати для виявлення поглядів і думок спортсменів, їх ставлення до тренувальної діяльності, розуміння

ними значення отриманих знань, умінь та навичок для себе та професійного становлення.

Для цього тренеру потрібно визначити коло питань, які будуть задані спортсмену, а також спонукати співрозмовника до відвертості. В процесі бесіди питання можуть змінюватися і доповнюватися у відповідності до відповідей. Одночасно тренер повинен спостерігати за характером висловлювання (байдужість чи зацікавленість, впевненість відповіді, інтонація, тембр голосу, паузи), а також за мімікою, жестами, поведінкою респондента, які несуть важливу інформацію про ставлення хлопців 10-12 років до занять футболом.

Анкетування – використовують для визначення сукупності та ієрархії мотивів спортсменів даного віку до занять з футболу. Матеріали бесіди і анкет представляє цінність тоді, коли вони підкріплюються і контролюються іншими методами дослідження.

Метод моделювання ситуацій – це процес створення майбутніх можливих ситуацій. Застосовується при вивченні стійкості мотивів спортсменів в ситуаціях.

Методи кількісного і якісного аналізу. Ці методи використовуються для обробки фактичного матеріалу дослідження.

Реалізація програми здійснюється на основі забезпечення таких педагогічних умов формування мотивації як: демократичний стиль керівництва, доброзичлива атмосфера в колективі, актуалізація відповідального ставлення оточення спортсмену до тренувань, педагогічна майстерність тренера-викладача та його компетентність, авторитет тренера, знання особистості хлопців 10-12 років, оцінка і контроль за рівнем сформованості мотивів.

Окреслення реальності досягнення мети базується на обґрунтованості тренером трьох умов: бажання спортсмена, його можливості, необхідність досягнення мети. Спочатку він повинен усвідомити потребу “Хочу отримати відзнаку”. Після цього формуються



цільові установки: ”Я зможу її отримати, якщо виконаю певні вимоги”. І після цього чітко формується мотив: ”Я повинен оволодіти певними знаннями, уміннями і навичками, які входять в ці вимоги”. Усвідомлення спортсменом необхідності отримати відзнаку, та виконання певних вимог з цієї дисципліни повинен мати сенс для нього.

Для цього викладачу потрібно:

1. Створити уявлення про відповідальність у навчально-тренувальному процесі (познайомити з вимогами дисципліни та обов'язками спортсменів; перенести моральні формули на конкретні життєві ситуації, де футболіст ідентифікує себе з запропонованими героями тощо).
2. Формувати переконання, наскільки важливі для людини знання, вміння і навички з футболу.
3. Аналізувати та оцінювати відповідальні (безвідповідальні) вчинки, оперуючи матеріалом свого предмету.
4. Коректувати поведінку спортсменів за допомогою методів стимулювання та санкцій.
5. Створити доброзичливу атмосферу в колективі.
6. Опиратися на лідера групи при формуванні цінності знань, умінь і навичок отриманих на занятті з СПВ.

Підкріплювати свої слова власним прикладом, що є підґрунтям для наслідування.

До параметрів фізичного стану, які обрали футболісти даного вікового періоду належать: бажання покращити морфологічні показники та рівень розвитку фізичних якостей. Наявність потреби цієї говорить про недостатній рівень їх розвитку.

Позитивні емоції на занятті є умовою успішного виконання дій спрямованих на власне удосконалення. Такими успіхами є покращення

показників фізичного стану, виконання тих завдань, які раніше спортсмен не зміг виконати. Враховуючи це тренеру потрібно:

1. Давати завдання відповідно до їх можливостей.
2. Наочно демонструвати покращення результативності.
3. Створювати умови для прояву самоствердження, самовираження.
4. Акцентувати увагу на покращенні власних результатів.

Важливу роль у вихованні почуття обов'язку відіграє робота викладача щодо засвоєння спортсменами відповідальної поведінки на заняттях з футболу. Результатом привчання є потреба спортсменів норм і вимог відповідальної поведінки, та вироблена звичка діяти відповідально.

