

КИЇВСЬКИЙ СТОЛИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ БОРИСА ГРІНЧЕНКА
ФАКУЛЬТЕТ ЗДОРОВ'Я, ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ
КАФЕДРА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І ПЕДАГОГІКИ СПОРТУ

Романова Олександра Олегівна
студентка групи Тдб-1-22-4.0д

ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ МОТИВАЦІЇ
У ФЕХТУВАЛЬНИКІВ ДИТЯЧО-ЮНАЦЬКОГО ВІКУ

бакалаврська робота
здобувача вищої освіти
першого (бакалаврського) рівня
зі спеціальності 017 – Фізична культура і спорт

«Допущено до захисту»
завідувач кафедри
спорту та фітнесу



Протокол № 5 А
«18» травня 2026 р.

Науковий керівник:
к.н.ф.в.с., доцент,
доц. кафедри спорту та фітнесу
Смоляр Ірина Іванівна

ЗМІСТ

ВСТУП	4
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ ФОРМУВАННЯ МОТИВАЦІЇ ЮНИХ СПОРТСМЕНІВ ДО ЗАНЯТЬ ФЕХТУВАННЯМ..	6
1.1. Сутність мотивації та її структурні компоненти.....	6
1.2. Психологічні особливості мотивації у спортивній діяльності	11
1.3. Особливості формування мотивації до занять фехтуванням у юних спортсменів.....	13
Висновок до розділу 1	16
РОЗДІЛ 2. МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ.....	18
2.1. Методи дослідження.....	18
1.1.1. Теоретичний аналіз та узагальнення даних науково-методичної літератури.....	18
1.1.2. Метод системного аналізу.....	18
1.1.3. Анкетування (опитування).....	18
1.1.4. Метод порівняльного аналізу.....	20
1.1.5. Методи математичної статистики.....	20
2.2. Організація дослідження.....	21
РОЗДІЛ 3. АНАЛІЗ ТА УЗАГАЛЬНЕННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ ДОСЛІДЖЕННЯ МОТИВАЦІЇ ЮНИХ ФЕХТУВАЛЬНИКІВ	22
3.1. Емпіричне дослідження особливостей мотиваційної сфери юних фехтувальників.....	22
3.1.1. Аналіз вибірки та організації тренувального процесу юних спортсменів з фехтування.....	22
3.1.2. Рівень змагального досвіду та досягнень у фехтуванні як показник сформованої мотивації у юних спортсменів.....	27
3.1.3. Зміст та провідні чинники залучення юних	

спортсменів до занять фехтуванням.....	30
3.1.4. Результати дослідження соціально-педагогічної підтримки та стійкості мотивації до невдач у юних фехтувальників.....	39
3.2. Практичні аспекти організації тренувальної діяльності фехтувальників дитячо-юнацького віку.....	51
Висновки до третього розділу.....	53
ВИСНОВКИ.....	55
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	58
ДОДАТКИ.....	58
Додаток А.....	63
Додаток Б.....	67

ВСТУП

Актуальність. Мотивація спортсменів дитячо-юнацького віку є ключовим чинником їхнього розвитку та тривалого залучення до занять спортом, особливо у таких складних техніко-тактичних видах, як фехтування. Цей вид спорту вимагає високої концентрації, самоконтролю, емоційної стійкості та швидкого прийняття рішень, що робить питання формування та підтримання мотивації надзвичайно важливим. Нестійка мотивація може спричинити зниження інтересу, пропуски тренувань або навіть передчасне завершення спортивної діяльності, тому вивчення мотиваційних чинників у дитячому, підлітковому та юнацькому віці є особливо актуальним.

Проблема спортивної мотивації широко досліджувалась багатьма зарубіжними та українськими науковцями, серед яких В. І. Воронова, О.Р. Гринь, В. В. Клименко, В. О. Климчук, Р. Дж. Валлеранд, Г. Ф. Лозьє, М.,Р. Вайсс та Е. Феррер-Каха [6; 9–11; 33; 34]. У працях цих авторів розкрито психологічну сутність спортивної мотивації, співвідношення внутрішніх і зовнішніх мотивів, значення цілей, самореалізації та мотиваційного середовища для стійкого залучення спортсменів до тренувальної і змагальної діяльності. Проте мотиваційні особливості саме фехтувальників дитячо-юнацького віку вивчені недостатньо: дослідження мотивів участі підлітків і молоді у фехтуванні представлені лише окремими працями [30; 31], тоді як більшість наукових робіт має узагальнений характер або стосується інших видів спорту. Специфіка фехтування — динамічність поєдинку, складні техніко-тактичні дії та значне емоційне навантаження — створює особливі умови формування і прояву мотивації. Також варто враховувати, що мотивація у юному віці є нестабільною та чутливою до впливу тренера, спортивного середовища, задоволення від занять і змагального досвіду [28; 35; 36]. Це зумовлює необхідність комплексного емпіричного дослідження мотиваційної сфери юних фехтувальників.

Таким чином, обрана тема є актуальною як у теоретичному, так і в практичному аспектах, оскільки потребує глибшого розуміння мотиваційних механізмів у фехтувальників дитячо-юнацького віку та розроблення ефективних підходів до підтримки їхньої спортивної залученості у навчально-тренувальному процесі.

Мета дослідження – виявити особливості мотивації фехтувальників дитячо-юнацького віку та визначити домінуючі мотиви їхнього залучення до занять спортом.

Завдання дослідження:

1. Провести теоретичний аналіз науково-методичної літератури щодо проблеми мотивації у спорті та специфіки її прояву у фехтуванні.
2. Визначити провідні чинники мотивації до занять спортом юних фехтувальників.
3. Встановити вікові особливості мотиваційної сфери юних фехтувальників, а також її залежність від стажу занять та змагального досвіду.
4. Проаналізувати результати дослідження та розробити практичні рекомендації для тренерів щодо особливостей формування мотивації у юних спортсменів до занять фехтуванням.

Об'єкт дослідження – процес формування та розвитку мотиваційної сфери спортсменів дитячо-юнацького віку.

Предмет дослідження – психологічні чинники, що впливають на формування і підтримання мотивації у фехтувальників дитячо-юнацького віку.

Методи дослідження: теоретичний аналіз та узагальнення даних науково-методичної літератури та мережі “Інтернет”, метод системного аналізу, анкетування, метод порівняльного аналізу, методи математичної статистики.

Структура роботи. Бакалаврська робота складається з вступу, трьох розділів, висновків, списку використаних джерел і додатків. Робота містить 70 сторінок, 16 рисунків. Список використаної літератури включає 36 джерел.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ ФОРМУВАННЯ МОТИВАЦІЇ ЮНИХ СПОРТСМЕНІВ ДО ЗАНЯТЬ ФЕХТУВАННЯМ

1.1. Сутність мотивації та її структурні компоненти

Психологічні аспекти мотивації відіграють важливу роль у розумінні та вдосконаленні поведінки людини й досягненні нею результатів. Мотивація як психічний процес зумовлює спрямованість діяльності, визначає причини дій і виступає однією з провідних сил, що лежать в основі успіху в різних сферах життєдіяльності.

