

УДК 378.014-796.814

DOI <https://doi.org/10.32840/1992-5786.2021.74-1.25>**П. Ф. Рибалко**

доктор педагогічних наук, доцент,  
доцент кафедри теорії та методики фізичної культури  
Сумського державного педагогічного університету імені А. С. Макаренка

**О. С. Хоменко**

кандидат наук з фізичного виховання і спорту, заслужений тренер України,  
старший викладач кафедри фізичного виховання  
Сумського національного аграрного університету

**В. Л. Жуков**

доцент кафедри теорії та методики фізичної культури  
Сумського державного педагогічного університету імені А. С. Макаренка

**С. В. Чередніченко**

заслужений працівник фізичної культури і спорту України, заслужений тренер України,  
доцент кафедри теорії та методики фізичної культури  
Сумського державного педагогічного університету імені А. С. Макаренка

**А. В. Леоненко**

кандидат педагогічних наук,  
доцент кафедри теорії та методики фізичної культури  
Сумського державного педагогічного університету імені А. С. Макаренка

## ФОРМУВАННЯ ПРОФЕСІЙНИХ КОМПЕТЕНТНОСТЕЙ В ОДНОБОРЦІВ ВИСОКОЇ КВАЛІФІКАЦІЇ В УМОВАХ ЗНАЧНОГО ПСИХОФІЗИЧНОГО НАВАНТАЖЕННЯ

*Відповідно до аналітичних звітів провідних фахівців-однборців у напрямі вдосконалення рівня спортивної майстерності (удосконалення ключових професійних компетентностей) простежується важливість формування психофізичної компетентності однборців щодо змагальної діяльності на різних етапах їхньої багаторічної підготовки. Конструювання ефективних та функціональних педагогічних моделей забезпечить формування необхідних прикладних компетентностей у бойових самбістів різної кваліфікації, що підвищить їхню спортивну кваліфікацію.*

*Головною метою дослідження є конструювання й апробація змістово-функціональної моделі формування професійних компетентностей у бойових самбістів високої кваліфікації в умовах значного психофізичного навантаження.*

*Під час дослідно-експериментальної роботи використані такі методи дослідження: аналіз і узагальнення результатів науково-методичної, спеціальної, навчально-методичної, довідкової літератури і відповідних напрямів дослідження інтернет-ресурсів, інструментальні методи дослідження, експертна оцінка, відеоаналіз, сучасні методики математико-статистичної обробки даних, психофізіологічний аналіз та інші.*

*З метою апробації розробленої членами науково-дослідної групи педагогічної моделі (рисунок 1) у системі їхньої багаторічної підготовки проведено педагогічний експеримент. У дослідженні взяли участь бойові самбісти високої кваліфікації ( $n = 12$  осіб). Досліджуваних однборців було розподілено на контрольну групу ( $K_g$ ,  $n = 6$  осіб) та експериментальну групу ( $E_g$ ,  $n = 6$  осіб). До початку педагогічного експерименту досліджувані самбісти за рівнем сформованості психофізичної готовності й основних ключових компетентностей, зазначених вище, достовірно не відрізнялися ( $P \geq 0,05$ ).*

*Під час педагогічного експерименту досліджувані самбісти контрольної групи використовували традиційну методику формування ключових професійних компетентностей, зокрема і психофізичної компетентності, яка передбачена відповідними нормативно-правовими документами та навчальними програмами організації системи багаторічної підготовки однборців. Досліджувані бойові самбісти експериментальної групи додатково використовували розроблену нами змістово-функціональну модель.*

*У результаті порівняння показників до та після використання запропонованої нами педагогічної моделі встановлено, що результати, отримані наприкінці педагогічного експерименту в досліджуваних групах, суттєво підвищилися порівняно з вихідними даними, ці відмінності в основному достовірні ( $E_g$ ,  $P \leq 0,05$ ).*

**Ключові слова:** *однборства, педагогічна модель, професійні компетентності, психофізичні якості, самбісти, фізичне навантаження.*

**Постановка проблеми.** Професійні компетентності одноборців є важливою сутнісною характеристикою, від якої залежить спортивний результат, показаний ними під час участі у змаганнях різних рангів. Нині важливе вдосконалення професійних компетентностей одноборців, зокрема бойових самбістів високої кваліфікації, у системі їх багаторічної підготовки в напрямі використання ними ефективних педагогічних технологій.