Для цього викладач повинен:

1. Нагадувати юним спортсменам їхні обов'язки.
2. Демонструвати норми через реальні дії або їх моделі. На підставі сприйнятого певного вчинку у студента формується образ у всьому багатстві конкретної ситуації. Оскільки він бачить всі етапи вчинку, особливо його результат.
3. Поєднувати систематичне вивчення обов'язків із щоденним привчанням до них. Усвідомлення норм поведінки, відбуватиметься успішніше, якщо воно опирається на відповідну звичну поведінку.
4. Підсилювати вивчення норм та вимог власним прикладом. Адже недотримання вимог, які висуваються старшими, стає причиною негативних наслідків виховного процесу.
5. Контролювати і оцінювати виконання норм і вимог відповідальної поведінки.
6. Підкріплювати позитивну поведінку спортсменів і присікати безвідповідальну.

7. Організація умов для прояву самоствердження, самовираження та самореалізації під час виконання вимог відповідальної поведінки на занятті з футболу.

Спонукає хлопців цього віку переживати радість за відповідальні вчинки, сором - за безвідповідальні.

Мотив уникнення невдачі – це здатність спортсмена відчувати сором або приниження внаслідок невдачі. Це призводить до тривожності, невпевненості в собі, схильності стримувати свою активність у досягнень мети. Їх поведінка носить переважно оборонний характер. Вони частіше захищаються.

Для формування мотиву досягнення успіху потрібно:

1. Чітко окресли мету навчально-тренувальної діяльності.
2. Виховувати такі вольові якості як цілеспрямованість, наполегливість та самостійність.
3. Окреслити шляхи досягнення мети у відповідності до можливостей.
4. Забезпечувати успіх на заняттях з футболу.
5. Викликати відчуття впевненості в результаті виконання завдань.
6. Забезпечити адекватну самооцінку власних можливостей.
7. При оцінюванні результатів виконання завдань більше акцентувати увагу на його позитивні сторони, і менше на допущені ним помилки.
8. Оцінювати старанність і докладання зусиль при виконання завдання.
9. Піддавати аналізу спортсменів своїх помилок, невдач і допомагати знайти шляхи вирішення даної проблеми.
10. Викликати позитивні емоції в навчально-тренувальному процесі (почуття гордості, гідності внаслідок виконання поставлених завдань).

Домінуючим впливом на спортсмена має бути заохочення, а не покарання. Заохочення спрямоване на виклик бажання виконувати вимоги навчально-тренувального процесу, активності та зацікавленості у вивченні дисципліни СПВ.

Причинами виникнення інтересу у можуть бути: бажання отримати нові знання; відчуття своєї значущості; почуття насолоди; думки, які приваблюють ясністю, ефективністю, логічністю; успішна діяльність; думки про життя і майбутню професійну діяльність; вигода; приємна діяльність; творча діяльність; відкриття чого-небудь; складна у виконанні діяльність тощо.

Для підвищення інтересу необхідно здійснювати наступні заходи:

1. Забезпечення такої організації занять, щоб було цікаво всім тим, хто займається.
2. Давати цікаву та нову інформацію.
3. Чітко і логічно подавати матеріал для вивчення.
4. Забезпечувати успішність в діяльності.
5. Показувати залежність майбутньої професії від отриманих знань, вмінь та навичок з футболу.
6. Викликати на занятті позитивні емоції.
7. Включати в програму тренувань творчі завдання.
8. Збагачувати досвід відповідальної поведінки хлопців 10-12 років на заняттях з футболу саме за рахунок збільшення кількості доручень і обов'язків, а також їх складності.
9. Створювати умови для прояву самостійності та ініціативності при виконанні завдань.
10. Ставити конкретні завдання, які студент може виконати на занятті або серії занять.
11. Урізноманювати способи виконання завдань, форми проведення занять.
12. Вкладати особисту зацікавленість у постановку завдань.

13. Проводити регулярний контроль за досягненнями студентів в навчально-тренувальній діяльності.