У науковій літературі мотивація здебільшого розглядається як сукупність психологічних чинників, які зумовлюють поведінку людини, визначають її спрямованість і рівень активності [10; 11; 25; 26].

До основних компонентів мотиваційного процесу належать як внутрішні стимули (цілі, прагнення, інтереси), так і зовнішні чинники, пов'язані з можливими винагородами або покараннями. Важливу роль також відіграють індивідуальні особливості особистості, зокрема потреби, бажання та цінності [8; 11; 33; 34].

Теоретичний аналіз наукових джерел дав змогу узагальнити підходи до визначення поняття мотивації, представлені у працях різних науковців. Зокрема, В. В. Клименко розглядає мотивацію як психологічну основу активності спортсмена, що пов'язана з потребами, мотивами, цілями та вольовою регуляцією поведінки [10]. В. О. Климчук акцентує увагу на внутрішній мотивації, яка підтримується інтересом до діяльності, відчуттям компетентності та можливістю самостійного вибору [11]. У працях В.І.Воронової мотивація спортивної діяльності пов'язується з системою внутрішніх і зовнішніх спонукань, що визначають ставлення спортсмена до тренувань, змагань і спортивного результату [6]. О. Р. Гринь підкреслює значення мотиваційної сфери у психологічному забезпеченні та супроводі

підготовки кваліфікованих спортсменів [9]. З. Крижановська та С. Мірченко розглядають мотиваційний компонент як важливу умову самореалізації особистості у спортивній діяльності [14], а А. Перепелиця, Є. Фокіна та В. Ковальчук визначають мотивацію як чинник, що впливає на активність, наполегливість і результативність спортсмена [23]. Р. Дж. Валлеранд і Г. Ф. Лозье обґрунтовують інтегративний підхід до внутрішньої та зовнішньої мотивації у спорті [33], тоді як М. Р. Вайсс і Е. Феррер-Каха пов'язують мотиваційні орієнтації зі спортивною поведінкою, вибором цілей та стійкістю участі у спортивній діяльності [34]. Отже, у сучасній психології мотивація розглядається як багатокомпонентна система спонукань, що надає поведінці енергетичного імпульсу, визначає її спрямованість і підтримує активність особистості у процесі досягнення мети.

Таким чином, узагальнення різних підходів свідчить про те, що мотивація є складним багатокомпонентним психологічним утворенням, яке визначає спрямованість, активність і характер поведінки людини.

Питання мотивації діяльності виникає у випадках, коли необхідно пояснити причини поведінки людини. Різні форми поведінки можуть розглядатися як результат впливу внутрішніх або зовнішніх чинників. У першому випадку пояснення пов'язується з психологічними особливостями особистості, зокрема її цілями, мотивами, потребами, інтересами та намірами. У другому — з впливом зовнішніх умов і стимулів, що визначають ситуацію діяльності. У цьому контексті стимули виступають як фактори, що спонукають до певної поведінки, зокрема через систему заохочень або винагород [10; 11; 33].

Більшість видів діяльності людини має внутрішню або зовнішню мотивацію. Внутрішня мотивація пов'язана з прагненням особистості до самореалізації та задоволення власних потреб у процесі діяльності, тоді як зовнішня зумовлюється впливом зовнішніх факторів. Водночас встановлено, що надмірна орієнтація на матеріальну винагороду може знижувати рівень

внутрішньої мотивації, тоді як соціальне схвалення та позитивна оцінка здатні її посилювати [11; 33; 34].

В основі мотивації лежать потреби, які виступають джерелом формування мотивів. Потреба визначається як стан необхідності в певних умовах або об'єктах, що потребує задоволення. До основних характеристик потреб належать їх інтенсивність, періодичність виникнення та способи задоволення. Важливим також є зміст потреб, тобто ті матеріальні або духовні цінності, які здатні їх задовольнити [8; 10; 25].

Важливим аспектом формування мотивації є створення ситуацій успіху, що передбачає застосування педагогічних підходів, спрямованих на досягнення учнями позитивних результатів у діяльності. Навіть незначні досягнення мають супроводжуватися позитивним підкріпленням і підтримкою з боку тренера або педагога [4; 15; 28]. Такий підхід сприяє розкриттю потенціалу особистості, формуванню віри у власні можливості, підвищенню самооцінки та розвитку психологічної стійкості [4; 18; 35].

Поведінка людини характеризується наявністю двох взаємопов'язаних сторін — спонукальної та регуляційної. Регуляція поведінки здійснюється за допомогою психічних процесів (пізнавальних, емоційних, вольових) і психічних станів (страх, бадьорість, стрес, зневіра тощо). Водночас її активізація та спрямованість забезпечуються мотиваційною сферою, зокрема мотивами та мотивацією [6; 10; 25].

Мотив розглядається як спонукання до діяльності, пов'язане із задоволенням потреб суб'єкта. Він також визначається як причина, що лежить в основі вибору певних дій і вчинків, а також як сукупність внутрішніх і зовнішніх умов, які активізують діяльність особистості [10; 26].

У сучасній психології поняття «мотивація» є ширшим за поняття «мотив» і охоплює комплекс чинників, що визначають поведінку людини. Таким чином, мотивація розглядається як система різноманітних факторів, які впливають на спрямованість і активність поведінки особистості [10; 11; 25].

Мотивація тісно пов'язана з досягненням поставлених цілей, які визначають спрямованість діяльності людини. Мета виступає орієнтиром, що задає напрямок поведінки та концентрує зусилля особистості на її досягненні. Саме взаємозв'язок між метою і мотивацією визначає рівень зацікавленості людини у виконанні певних дій. Постановка мети сприяє усвідомленню конкретного результату, якого прагне досягти людина. Це може бути як підвищення рівня фізичної підготовленості, так і досягнення успіху в навчанні чи професійній діяльності. Усвідомлення значущості мети підсилює мотивацію, оскільки надає діяльності особистісного змісту та підвищує готовність вкладати зусилля, час і ресурси для її реалізації [4; 18; 19; 25].

Досягнення поставленої мети супроводжується позитивними емоціями, такими як задоволення, почуття успіху та самореалізації, що, у свою чергу, посилює мотивацію до подальшої діяльності. Таким чином, мета виступає важливим чинником формування та підтримання мотивації, забезпечуючи її змістову наповненість і спрямованість [11; 19; 24].

Важливим є також зв'язок мотивації зі станом здоров'я та фізичною активністю. Для багатьох людей прагнення підтримувати або покращувати фізичну форму, займатися спортом і вести активний спосіб життя виступає значущим мотиваційним чинником [12; 16; 22]. Отже, психологічні аспекти мотивації мають важливе значення у формуванні поведінки, спрямованої на досягнення цілей, а також у підтриманні здоров'я та фізичної активності особистості.

Крім того, важливу роль у формуванні мотивації відіграє соціальне середовище. Вплив друзів, родини, тренера та соціальних норм може як стимулювати, так і підтримувати інтерес до фізичної активності. Соціальна мотивація проявляється у прагненні до взаємодії, належності до групи та визнання з боку інших, що є особливо важливим у підлітковому віці [1; 3; 12; 28].