Варто зауважити, що боротьба самбо (спортивний та бойовий розділи) є службово-прикладним видом спорту, який культивується в системі професійної підготовки представників різних силових структур та спеціальних служб України, тому високі професійні компетентності самбістів, у разі крайньої необхідності, забезпечують їхню готовність (готовність різних груп населення) до захисту України. У свою чергу, конструювання ефективних та функціональних педагогічних моделей забезпечить формування необхідних прикладних професійних компетентностей у самбістів різної кваліфікації. Зазначене вище підкреслює актуальність обраного напрямку наукової розвідки.

Дослідження виконано відповідно до планів науково-дослідної роботи кафедри теорії та методики фізичної культури Сумського державного педагогічного університету імені А.С. Макаренка (2019–2020 рр.).

#### **Аналіз останніх досліджень і публікацій.**

Аналіз науково-методичної та спеціальної літератури (1 етап дослідження, жовтень – листопад 2019 р.) у напрямі організації системи багаторічної підготовки одноборців дозволив нам визначити низку науковців: А.Ф. Алексєєва, К.В. Ананченка, Н.В. Бойченко, Ю.А. Бріскіна, К.А. Бугаєвського, О.В. Задорожної, О.В. Косинцева, Г.О. Огаря, А.М. Окопного, М.П. Пітина, О.Ю. Согора й інших учених. Варто зазначити, що наукові теорії та практичні рекомендації згаданих вище вчених є корисними для впровадження їх у систему багаторічної підготовки одноборців.

Під час подальшого аналізу спеціальної науково-методичної літератури нашу увагу привернули роботи: О.О. Волошина [1], Л.А. Рубан, О.В. Хацаюка, О.А. Яреценка [2], Н.Л. Височіної, А.А. Дяченка [3], інших учених і практиків: Г.М. Бойка, В.А. Любієвої, Т.П. Малихіної, Т.М. Мальцева, І.О. Наконечного, О.І. Підлужняка, М.Г. Самойлова, Н.Д. Стеценка, О.О. Хацаюк, Ю.Г. Циби, О.І. Чалої, які за своєю сутнісною характеристикою та змістом розкривають особливості використання сучасних ефективних систем, функціональних комплексів та педагогічних технологій, що забезпечує розвиток і вдосконалення спеціальної фізичної підготовленості, а також психологічної стійкості одноборців (ключові професійні компетентності) у змодельованих умовах значного психофізичного навантаження.

У наукових працях В.Ю. Бикова, О.В. Овчарука [4], К.В. Ананченка [5], С.С. Забродського, О.С. Нестерова [6], інших учених і практиків: Л.А. Башмаківської, О.В. Вартанова, І.О. Капко, В.Б. Климовича, О.В. Крекеш-Попової, С.А. Лазоренка, Л.Л. Лисенка, Р.А. Науменко, А.О. Одерова, Д.В. Хассая, В.А. Шемчука, висвітлені актуальні питання впровадження в систему професійної освіти (система багаторічного тренування одноборців) ефективних педагогічних методик і технологій (педагогічні моделі), які забезпечують формування стійких професійних компетентностей у представників різних груп населення.

Отже, нами встановлено, що питанням розроблення та впровадження в систему багаторічної підготовки одноборців сучасних ефективних педагогічних моделей присвячено недостатню кількість робіт. Більшість із яких застарілі та потребують модернізації відповідно до вимог сьогодення (багаторічний досвід змагальної діяльності), що потребує подальших наукових розвідок та підкреслює актуальність і практичну складову частину обраного напрямку дослідження.

**Мета статті.** Головною метою цієї роботи є конструювання й апробація змістово-функціональної моделі формування професійних компетентностей в одноборців високої кваліфікації (на прикладі боротьби самбо) в умовах значного психофізичного навантаження.