Обов'язково необхідно створювати умови для прояву самоствердження, самовираження студента.

Для формування потреби у спілкуванні потрібно:

1. Створити сприятливий мікроклімат у колективі (присікати насмішки, прояви агресії та несправедливості, використовувати взаємодопомогу).

2. Присікати і розбирати конфліктні ситуації.

3. Ставити спільну для групи мету і завдання для досягнення і вирішення.

4. Формувати переконання у спортсменів, про важливість отримання для них знань, умінь і навичок з футболу.

5. Створювати умови в яких футболіст буде виступати повноцінним суб'єктом в системі відносин тренер-визованець.

6. Формувати окрім особистісних стосунків в системі спортсмен-спортсмен ще і ділові.

7. Забезпечувати на занятті з футболу емоційне задоволення.

8. Тренеру дотримуватись демократичного стилю керування.

9. Не виділяти з групи студентів «любимчиків» і аутсайдерів.

Успіхи у педагогічній та спортивній діяльності залежать від авторитету тренера. Як показує педагогічний досвід, авторитетний викладач ефективніше впливає на думки, почуття і поведінку. Найвагомішими ознаками авторитету педагога є його моральні якості, професійна компетентність та стиль керівництва [23].

Для професійного проведення заняття з футболу окрім індивідуальних якостей викладача потрібна ще й його компетентність. Тренер з футболу повинен мати добрі знання не тільки в межах дисципліни яку читає, але й з психології, фізіології, анатомії, гігієни,

біохімії тощо, та використовувати міжпредметні зв'язки під час пояснення матеріалу [22,31].

Згідно результатів проведеного нами дослідження помітно, що потреба в самоствердженні мало спонукає спортсменів до активності, або має інший напрямок для прояву. На формуванні цієї тренеру необхідно зосередити увагу.

Для цього потрібно: .

1. Оцінювати успіхи спортсменів або порівнюючи з їхніми колегами, або відносно приросту власних результатів.
2. Показати залежність між їхньою спортивною і педагогічною майстерністю та майбутньою професійною діяльністю.
3. Показати перспективу у навчальній і тренувальній діяльності.
4. Надавати можливість спортсменам для прояву їх самостійності.
5. Віддзеркалювати результати діяльності спортсменів наочно.
6. Збільшити обсяг відповідальності (завдання, доручення, обов'язки), їх кількість та складність.

Ідеал є не тільки ознакою ціннісної орієнтації але й засобом її формування. Враховуючи це, викладач може використовувати ідеал при аналізі поведінки; використовувати його як орієнтир для досягнення мети (співвідносити можливості спортсменів з ідеалом).

Формуючи ідеал потрібно:

1. Знайомити хлопців-футболістів з біографіями відомих людей; влаштовувати зустрічі зі спортсменами, тренерами, які теж починали свою діяльність з подібних умов.
2. Організовувати зустрічі з відомими спортсменами і тренерами, випускниками ХДУ та відповідних кафедр.
3. Створити музей спортивної слави. Залучити спортсменів до поповнення експонатів (кубки, медалі, вирізки з газет, фотодокументи,

вимпели, спортивний інвентар з автографами спортсменів-випускників, що віддзеркалюють життя кафедри).

4. Визначити і проаналізувати співвідношення між вихідним рівнем знань, умінь і навичок спортсмена та ідеалом.

5. Розповіді про ідеальну поведінку (факти, видумана історія, жарт, які є схожими за змістом із вчинком).

Вірогідність успіху залежить від того з ким ви будете змагатися, а також складності цього завдання. Тому доцільно проводити змагання чи порівнювати результат з рівноцінним суперником або з колишнім результатом.

Для формування мотиву «Хочу позмагатись» потрібно:

1. Відзначати не лише кращих при виконанні обов'язків та завдань, але й успіхи всіх причетних у відповідності їх можливостей.

2. Аналізувати і оцінювати виконання спортсменами завдань.

3. Ставити конкретні завдання навчання і посильні для них тренування, про результати котрих можна судити уже в кінці уроку або тренувального мікроциклу.