Суттєвим компонентом мотивації є здатність до самоконтролю та самодисципліни, які забезпечують регуляцію поведінки та сприяють

досягненню поставлених цілей. Вони дозволяють підтримувати активність навіть у складних умовах і долати внутрішні перешкоди, зокрема втрату інтересу чи труднощі у процесі діяльності [5; 6; 9].

Мотивація також пов'язана з переживанням успіху та досягнень, які виступають важливими джерелами задоволення і стимулюють подальшу активність. Водночас емоційний стан суттєво впливає на рівень мотивації: позитивні емоції підсилюють прагнення до діяльності, тоді як негативні можуть його знижувати або ускладнювати реалізацію поставлених цілей [17; 19; 24; 29].

Позитивні емоції, такі як радість, задоволення чи захоплення, сприяють підсиленню мотивації, оскільки формують внутрішнє відчуття винагороди, пов'язане з досягненням мети або виконанням діяльності. Це стимулює подальшу активність і підвищує готовність до докладання зусиль. Водночас негативні емоції — страх, тривога, розчарування — можуть знижувати мотивацію, спричиняючи уникнення складних завдань або відкладання дій. Зокрема, страх невдачі здатен обмежувати прагнення до ризику навіть за наявності потенційно позитивного результату [17; 29].

Вплив емоцій на мотивацію має індивідуальний характер і залежить від ситуації та особистісних особливостей. Важливим є також рівень інтенсивності емоцій: надмірно сильні негативні переживання можуть пригнічувати активність, тоді як помірний рівень тривоги може, навпаки, мобілізувати увагу та зусилля. Отже, емоційний стан виступає важливим чинником регуляції мотивації, впливаючи на спрямованість і активність поведінки людини [29].

Таким чином, мотивація є складною динамічною системою, яка визначає вибір поведінки, рівень активності та наполегливість особистості у досягненні поставлених цілей. Вона інтегрує в собі потреби, мотиви, емоції, цінності та соціальні впливи, забезпечуючи цілісність і регуляцію діяльності людини. Враховуючи значущість мотиваційної сфери для ефективності діяльності, доцільним є більш детальне вивчення її особливостей у контексті

спорту, де мотивація виступає ключовим чинником результативності та особистісного розвитку спортсмена.

1.2. Психологічні особливості мотивації у спортивній діяльності

Сучасний спорт вимагає від спортсмена не лише високого рівня фізичної підготовленості, а й належного розвитку психологічних якостей. Особливої значущості це набуває у дитячо-юнацькому спорті, де формуються ставлення до тренувального процесу, стійкість до навантажень, готовність до подолання труднощів та орієнтація на досягнення результату. У зв'язку з цим мотивація виступає одним із провідних психологічних чинників, що визначають активність спортсмена, рівень його залученості до занять і прагнення до спортивного вдосконалення [5; 6; 9; 25].

У психології спорту мотивація розглядається як важлива складова спортивної діяльності, оскільки саме вона зумовлює вибір виду спорту, ставлення до тренувань, участь у змаганнях та прагнення досягати поставлених цілей [6; 9; 23]. Її значення особливо помітне у видах спорту, що вимагають поєднання фізичних, технічних, тактичних і психологічних компонентів. Специфіка фехтування пов'язана з високими вимогами до концентрації уваги, швидкості прийняття рішень, емоційної стійкості, самоконтролю та здатності діяти в умовах безпосереднього суперництва [29; 31].

Мотивація спортивної діяльності також формується під впливом комплексу внутрішніх і зовнішніх чинників. До внутрішніх належать інтерес до виду спорту, прагнення до самовдосконалення, досягнення високих результатів, потреба у самореалізації, а також бажання отримувати задоволення від самого процесу діяльності. До зовнішніх чинників належать підтримка тренера, батьків, значущість соціального визнання, заохочення та умови спортивного середовища. Співвідношення цих чинників може змінюватися залежно від віку спортсмена, рівня його підготовленості та етапу спортивного становлення [3; 12; 20; 31; 33; 34].

Важливою умовою успішної спортивної діяльності є врахування індивідуально-психологічних особливостей спортсмена. Кожен спортсмен має власну систему потреб, інтересів, цінностей, рівень домагань, емоційної стійкості та вольової регуляції. Саме ці особливості значною мірою визначають характер його мотивації, ставлення до тренувального процесу та здатність витримувати фізичні й психоемоційні навантаження [5; 6; 8]. У дитячо-юнацькому віці індивідуальні відмінності особливо важливі, оскільки в цей період мотиваційна сфера ще перебуває у стані формування [1; 3; 12].

У структурі спортивної діяльності можна виокремити кілька основних психологічних компонентів: мотиви й потреби діяльності, цілі, програму дій, індивідуально-психологічні особливості спортсмена, інформаційну основу діяльності, процеси прийняття рішень та професійно важливі якості [5; 6; 9; 25]. Мотиви і потреби визначають, чому спортсмен залучається до занять спортом і що саме підтримує його активність. Цілі спрямовують діяльність і виступають орієнтиром для досягнення конкретних результатів. Програма дій охоплює організацію тренувань, засоби підготовки, технічні й тактичні завдання [2; 5; 8; 9]. Індивідуально-психологічні особливості забезпечують своєрідність прояву мотивації та поведінки спортсмена в конкретних умовах діяльності [5; 6; 9].

Особливу роль у спортивній діяльності відіграє процес прийняття рішень, оскільки в умовах змагання спортсмен змушений швидко оцінювати ситуацію, обирати спосіб дії та прогнозувати її результат [6; 9; 29]. У фехтуванні ця особливість проявляється особливо яскраво, адже успіх значною мірою залежить від здатності спортсмена миттєво реагувати на дії суперника, змінювати тактику, контролювати емоції та зберігати впевненість у напружених ситуаціях [31].

Не менш важливими є професійно значущі якості спортсмена, до яких належать технічна підготовленість, координаційні здібності, емоційна стійкість, самодисципліна, наполегливість, вольові якості та здатність до саморегуляції [5; 6; 9; 21]. У процесі спортивного вдосконалення ці якості не

лише виявляються, а й розвиваються, що сприяє підвищенню ефективності діяльності. Із зростанням спортивної кваліфікації мотивація, як правило, набуває більш усвідомленого характеру, а спортсмени дедалі більше орієнтуються на досягнення результату, професійну перспективу та особистісну самореалізацію [8; 14; 19; 27].

У спортивній діяльності важливе значення мають не лише успіхи, а й невдачі, які можуть по-різному впливати на мотивацію спортсмена. Для одних поразка стає стимулом до подальшого вдосконалення, для інших — чинником тимчасового зниження активності та впевненості у власних силах [19; 24; 29]. Тому підтримка тренера, створення позитивного психологічного клімату, формування адекватного ставлення до успіхів і невдач є необхідними умовами збереження стійкої мотивації до занять спортом [28; 35].