Для досягнення мети дослідження планувалося вирішити такі завдання:

- провести моніторинг науково-методичної та спеціальної літератури (інтернет-ресурси) у напрямі організації системи багаторічної підготовки одноборців;

- визначити ефективні системи, функціональні комплекси та педагогічні технології, які забезпечують розвиток і удосконалення спеціальної фізичної підготовленості та психологічної стійкості одноборців у змодельованих умовах значного психофізичного навантаження;

- здійснити аналіз науково-методичних джерел у напрямі впровадження в систему професійної освіти (система багаторічного тренування одноборців) ефективних педагогічних методик і технологій (педагогічні моделі), які забезпечують формування стійких професійних компетентностей у представників різних груп населення;

- сконструювати й апробувати педагогічну модель формування професійних компетентностей у самбістів високої кваліфікації (бойовий розділ) в умовах значного психофізичного навантаження.

Методи дослідження: аналіз і узагальнення результатів науково-методичної, спеціальної, довідкової літератури і відповідних напрямку дослідження інтернет-джерел, інструментальні методи дослідження, експертна оцінка, відеоа-

наліз, сучасні методики математико-статистичної обробки даних, психофізіологічний аналіз тощо.

**Виклад основного матеріалу.** Дослідження організовано в період 2019–2020 рр. на базі Харківської обласної організації ФСТ «Динамо». З метою якісної організації дослідження створено науково-дослідну групу, до складу якої були залучені провідні вчені та практики обраного нами напряму наукової розвідки (П.Ф. Рибалко, О.В. Хацаюк, В.В. Капустін, О.С. Хоменко, В.Л. Жуков, С.В. Чередніченко, А.В. Леоненко).

Відповідно до аналізу спеціальної науково-методичної літератури й інтернет-ресурсів нами було сконструювано змістово-функціональну модель формування професійних компетентностей у самбістів високої кваліфікації (бойовий розділ) в умовах значного психофізичного навантаження (рис. 1). Очікувалося, що зазначена вище педагогічна модель сприятиме не лише формуванню ключових професійних компетентностей самбістів (техніко-тактична підготовленість, теоретична підготовленість, спеціальна фізична підготовленість тощо), але й формуванню високого рівня психофізичної готовності до змагальної діяльності в різних варіативних умовах сутички із супротивником.

З метою апробації розробленої нами педагогічної моделі (рис. 1) проведено педагогічний експеримент (3 етап дослідження, січень – листопад 2020 р.). У дослідженні взяли участь бойові самбісти ХОО ФСТ «Динамо» високої кваліфікації ( $n = 12$  осіб, серед них 4 спортсменів 1-го спортивного розряду; 6 – КМСУ, 2 – МСУ з бойового самбо). Досліджуваних бойових самбістів було розподілено на контрольну групу (далі – Кг) ( $n = 6$  осіб) та експериментальну групу (далі – Ег) ( $n = 6$  осіб). До початку педагогічного експерименту досліджувані однокорці за рівнем сформованості психофізичної готовності й основних ключових компетентностей достовірно не відрізнялися ( $P > 0,05$ ).

Під час педагогічного експерименту досліджувані самбісти Кг використовували традиційну методику формування ключових професійних компетентностей, зокрема і психофізичної компетентності, що передбачено відповідними нормативно-правовими документами та навчальними програмами організації системи багаторічної підготовки однокорців, бойових самбістів, членів збірних команд областей.

Досліджувані бойові самбісти Ег додатково використовували розроблену нами змістово-функціональну модель (рис. 1). Методологія використання розробленої нами змістово-функціональної моделі передбачала використання під час тренувань спеціального алгоритму (рис. 2).

Крім цього, під час практичного відпрацювання тренувальних завдань нами акцентувалася увага на побудові тактичних схем ведення змагальної сутички з різними супротивниками (бралися до уваги їхні

індивідуально-типологічні особливості) на тлі втоми (значне психофізичне навантаження). Виконання тренувального завдання відповідно до плану дослідження оцінювалося за чотирибальною шкалою, де «5» – максимальний бал, а «2» – найнижчий бал. Обов'язковою умовою реалізації поставлених перед нами завдань було проведення постійного педагогічного контролю на всіх етапах дослідження. Це дозволяло своєчасно вносити корективи у тренувальні програми та функціональні комплекси.