4. Віддзеркалювати результати діяльності наочно (наприклад, графік динаміки результатів; номінація «кращий спортсмен», «кращий студент»).

5. Контроль за діяльністю футболіста.

6. Прогнозування та планування результатів навчально-тренувальної діяльності студента.

Формування стійкої мотивації відбувається за рахунок збільшення кількості мотивів та підвищення рівня сформованості кожного з цих мотивів. Воно відбувається у наступній послідовності: перетворення епізодичних, ситуативних, імпульсивних спонукань у стійкі; перетворення потенційних спонукань в актуальні.

Реалізація програми здійснюється на основі забезпечення таких педагогічних умов формування мотивації як: демократичний стиль

керівництва, доброзичлива атмосфера в колективі, педагогічна майстерність тренера та його компетентність, актуалізація відповідального ставлення оточення спортсменів-футболістів до тренувань, авторитет, знання особистості спортсмена, оцінка і контроль за рівнем сформованості мотивів.

Результатом сформованості мотивації є: успішність спортсмена у навчанні і тренуванні; його позитивне ставлення учбово-тренувальних занять; зацікавленість ними; систематичне відвідування занять; докладання вольових зусиль при виконанні завдань тренера; створення спортсменом належних умов для здобуття знань, умінь і навичок з футболу.



## ВИСНОВКИ

1. Проаналізувавши науково-методичну літературу, можна стверджувати, що виховання у дітей мотивації до самовдосконалення буде ефективним лише за умови засвоєння ними системи знань про фізичну культуру та спорт, здоровий спосіб життя та використовувати це під час занять фізичними вправами. Лише такі знання впливатимуть на мотиви та потреби учнів. Сам інтерес до систематичних занять фізичною культурою та спортом виховується в результаті сформованих певних внутрішніх мотивів занять спортивною діяльністю. Мотивація є більше ефективною, у поєднанні з мотиваційним стимулюванням та використання якомога більшого спектру фізкультурно-спортивних засобів. Формуючи нову людську особистість, тренерська команда може ефективно справлятися з викликами, які стоять перед нею, якщо вони є згуртованим і цілеспрямованими, здатними об'єднати та спрямовувати на спортсмена позитивний вплив школи та оточення гравців.

2. Мотивами до навчальної діяльності були: “Прагнення отримати відзнаку” (71,7%); “Хочу поспілкуватись з друзями” (33,3%); “Маю бажання самоствердитись” (43,6%); “Бажання покращити свій фізичний стан” (38%); “Цікаве проведення заняття” (27,9%); “Це мій обов’язок” (21,7%); “Отриманий досвід знадобиться мені у майбутньому” (17,5%); “Приваблює особа тренера” (17%); “Прагну уникнути неприємностей, покарань” (14,8%); “Відчуваю потребу в рухах” (7,9%); “Перспектива підвищення спортивної майстерності” (7%).

Ієрархія мотивів спортсменів до занять футболом, які систематично відвідують ці заняття та успішно виконують навчальний план визначилась таким чином: 1 місце – “Хочу отримати відзнаку”; 2 місце – “Отриманий досвід знадобиться мені у майбутньому”; 3 місце – “Цікаве проведення заняття”; 4 місце – “Маю бажання самоствердитись”; 5 місце – “Хочу поспілкуватись з друзями”.

Ієрархія мотивів футболістів 10-12 років, які мають 75%

пропущених занять визначилась таким чином: 1 місце – “Хочу отримати відзнаку”; 2 місце – “Маю бажання самоствердитись”; 3 місце – “Цікаве проведення заняття”; 4 місце – “Хочу поспілкуватись з друзями”.

Ієрархія мотивів спортсменів до занять футболом, у яких є 50% і більше пропусків занять з СПВ визначилась таким чином: 1 місце – “Хочу отримати відзнаку”; 2 місце – “Прагну уникнути неприємностей, покарань”; 3 місце – “Маю бажання самоствердитись”; 4 місце – “Хочу поспілкуватись з друзями”.