Отже, мотивація спортивної діяльності є складною психологічною системою, що поєднує потреби, мотиви, цілі, емоційні стани, індивідуально-психологічні якості та зовнішні умови діяльності [6; 9; 23; 33; 34]. У дитячо-юнацькому спорті вона має особливе значення, оскільки визначає рівень залученості спортсмена до тренувального процесу, стійкість до труднощів і прагнення до досягнення спортивних результатів [31; 35; 36]. Саме тому вивчення мотивації є важливою передумовою розуміння психологічних особливостей спортивної діяльності юних фехтувальників.

1.3. Особливості формування мотивації до занять фехтуванням у юних спортсменів

Мотивація є одним із провідних чинників спортивної діяльності, що визначає рівень активності спортсмена, ступінь його залученості до тренувального процесу та ефективність досягнення результатів [2; 9; 23]. У фехтуванні мотиваційна сфера має особливе значення, оскільки цей вид спорту поєднує високі фізичні навантаження з інтенсивною психічною та інтелектуально-тактичною діяльністю. Високий рівень мотивації сприяє мобілізації функціональних резервів організму, підвищенню працездатності,

витривалості та оптимізації емоційного стану спортсмена, що є важливою передумовою успішної тренувальної і змагальної діяльності [5; 31].

Специфіка фехтування полягає у необхідності постійного аналізу змагальної ситуації, прогнозування дій суперника та швидкого прийняття рішень в умовах дефіциту часу. Під час поєдинку спортсмен повинен контролювати власний емоційний стан, оперативно змінювати тактику та зберігати концентрацію уваги протягом усього бою. Це висуває високі вимоги до розвитку психічних процесів, зокрема швидкості мислення, самоконтролю, емоційної стійкості та здатності діяти в напружених ситуаціях [6; 9; 29; 31].

Водночас фехтування характеризується високим рівнем вольового напруження. У процесі змагальної боротьби спортсмен постійно прагне створити вигідні тактичні умови, застосовує різноманітні техніко-тактичні дії та намагається передбачити можливі контрдії суперника. Така діяльність потребує прояву наполегливості, ініціативності, рішучості, витримки та здатності долати труднощі для досягнення поставленої мети. Саме тому мотивація є важливою умовою підтримання стабільної спортивної активності та ефективності тренувального процесу. Індивідуальний характер фехтування також посилює роль внутрішньої мотивації. Спортсмен самостійно приймає рішення під час поєдинку, обирає способи ведення боротьби та несе особисту відповідальність за результат. Це сприяє розвитку самостійності, автономності та усвідомленого ставлення до спортивної діяльності. Висока динамічність і варіативність поєдинків підтримує постійну психічну активність та інтерес до занять спортом [6; 9; 21; 29; 31; 33; 34].

Важливим джерелом мотивації у фехтуванні є змагальна діяльність. Система оцінювання результатів і можливість порівняння власних досягнень із результатами інших спортсменів формують зовнішні стимули, тоді як тривалий процес підготовки сприяє розвитку внутрішньої мотивації, пов'язаної із задоволенням від тренувань, прагненням до самовдосконалення та досягнення особистісно значущих цілей [19; 23; 33; 34].

Суттєвий вплив на формування мотиваційної сфери юних спортсменів має діяльність тренера. Стиль взаємодії зі спортсменами, здатність створювати сприятливий психологічний клімат у колективі, використання позитивного підкріплення та індивідуального підходу значною мірою визначають рівень зацікавленості спортсменів у тренувальній діяльності. Особливого значення у дитячо-юнацькому віці набуває створення ситуації успіху, підтримка навіть незначних досягнень і формування позитивного емоційного ставлення до занять спортом. Водночас авторитет тренера та його особистий приклад можуть виступати важливим чинником мотивації, сприяючи розвитку прагнення до самовдосконалення, підвищення спортивної майстерності та формування стійкого інтересу до фехтування [2; 4; 18; 28; 35].

Важливу роль у підтриманні стійкої мотивації відіграє система спортивних цілей. Поєднання перспективної мети з проміжними завданнями сприяє формуванню установки на систематичну та якісну роботу, допомагає спортсменам витримувати тривалі фізичні та психологічні навантаження й підтримувати інтерес до занять протягом тривалого часу [4; 5; 19; 25].

Підготовка у фехтуванні передбачає поступове формування здатності долати втому, невдачі, травми та періоди зниження інтересу до занять. Участь у змаганнях сприяє розвитку психологічної стійкості, уміння контролювати емоційний стан і діяти в стресових умовах. Водночас надмірні змагальні навантаження або занадто часті старты можуть негативно впливати на психоемоційний стан спортсменів та призводити до зниження мотивації [5; 17; 27; 29; 32; 36].

Для профілактики психоемоційного перенапруження важливе значення має організація відновлення та підтримання позитивної атмосфери у спортивному колективі. Використання ігрових та командних форм діяльності, емоційна підтримка з боку тренера і партнерів, а також сприятливий психологічний клімат сприяють збереженню інтересу до тренувального процесу та підтриманню високого рівня мотиваційної залученості спортсменів [25; 28; 35; 36].

Таким чином, специфіка фехтування як інтелектуально-тактичного та індивідуального виду спорту зумовлює важливу роль мотивації у забезпеченні ефективності тренувальної й змагальної діяльності спортсменів. Формування мотиваційної сфери юних фехтувальників відбувається під впливом комплексу взаємопов'язаних чинників, серед яких особливе значення мають психологічні особливості спортивної діяльності, характер змагальної боротьби, система спортивних цілей, взаємодія з тренером та соціально-психологічний клімат у колективі. Урахування зазначених чинників є необхідною умовою підтримання стійкого інтересу до занять фехтуванням, підвищення рівня мотиваційної залученості спортсменів та досягнення високих спортивних результатів [28; 31; 35; 36].

Висновок до розділу 1

У результаті теоретичного аналізу науково-методичної літератури встановлено, що мотивація є складним психологічним процесом, який визначає спрямованість, активність і результативність діяльності особистості. Її формування відбувається під впливом внутрішніх чинників (потреби, мотиви, цілі, інтереси) та зовнішніх чинників (соціальне середовище, умови діяльності, вплив тренера), які забезпечують регуляцію поведінки спортсмена. У спортивній діяльності мотивація визначає рівень залученості спортсмена до тренувального процесу, його стійкість до фізичних і психоемоційних навантажень, здатність долати труднощі та прагнення до досягнення високих результатів. Встановлено, що мотиваційна сфера спортсменів має динамічний характер і залежить від віку, рівня спортивної підготовленості, індивідуально-психологічних особливостей та умов спортивного середовища.

Особливого значення мотивація набуває у фехтуванні, оскільки специфіка цього інтелектуально-тактичного та індивідуального виду спорту висуває високі вимоги до емоційної стійкості, самоконтролю, концентрації уваги, швидкості мислення та здатності діяти в умовах постійного суперництва. Під час поединку спортсмен повинен швидко аналізувати ситуацію, прогнозувати дії суперника та приймати рішення в умовах

дефіциту часу, що потребує високого рівня психічної активності та вольової підготовленості.