Наприкінці педагогічного експерименту відповідно до плану дослідження було проведено визначення рівня сформованості професійних компетентностей, які забезпечують високу та стабільну змагальну діяльність досліджуваних бойових самбістів Кг та Ег в умовах значного психофізичного навантаження (рис. 3).

У результаті порівняння показників до та після використання запропонованої нами педагогічної моделі встановлено, що результати, отримані наприкінці педагогічного експерименту в досліджуваних групах, суттєво підвищилися порівняно з вихідними даними, ці відмінності в основному достовірні (Ег,  $P \leq 0,05$ ).

**Висновки і пропозиції.** Отже, головна мета дослідження – конструювання й апробація змістово-функціональної моделі формування професійних компетентностей в однокорців високої кваліфікації (на прикладі боротьби самбо, бойовий розділ) в умовах значного психофізичного навантаження – досягнена, а завдання виконані.

Відповідно до результатів дослідження встановлено, що акцентоване використання розробленого нами тренувального алгоритму / плану забезпечило підвищення функціональної готовності та психологічної стійкості до змагальної діяльності на тлі втоми та значного психофізичного навантаження досліджуваних бойових самбістів Ег, що підтверджується відповідними показниками змагальної діяльності. Результати дослідження впроваджені у тренувальний процес бойових самбістів, членів збірної команди ХОО ФСТ «Динамо» та здобувачів вищої освіти Сумського державного педагогічного університету імені А.С. Макаренка, які займаються повноконтактними однокорствами.

Членами науково-дослідної групи пропонується використання спеціальних психофізичних та функціональних комплексів у системі багаторічної підготовки однокорців, які забезпечують формування в них стійких психофізіологічних компетентностей у різних варіативних умовах тренувальної діяльності в системі їх багаторічної підготовки. Перспективи подальших досліджень у зазначеному напрямі передбачають удосконалення техніко-тактичної підготовленості бойових самбістів до ведення змагальної сутички в положенні лежачи з акцентованим використанням больових прийомів та прийомів задушення.