3. Була розроблена програма на основі таких педагогічних умов формування мотивації як: демократичний стиль керівництва, доброзичлива атмосфера в колективі, актуалізація відповідального ставлення оточення спортсменів-футболістів до тренувань, педагогічна майстерність тренера та його компетентність, авторитет, знання особистості спортсмена, оцінка і контроль за рівнем сформованості мотивів.

Результатом сформованості мотивації є: успішність спортсмена у навчанні і тренуванні; його позитивне ставлення учбово-тренувальних занять; зацікавленість ними; систематичне відвідування занять; докладання вольових зусиль при виконанні завдань тренера; створення спортсменом належних умов для здобуття знань, умінь і навичок з футболу.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Алексеева М. І., Дригус М. Т. Дослідження мотиваційної сфери особистості підлітка // Вивчення особистості підлітка. К., 1994. 128 с.
2. Арефьев В.Г., Єдинак Т.А. Фізична культура в школі (молодому спеціалісту). Кам'янець-Подільський: Абетка-Нова, 2001. С. 141-143.
3. Безверхня Г. В. Формування мотивації до самовдосконалення учнів загальноосвітніх шкіл засобами фізичної культури і спорту: метод. реком. Умань: Вид-во УДПУ ім. П. Тичини, 2003. 52 с.
4. Буряк В.К. Про мотивацію навчання старшокласників // Рідна школа. 1994. № 1. С. 36-37.
5. Волков Л.В. Теорія і методика дитячого та юнацького спорту. К.: Олімпійська література. 2002. 294 с.
6. Гнітецький Л. Шляхи формування потреби у заняттях фізичними вправами у дітей молодшого шкільного віку. // Молода спортивна наука України: Збірник наукових статей в галузі фізичної культури та спорту. Львів: ЛДІФК, 2000. Випуск 4. 358с.
7. Гринь О. Р. Психологічне забезпечення та супровід підготовки кваліфікованих спортсменів : навч. посіб. Київ : Олімп. літ., 2015. 276 с.
8. Дрюков В. А. Підготовка спортсменів високої кваліфікації в чотирирічних олімпійських циклах. Київ: Наук. світ, 2002. 240 с.
9. Занюк С. С. Мотиваційний тренінг. Формування мотивації учбової діяльності у студентів та старшокласників // Практична психологія та соціальна робота. 2003. № 9-10. С. 74-83.
10. Занюк С. С. Психологія мотивації : навч. посібн. К.: Либідь, 2002. 304 с.
11. Занюк С. С. Психологія мотивації та емоції: навч. посібн. для студ. гуманітарних фак-тів ВНЗ Луцьк: РВВ Волинського держ. ун-ту ім. Лесі Українки, 1999. 180 с.
12. Зварищук О.М. Категорія «відповідальності» та її прояв в процесі фізичного виховання старшокласників // Молода спортивна наука

- України: Зб. наук. статей галузі фіз. культури та спорту. Л.: ЛДДФК, 2000. Вип. 4. С. 162-163.
13. Козіна Ж. Л. Індивідуалізація підготовки спортсменів в ігрових видах спорту : монографія. Харків: Точка, 2009. 396 с.
14. Коробейніков Г. В. Оцінювання психофізіологічних станів у спорті: монографія. Львів: ЛДУФК, 2013. 312 с.
15. Костюкевич В. М. Управління тренувальним процесом футболістів у річному циклі підготовки. Київ: КНТ, 2016. 683 с.
16. Круцевич Т. Ю. Програма «Фізична культура для загальноосвітніх навчальних закладів. 5-11 класи» авт. Т. Ю. Круцевич та ін., (лист МОН від 01.07.2009 № 1/11-4630).
17. Матвеев Л.П. Основи загальної теорії спорту і системи підготовки спортсменів: Навч. посіб. К.: Олімпійська література, 1999. 318 с.
18. Ніколаєнко В.В, Лисенчук Г.О., Повисший Н.Ф., Біг Г.В., Орехов О.Б. Футбол. Навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву. К.,1995- 177с.
19. Палеха Ю.І., Герасимчук В.І., Шиян О.М. Основи психології та педагогіки: Навч. - метод. посіб. 2-ге вид., доп.-К.: Вид-во Європ. Ун-ту, 2001. 164 с.
20. Петровська Т. В. Майстерність спортивного педагога: навч.-метод. вид. Київ, 2004. 104 с. 234
21. Попов А. Шкільний футбол як складова масового спорту України // Фіз. виховання в школі. 2000. №2. С. 2-4.
22. Проценко Г. В. Стиль спілкування тренера як фактор успішності сумісної діяльності у спортивній команді (на прикладі юних волейболісток): автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з фізич. виховання і спорту: 24.00.01 «Олімпійський і професійний спорт». Київ, 2010. 20 с.