Таким чином, мотивація є одним із ключових чинників ефективності спортивної діяльності юних фехтувальників, а її формування потребує врахування психологічних, педагогічних і соціальних умов тренувального процесу.

РОЗДІЛ 2

МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ

2.1. Методи дослідження

Метою дослідження є виявити особливості мотивації фехтувальників дитячо-юнацького віку та визначити домінуючі мотиви їхнього залучення до занять спортом.

Для реалізації поставлених завдань було використано комплекс методів дослідження:

1. Теоретичний аналіз та узагальнення даних науково-методичної літератури та мережі “Інтернет”.
2. Метод системного аналізу.
3. Анкетування (опитування).
4. Метод порівняльного аналізу.
5. Методи математичної статистики.

2.1.1. Теоретичний аналіз та узагальнення даних науково-методичної літератури та мережі “Інтернет” застосовувався для вивчення теоретичних підходів до проблеми мотивації у спорті та визначення специфіки її прояву у фехтуванні. Крім того, цей метод дав змогу впорядкувати наукові положення щодо внутрішніх і зовнішніх чинників мотивації спортсменів.

2.1.2. Метод системного аналізу застосовувався для комплексного вивчення взаємозв'язку між мотиваційними чинниками, віком спортсменів, спортивним досвідом та особливостями тренувальної діяльності.

2.1.3. Анкетування (опитування) використовувалося для збору емпіричних даних про мотиви занять фехтуванням, чинники підтримання та зниження мотивації, а також вікові особливості мотиваційної сфери юних спортсменів. Для цього було розроблено та застосовано *авторську анкету*.

Опитування проводилося в анонімній формі, що сприяло отриманню більш щирих та об'єктивних відповідей.

Структура анкети включає три блоки запитань:

1. *Демографічні та спортивні показники(запитання 1–7):* спрямована на збір загальних відомостей про респондентів: стать, вік, стаж занять фехтуванням, інтенсивність тренувального процесу та рівень спортивних досягнень. Ці дані необхідні для подальшого порівняльного аналізу мотивації залежно від стажу та змагального досвіду.
2. *Домінуючий тип мотивації (внутрішня та зовнішня) (запитання 8–14):* орієнтований на виявлення домінуючих видів мотивації. Запитання цього блоку дозволяють диференціювати внутрішню мотивацію (інтерес до процесу, задоволення від вдосконалення) та зовнішню мотивацію (нагороди, визнання батьків, соціальний статус), а також оцінити роль тренера у підтримці інтересу до спорту.
3. *Блок стійкості мотивації та реагування на труднощі (запитання 15–17):* спрямований на вивчення здатності спортсменів долати невдачі (поразки, травми) та виявлення чинників, що можуть спричинити припинення занять спортом.

Запитання анкети передбачають як закриті відповіді (вибір одного або декількох варіантів), так і відкриті (зазначення найкращого результату), що дає змогу поєднати якісний та кількісний аналіз отриманих результатів.

Зразки анкет подано у додатку А та додатку Б українською і французькою мовами.

Опитування проводилося в письмовій формі: заповнення анкети здійснювалося індивідуально кожним респондентом у звичних для спортсменів умовах під час тренувального процесу, що сприяло отриманню більш щирих і достовірних відповідей. Участь у дослідженні була добровільною. Респонденти були поінформовані про мету дослідження та гарантію анонімності отриманих даних. Отримані результати були оброблені

з використанням методів математичної статистики, зокрема визначення відсоткового співвідношення відповідей.

2.1.4. Метод порівняльного аналізу використовувався для встановлення відмінностей у мотиваційній сфері спортсменів різних вікових груп.

2.1.5. Методи математичної статистики застосовувалися для кількісної обробки отриманих результатів, зокрема визначення абсолютних показників і відсоткового співвідношення відповідей респондентів.

Завдяки цьому комплексному підходу вдалося сформулювати обґрунтовані висновки щодо досліджуваної проблеми.

2.2. Організація дослідження

Емпіричне дослідження проводилося на базі спортивного клубу фехтування «Cercle des Armes de Lausanne» (CAL), розташованого в місті Лозанна, який є одним із провідних центрів фехтування в Швейцарії.

Вибірку дослідження склали 42 юні фехтувальники віком від 11 до 19 років, серед яких 28 юнаків (67%) та 14 дівчат (33%). Вибірка дослідження була сформована з урахуванням вікових особливостей дитячо-юнацького спорту, оскільки саме в цей період відбувається активне формування мотиваційної сфери спортсменів. Крім того, зазначений віковий діапазон відповідає прийнятій у фехтуванні класифікації груп, зокрема дитячій, кадетській та юніорській. Обраний контингент дає змогу виявити специфіку мотивації на різних етапах спортивного становлення.

Дослідження проводилося у кілька послідовних етапів.

Перший етап (листопад – грудень 2025 року) був спрямований на здійснення поглибленого теоретичного аналізу та узагальнення наукових і методичних праць, присвячених проблемі мотивації у спортивній діяльності. Отримані результати стали теоретичним підґрунтям для подальшого емпіричного дослідження.

Другий етап (січень 2026 року) передбачав розроблення авторської соціально-психологічної анкети, призначеної для вивчення мотиваційної сфери фехтувальників дитячо-юнацького віку. Крім того, за її допомогою було зібрано загальні відомості про респондентів, зокрема вік, тривалість занять, частоту тренувань та досвід участі у змаганнях.

Третій етап (лютий 2026 року) включав проведення анкетування серед юних спортсменів з метою виявлення особливостей їх мотивації та визначення ключових мотивів залучення до занять фехтуванням.

Четвертий етап (березень 2026 року) передбачав обробку, аналіз та інтерпретацію отриманих результатів, а також формулювання висновків і розроблення практичних рекомендацій для тренерів, спрямованих на підвищення рівня мотивації юних фехтувальників.

Таким чином, організація та зміст емпіричного дослідження забезпечили можливість комплексного вивчення особливостей мотивації юних фехтувальників. Використання авторської анкети та застосування методів математичної статистики дозволили отримати об'єктивні та достовірні результати, що стали основою для подальшого аналізу мотиваційної сфери спортсменів і розробки практичних рекомендацій.

РОЗДІЛ 3

АНАЛІЗ ТА УЗАГАЛЬНЕННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ ДОСЛІДЖЕННЯ МОТИВАЦІЇ ЮНИХ ФЕХТУВАЛЬНИКІВ

3.1. Емпіричне дослідження особливостей мотиваційної сфери юних фехтувальників

Проведене емпіричне дослідження дозволило визначити специфіку мотиваційної сфери фехтувальників дитячо-юнацького віку та встановити ключові мотиви їх залучення до занять фехтуванням. Узагальнені результати слугували підґрунтям для розробки практичних рекомендацій для тренерів щодо підвищення мотиваційної залученості юних фехтувальників у тренувальному процесі.

3.1.1. Аналіз вибірки та організації тренувального процесу юних спортсменів з фехтування. За результатами дослідження 42 респонденти, що взяли участь, були розподілені на три вікові групи відповідно до їх віку:

- а) перша група (I) — 11–13 років;
- б) друга група (II) — 14–16 років;
- в) третя група (III) — 17–19 років.