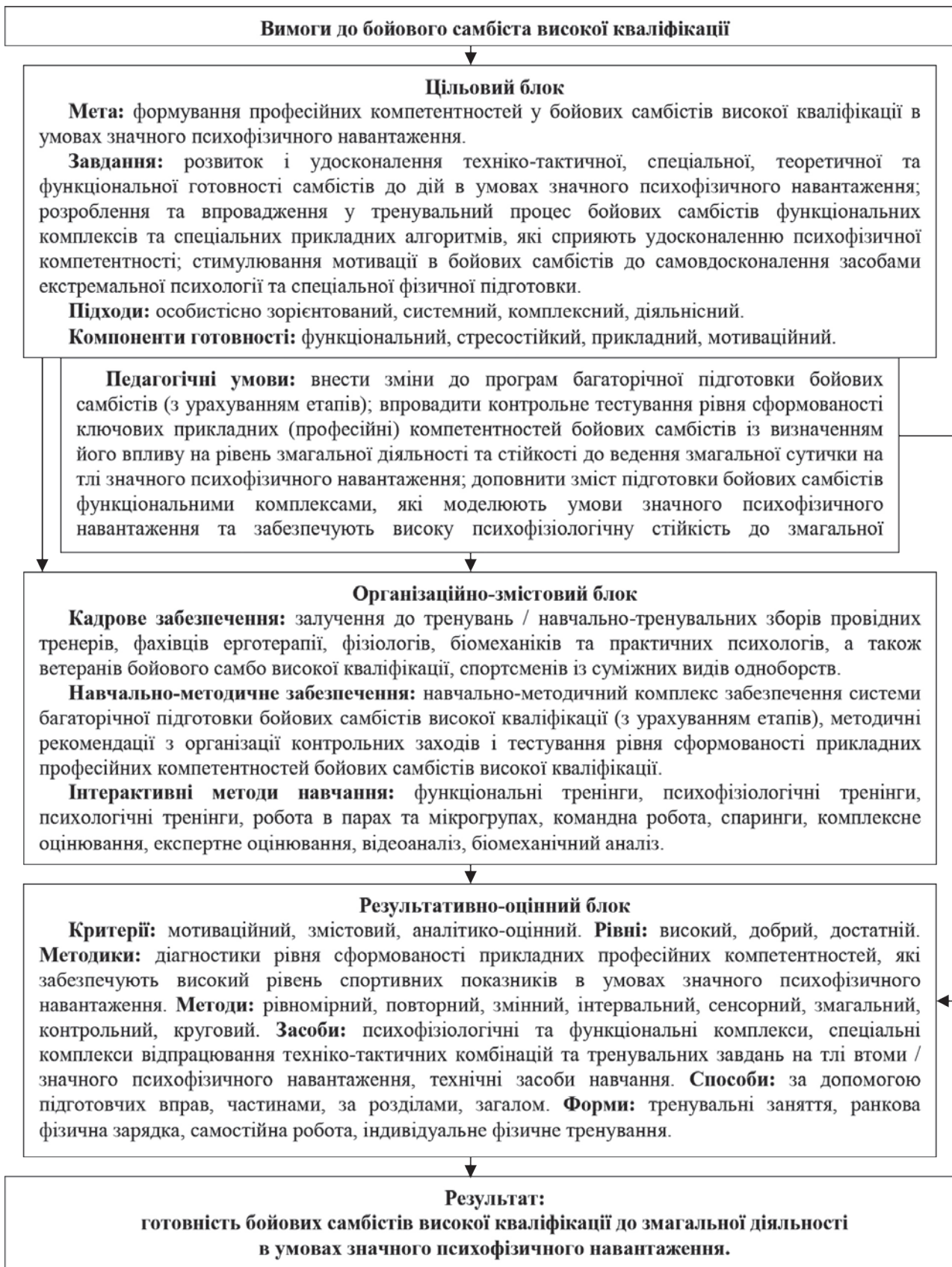


Рис. 1. Змістово-функціональна модель формування професійних компетентностей у бойових самбістів високої кваліфікації в умовах значного психофізичного навантаження