23. Романенко А., Джус О., Догадин Н. Книга тренера по футболу. К.: Здоровья, 1988. 253 с.
24. Романенко В.А. Рухові здібності людини. Донецьк: Новий світ. УК Центр, 1999. 200 с.
25. Русинка І. І. Психологія: навч. посіб. Київ: Знання, 2007. 367 с.
26. Савиченко О. М. Ціннісно-мотиваційна регуляція розвитку спортивних здібностей у юнацькому віці: дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук: спец. 19.00.07 «Вікова та педагогічна психологія». Житомир, 2009. 259 с.
27. Савчин М.В. Загальна психологія: Навч. посібник: У 2 ч. Дрогобич: Видавнича фірма «Відродження», 1998. Ч. 1. 159 с.
28. Савчин М.В. Педагогічна психологія: Навчальний посібник. Дрогобич: Видавнича фірма «Відродження», 1998. 142 с.
29. Соломонко В.В., Лисенчук Г.А., Соломонко О.В. Футбол //Підручник для студентів вищих учбових закладів фізичного виховання і спорту. К.: Олімпійська література. 1997. 228с.
30. Столітенко В. Впровадження третього уроку фізкультури з футболу в Приморському районі Запорізької області// Фіз. Виховання в школі 2000. №1. С.2-4.
31. Теорія і методика фізичного виховання / За ред. Т.Ю.Круцевич. К.: Олімпійська література, 2008. Т.1. 391 с.
32. Теорія і методика фізичного виховання / За ред. Т.Ю.Круцевич. К.: Олімпійська література, 2008. Т.2. 422 с.
33. Фалес Й.Г., Огерчук О.Ф., Колобич О.В., Дулібський А.В. Ігри та ігрові вправи техніко-тактичного характеру в підготовці футболістів. Львів: ВКП фірми ВМС, 1998. 112 с.
34. Худолій О. М. Загальні основи теорії та методики фізичного виховання. Харків: ОВС, 2007. 406 с.
35. Шалар О. Г. Лекції з курсу «Психологія фізичного виховання та спорту»: навч.-метод. посіб. для студ. спец. фізична культура. Херсон:

ХДУ, 2005. 212 с.

36. Шалар О. Г. Організація та проведення комплексної контрольної роботи з дисципліни «Психологія фізичної культури». Печатное слово. Херсон: ХГУ, 2005. № 2/13. С. 49–53.

37. Шамардин В.Н., Савченко В.Г. Футбол. Днепропетровск. 1997. 237 с.

38. Шамардіна Г. М. Основи теорії та методики фізичного виховання Дніпропетровськ: Дріан, 2007. 486 с.

39. Шапар В. Б. Психологічний тлумачний словник. Харків: Прапор, 2004. 640 с.

40. Шиян Б. М. Теорія і методика наукових досліджень у фізичному вихованні та спорті : навч. посіб. Тернопіль: Навч. книга Богдан, 2008. 276 с.

41. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Частина 1. Тернопіль: Навчальна книга Богдан, 2008. 272 с.

42. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів: У 2 ч. Т.: Навчальна книга Богдан, 2002. Ч.2. 248 с.