Такий розподіл зумовлений необхідністю врахування вікових особливостей дитячо-юнацького спорту, а також відповідає прийнятій у фехтуванні класифікації вікових категорій: діти, кадети та юніори, які сформували відповідно I, II та III групи.

Аналіз вікового складу показав, що до першої групи (11–13 років) увійшли 14 осіб (33% від загальної кількості опитаних), до другої групи (14–16 років) — 20 осіб (48%), а до третьої групи (17–19 років) — 8 осіб (19%). Таким чином, найбільш чисельною є група 14–16 років, тоді як найменшою — група 17–19 років.

У межах кожної вікової групи було проаналізовано гендерний розподіл респондентів. Зокрема, у першій групі (11–13 років) налічується 10 хлопців (71%) і 4 дівчини (29%); у другій групі (14–16 років) — 12 хлопців (60%) і 8 дівчат (40%); у третій групі (17–19 років) — 6 хлопців (75%) і 2 дівчини (25%).

Отже, у всіх вікових групах спостерігається переважання хлопців над дівчатами. Гендерний розподіл респондентів у межах вікових груп представлено на рис. 3.1.

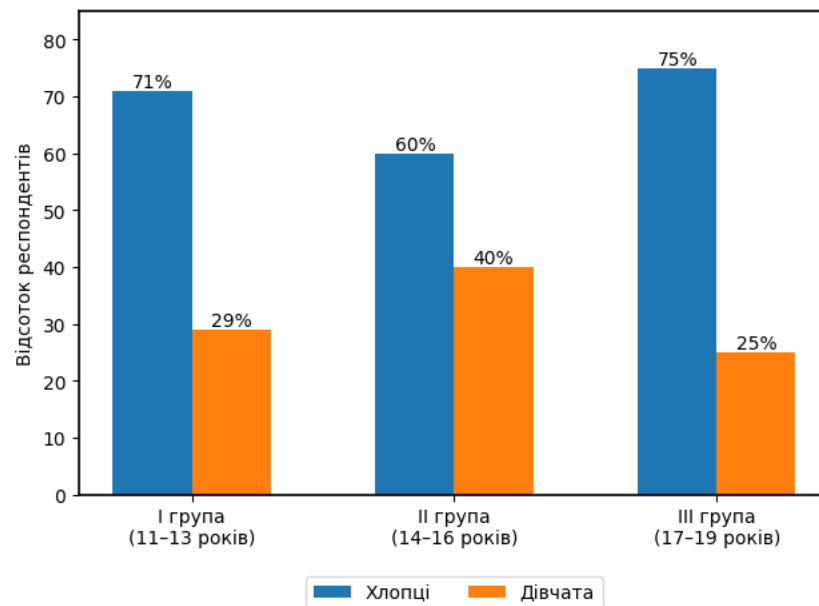


Рис. 3.1. Гендерний розподіл респондентів у межах вікових груп (у %)

Таким чином, аналіз показав, що вибірка представлена трьома віковими групами з переважанням спортсменів віком 14–16 років, при цьому у всіх групах домінують хлопці. Отримані дані відображають структуру вибірки дослідження.

Кожен із респондентів має досвід занять фехтуванням протягом кількох років: до 2 років — 10 осіб (24%); 3–4 роки — 18 осіб (43%); 5 і більше років — 14 осіб (33%). З метою більш детального аналізу було розглянуто розподіл респондентів за стажем занять фехтуванням у межах вікових груп (у відсотковому співвідношенні), що представлено на рис. 3. 2.

Зокрема, у I групі (11–13 років) більшість спортсменів мають стаж до 2 років — 8 осіб (57%), стаж 3–4 роки — 4 особи (29%), стаж 5 і більше років — 2 особи (14%).

У II групі (14–16 років) переважають респонденти зі стажем 3–4 роки — 10 осіб (50%), тоді як стаж до 2 років мають 2 особи (10%), а 5 і більше років — 8 осіб (40%).

У III групі (17–19 років) більшість спортсменів мають стаж 5 і більше років — 4 особи (50%), стаж 3–4 роки — 4 особи (50%), стаж до 2 років не зафіксовано (0%). Наведені дані відображено на рис. 3.2.

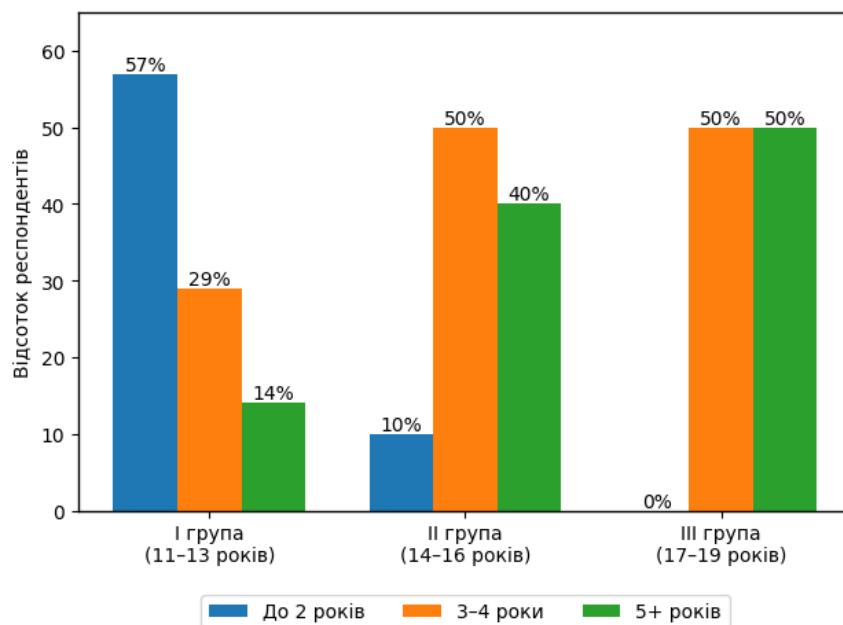


Рис. 3.2. Розподіл стажу занять фехтуванням за віковими групами (у %)

Таким чином, із віком респондентів спостерігається зростання стажу занять фехтуванням, що відображає поступове накопичення спортивного досвіду.

Частота тренувальної діяльності респондентів протягом тижня має такий розподіл: 1–2 рази на тиждень тренуються 8 осіб (19%), 3–4 рази — 24 особи (57%), 5 і більше разів — 10 осіб (24%).

У межах вікових груп встановлено, що у I групі (11–13 років) більшість спортсменів тренуються 1–2 рази на тиждень — 9 осіб (64%), 3–4 рази — 5

осіб (36%), тоді як тренування 5 і більше разів на тиждень не зафіксовано (0%).

У II групі (14–16 років) переважають респонденти, які тренуються 3–4 рази на тиждень — 13 осіб (65%), тоді як 1–2 рази тренуються 2 особи (10%), а 5 і більше разів — 5 осіб (25%).