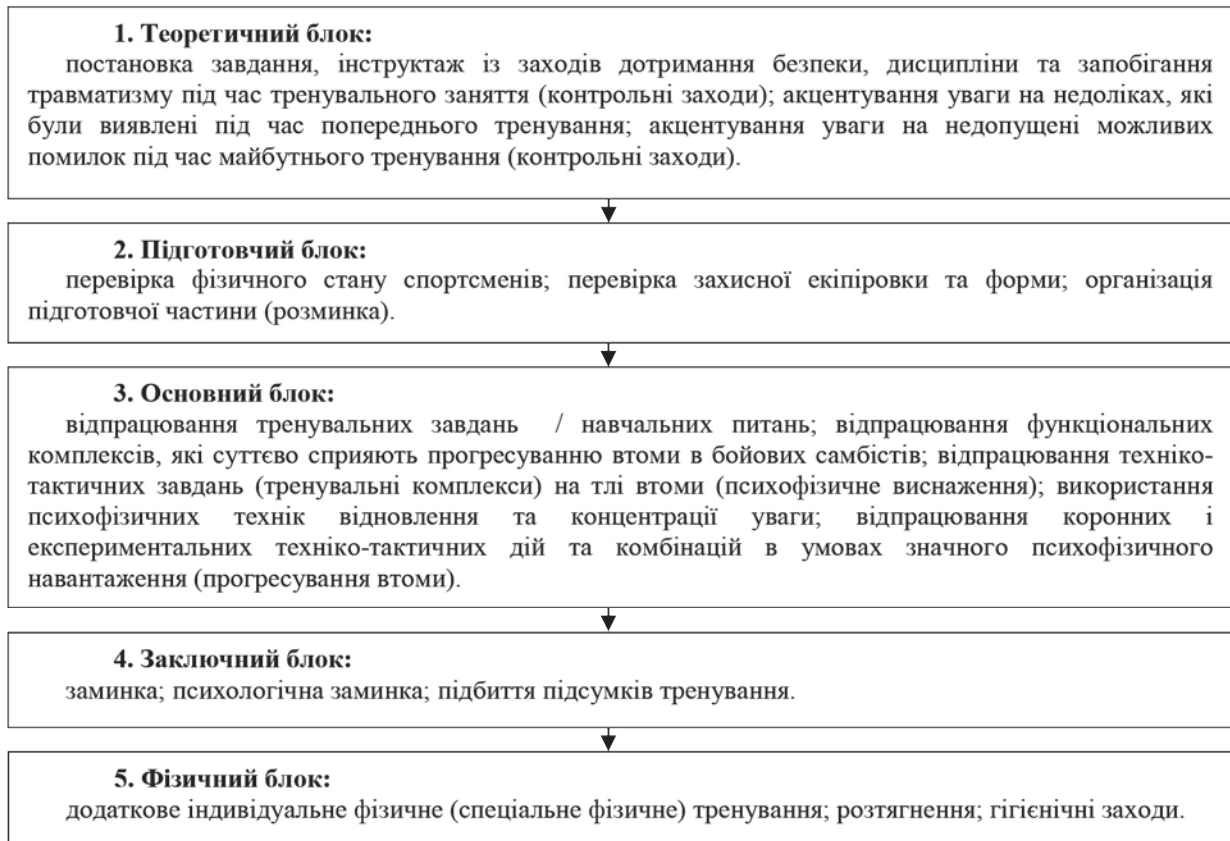


Рис. 2. Алгоритм моделювання умов психофізичного навантаження під час тренувального заняття в досліджуваних бойових самбістів Ег

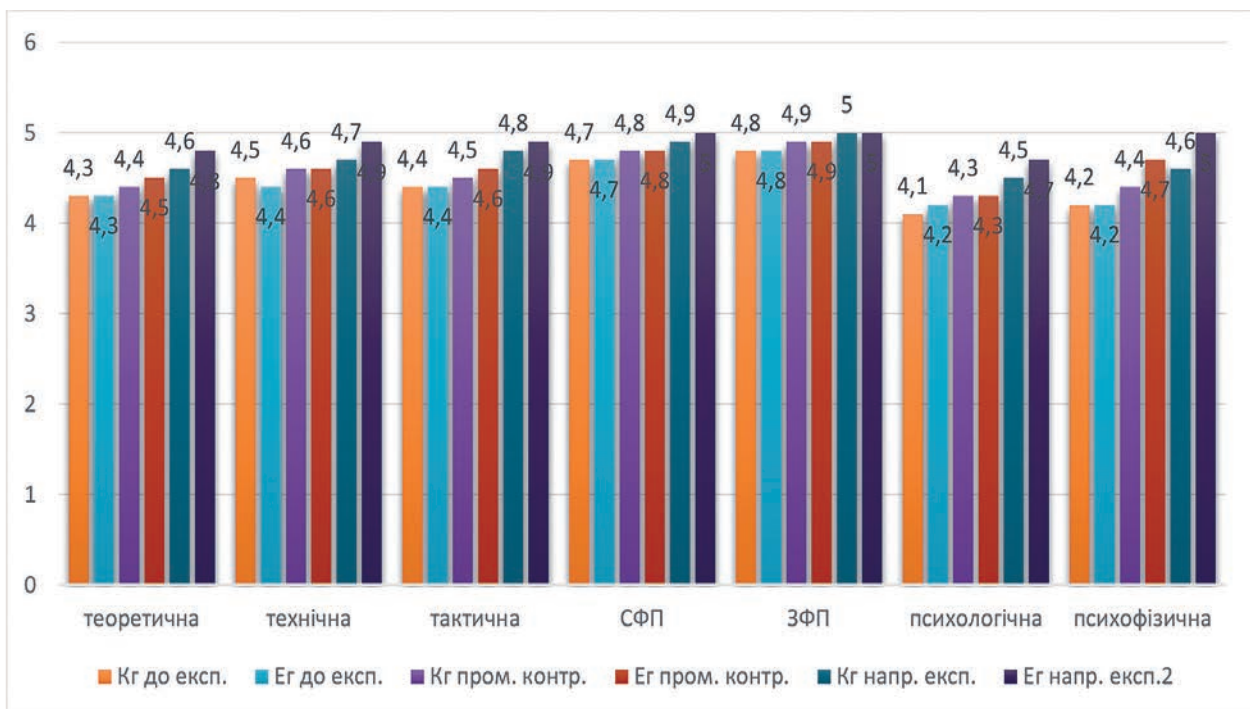


Рис. 3. Результати визначення рівня сформованості ключових професійних компетентностей, які забезпечують високу результативність в умовах значного психофізичного навантаження досліджуваних бойових самбістів Кг та ЕГ  
Примітка: СФП – спеціальна фізична підготовленість (компетентність), ЗФП – загальнофізична підготовленість (компетентність)