43. Шиян Б.М., Папуша В.Г. Теорія фізичного виховання. Тернопіль: ЗБРУЧ, 2000. 183 с.

## **ДОДАТКИ**

**Оцінка мотивації хлопців 10-12 років до занять футболом**

Для систематичного відвідування спортсменами учбово-тренувальних потрібно мати стійку мотивацію. Тобто, сукупність мотивів, які спонукали до відвідування занять за будь-яких умов. Тому метою нашого дослідження є визначення мотивації та причини її відсутності у хлопців, що займаються футболом, віком 10-12 років

Інструкція. Вам запропоновані судження, які можуть бути і Вашими мотивами до систематичних занять футболом. Поставте позначку у клітинках навпроти суджень, які співпадають з Вашими мотивами.

**Я відвідую спортивну секцію з футболу, тому що:**

- Хочу отримати відзнаку.
- Отриманий досвід знадобиться мені у майбутньому.
- Цікавість проведення заняття.
- Приваблює особа тренера.
- Є перспектива підвищення спортивної майстерності.
- Хочу покращити свій фізичний стан (фізичний розвиток, фізичну підготовленість).
- Хочу поспілкуватись з друзями.
- Хочу бути схожим на свій ідеал.
- Маю потребу самоствердитись.
- Прагну уникнути неприємностей, покарань.
- Відчуваю потребу в рухах.
- Це мій обов'язок.
- Хочу позмагатись

Ваш варіант \_\_\_\_\_



**Я пропускаю заняття спортивній секції з футболу, тому що:**

- Не впевнений, що отриманий досвід знадобиться мені у майбутньому.
- Тренер не звертає на мене увагу.
- Не можу порозумітись з тренером.
- Не бачу перспективи у підвищенні спортивної майстерності.
- Не бачу успіхів у своїх результатах.
- Я не почуваю себе комфортно в цьому колективі.
- Так роблять мої друзі.
- З поважних причин.
- Погані умови для проведення заняття.
- Не цікаве проведення заняття.

Ваш варіант \_\_\_\_\_

Дякуємо Вам за допомогу!

**Додаток Б****Визначення ієрархії мотивів хлопців 10-12 років до занять  
футболом**

Стійкість і напрям поведінки спортсменів до навчально-тренувальної діяльності, залежить від місцезрештування мотиву у структурі їх мотивації (ієрархії мотивів).

Для визначення ієрархії мотивів хлопців 10-12 років до занять футболом потрібно зазначити навпроти кожного мотиву та причин пропусків занять у клітинці місце, відповідно до значущості цього мотиву для вас.

Тому метою нашого дослідження є визначення мотивації та причини їх відсутності у хлопців 10-12 років до занять футболом, найбільш важливому об'єкту найвищий (перший ранг), найменш значущому – останній ранг.

**Я відвідую заняття у з футболу, тому що:**

- Хочу отримати відзнаку.
- Отриманий досвід знадобиться мені у майбутньому.
- Цікавість проведення заняття.
- Приваблює особа тренера.
- Є перспектива підвищення спортивної майстерності.
- Хочу покращити свій фізичний стан (фізичний розвиток, фізичну підготовленість).
- Хочу поспілкуватись з друзями.
- Маю потребу самоствердитись.
- Прагну уникнути неприємностей, покарань.
- Відчуваю потребу в рухах.
- Це мій обов'язок.

Ваш варіант \_\_\_\_\_

**Я пропускаю заняття з футболу, тому що:**

- Не впевнений, що отриманий досвід знадобиться мені у майбутньому.
- Викладач не звертає на мене увагу.
- Не можу порозумітись з викладачем.
- Не бачу перспективи у підвищенні спортивної майстерності.
- Не бачу успіхів у своїх результатах.
- Я не відчуваю себе комфортно в цьому колективі.
- Так роблять мої друзі.
- З поважних причин.
- Погані умови для проведення заняття.
- Не цікаве проведення заняття.

Ваш варіант \_\_\_\_\_

Дякуємо Вам за допомогу!