У III групі (17–19 років) більшість спортсменів тренуються 3–4 рази на тиждень — 4 особи (50%), 5 і більше разів — 3 особи (38%), а 1–2 рази — 1 особа (12%). Отримані результати представлено на рис. 3.3.

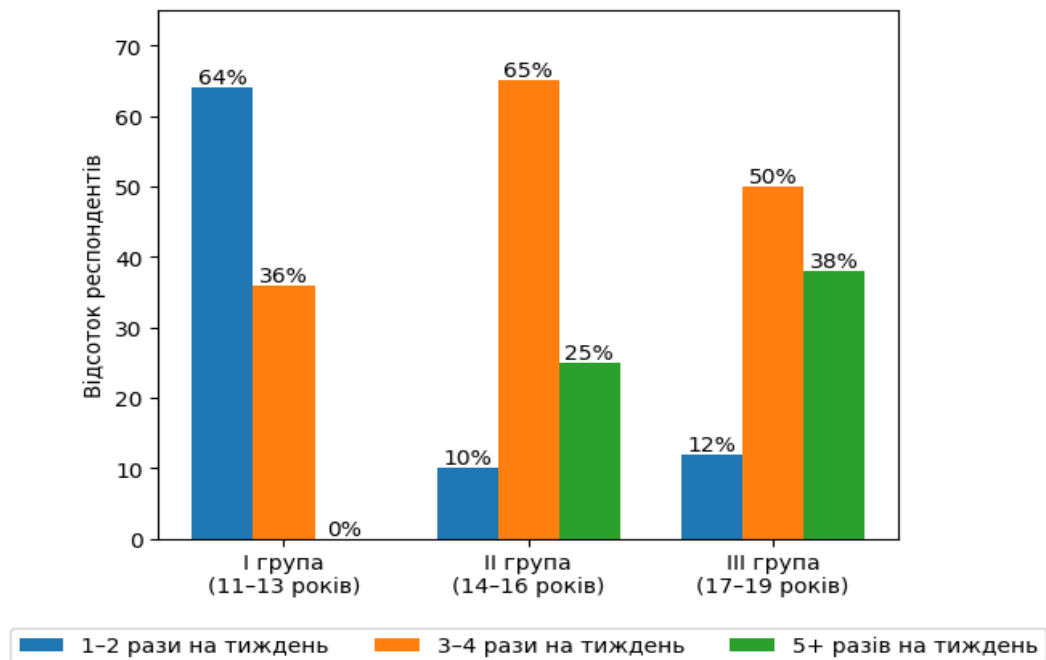


Рис. 3.3. Розподіл частоти тренувальної діяльності респондентів за віковими групами (у %)

Отже, аналіз частоти тренувальної діяльності респондентів у межах вікових груп свідчить про наявність вікових відмінностей у режимі тренувань. Зі збільшенням віку респондентів підвищується інтенсивність тренувального процесу, що вказує на поступове зростання рівня спортивної підготовленості та залученості до занять фехтуванням. Це також може свідчити про посилення внутрішньої мотивації спортсменів, зокрема прагнення до самовдосконалення, досягнення високих результатів і активної участі у змагальній діяльності.

Аналіз тривалості щоденних тренувань є важливим для розуміння рівня залученості та мотивації спортсменів до занять фехтуванням. У цьому контексті було досліджено, скільки часу респонденти приділяють тренуванням під час підготовки до змагань. Отримані результати показали, що щоденні тренування займають по кілька годин: до 2-х годин — у 16 осіб (38%), 2–3 години — у 18 осіб (43%), понад 3 години — у 8 осіб (19%).

У межах вікових груп було проаналізовано розподіл респондентів за тривалістю щоденних тренувань.

Зокрема, у I групі (11–13 років) більшість спортсменів тренуються до 2-х годин на день — 10 осіб (71%), 2–3 години — 3 особи (21%), понад 3 години — 1 особа (7%).

У II групі (14–16 років) переважають респонденти, які тренуються 2–3 години — 10 осіб (50%), тоді як до 2-х годин тренуються 6 осіб (30%), а понад 3 години — 4 особи (20%).

У III групі (17–19 років) більшість спортсменів тренуються понад 3 години — 4 особи (50%), 2–3 години — 3 особи (38%), до 2-х годин — 1 особа (12%). Інтенсивність щоденних тренувань респондентів проілюстровано на рис. 3.4.

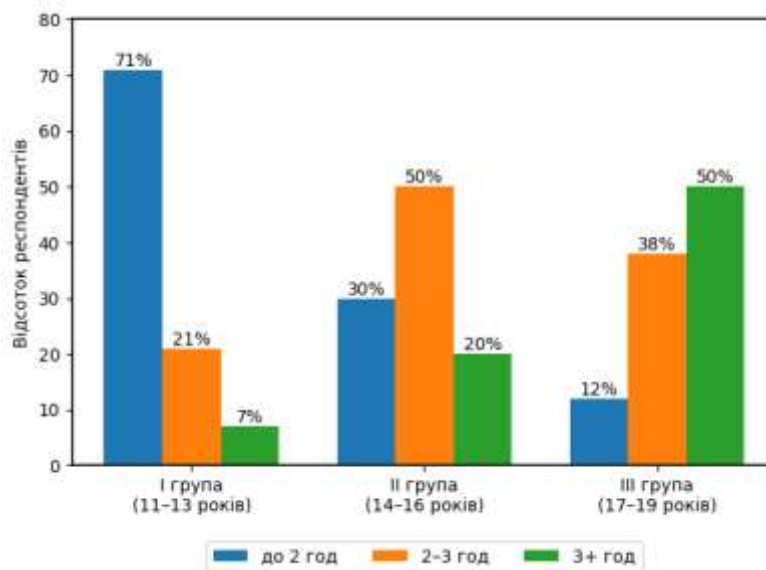


Рис. 3.4.

Розподіл

респондентів за тривалістю щоденних тренувань
у межах вікових груп (у %)

Таким чином, отримані результати опитування показують, що тривалість щоденних тренувань змінюється залежно від віку респондентів. У молодшій групі переважають коротші тренування (до 2-х годин), у середній — заняття середньої тривалості (2–3 години), тоді як у старшій групі зростає частка спортсменів, які тренуються понад 3 години. Це свідчить про поступове зростання тренувального навантаження, що супроводжується підвищенням рівня спортивної підготовленості та посиленням мотивації до результативної спортивної діяльності.

3.1.2. Рівень змагального досвіду та досягнень у фехтуванні як показник сформованої мотивації у юних спортсменів. Одним із проявів сформованої мотивації спортсменів є їх участь у змагальній діяльності. З метою оцінки рівня залученості до неї було проаналізовано розподіл респондентів за рівнями участі у змаганнях. Встановлено, що 4 особи (10%) поки що не брали участі у змаганнях, 38 осіб (90%) виступають на регіональному рівні, 32 особи (76%) — на національному рівні, а 12 осіб (29%) беруть участь у міжнародних змаганнях. Відсоткові значення розраховано від загальної кількості респондентів окремо для кожного рівня участі у змаганнях.