**Список використаної літератури:**

1. Волошин О.О. Формування координації рухів студентів засобами боротьби на поясах алиш у процесі фізичного виховання : дис. ... канд. пед. наук: 13.00.02. Київ, 2019. 233 с.
2. Вегетативна реактивність у спортсменів у стані перетренованості / Л.А. Рубан та ін. *Слобожанський науково-спортивний вісник*. Харків, 2019. № 4 (72). С. 54–59.
3. Формування професійних компетентностей у самбістів високої кваліфікації з використанням засобів суміжного тренінгу / Н.Л. Височіна та ін. *Інноваційна педагогіка*. Одеса, 2020. № 26. С. 37–41.
4. Биков В.Ю., Овчарук О.В. Формування інформаційно-комунікаційних компетентностей у контексті євроінтеграційних процесів створення інформаційного освітнього простору : посібник. Київ, 2014. 212 с.
5. Ананченко К.В., Хацаюк О.В. Особливості тренувального процесу та техніко-тактичної підготовленості дзюдоїстів-ветеранів. *Єдиноборства*. Харків, 2018. № 14. С. 4–18.
6. Впровадження сучасних форм фізичної підготовки у систему професійної освіти майбутніх офіцерів Національної гвардії України / С.С. Забородський та ін. *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах*. Запоріжжя, 2020. № 72. Т. 2. С. 130–144.

**Rybalko P., Khomenko O., Zhukov V., Cherednichenko S., Leonenko A. Formation of professional competencies in athletes engaged in martial arts of high qualification in conditions of significant psychophysical load**

*In accordance with the analytical reports of leading wrestlers in the direction of improving the level of sportsmanship (improvement of key professional competencies), the importance of forming the psychophysical competence of wrestlers to competitive activities at different stages of their long-term training. Designing effective and functional pedagogical models will ensure the formation of the necessary applied competencies in combat sambo wrestlers of different qualifications, which will increase their sports skills.*

*The main purpose of the study is to design and test a semantic-functional model of the formation of professional competencies in highly qualified combat sambo wrestlers in conditions of significant psychophysical load.*

*During the experimental work the following research methods were used: analysis and generalization of the results of scientific-methodical, special, educational-methodical, reference literature and relevant research areas of Internet sources, instrumental research methods, expert evaluation, video analysis, modern methods of mathematical and statistical processing data, psychophysiological analysis.*

*In order to test the pedagogical model developed by members of the research group (Fig. 1) in the system of their long-term training, a pedagogical experiment was conducted. Highly qualified combat sambo wrestlers ( $n = 12$  people) took part in the study. The studied wrestlers were divided into a control group (Kg,  $n = 6$  people) and an experimental group (Eg,  $n = 6$  people). Prior to the beginning of the pedagogical experiment, the studied sambo wrestlers did not differ significantly in the level of formation of psychophysical readiness and the main key competencies of the above ( $P \geq 0,05$ ).*

*During the pedagogical experiment, the studied sambo wrestlers Kg used the traditional method of forming key professional competencies, including psychophysical competence, which is provided by the relevant legal documents and relevant curricula of the organization of long-term training of wrestlers. In turn, the studied combat sambo wrestlers Eg additionally used the semantic-functional model developed by us (Fig. 1).*

*Comparing the indicators before and after the use of our proposed pedagogical model, it was found that the results obtained at the end of the pedagogical experiment in the studied groups significantly increased compared to the original data and these differences are mostly significant (Eg,  $P \leq 0,05$ ).*

**Key words:** martial arts, pedagogical model, professional competencies, psychophysical qualities, sambo wrestlers, physical activity.