У межах вікових груп виявлено суттєві відмінності у рівні змагального досвіду. Зокрема, у I групі (11–13 років) більшість респондентів ще не брали участі у змаганнях — 8 осіб (57%), тоді як 6 осіб виступають на регіональному рівні (43%); участь у змаганнях вищого рівня не зафіксована (0%).

У II групі (14–16 років) практично всі респонденти залучені до змагальної діяльності: лише 1 особа не має змагального досвіду (5%), водночас 18 осіб виступають на регіональному рівні (90%), 16 осіб — на національному (80%), а 7 осіб беруть участь у міжнародних змаганнях (35%).

У III групі (17–19 років) усі респонденти мають досвід участі у змаганнях: 8 осіб виступають на регіональному та національному рівнях (100%), а 4 особи — на міжнародному (50%).

Зазначені відсоткові показники розраховано від загальної кількості респондентів у кожній віковій групі та представлено на рис. 3.5.

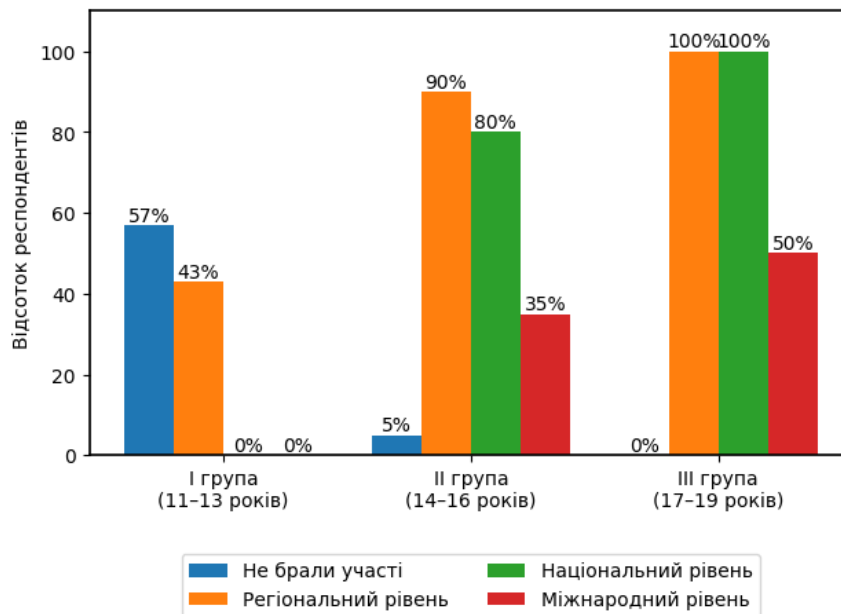


Рис. 3.5 Розподіл респондентів за рівнями участі у змаганнях у межах вікових груп (у %)

Отже, результати свідчать про залежність рівня змагального досвіду від віку респондентів: у молодшій групі переважає відсутність або мінімальний досвід, у середній — активна участь на регіональному та національному рівнях, тоді як у старшій групі всі спортсмени мають змагальний досвід, зокрема на міжнародному рівні. Це вказує на зростання спортивної майстерності та мотивації з віком.

Разом із рівнем участі у змаганнях важливим показником спортивної реалізації є досягнуті результати спортсменів. У цьому контексті встановлено, що серед респондентів 1 особа (2 %) є призером чемпіонату Європи, 4 осіб (9%) — переможцями або призерами міжнародних змагань, 2 особи (5%) — чемпіонами країни, 12 осіб (29%) — призерами клубних змагань, тоді як 23 особи (55%) не мають медальних досягнень на змаганнях.

У межах вікових груп було проаналізовано розподіл респондентів за рівнем спортивних досягнень.

У I групі (11–13 років) більшість спортсменів не мають медальних досягнень — 10 осіб (71%), тоді як 4 особи є призерами клубних змагань (29%); досягнення вищого рівня не зафіксовано (0%).

У II групі (14–16 років) спостерігається більша варіативність результатів: 9 осіб не мають медальних досягнень (45%), 6 осіб є призерами клубних змагань (30%), 2 особи — чемпіонами країни (10%), а 3 особи — переможцями або призерами міжнародних змагань (15%).

У III групі (17–19 років) переважають спортсмени з вищими досягненнями: 4 особи не мають медалей (50%), 2 особи є призерами клубних змагань (25%), 1 особа — призером міжнародних змагань (12%), а 1 особа — призером чемпіонату Європи (12%). Відсоткові показники обчислено в межах кожної вікової групи та графічно представлено на рис.3. 6.

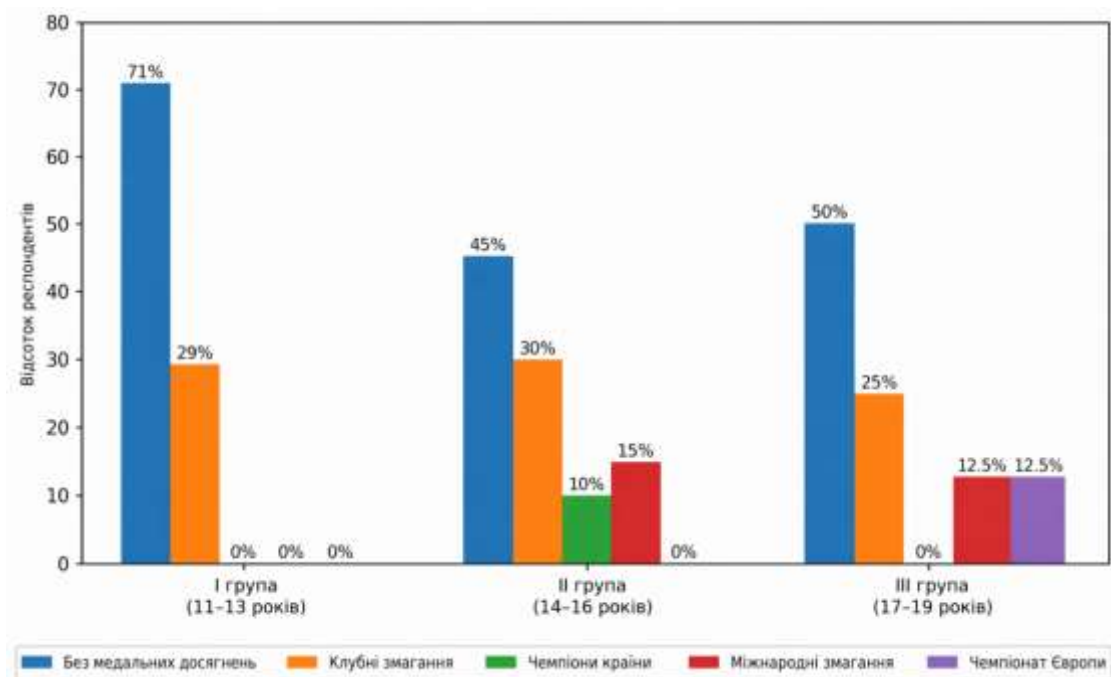


Рис. 3.6. Розподіл респондентів за рівнем спортивних досягнень у межах вікових груп (у %)

Таким чином, рівень спортивних досягнень респондентів варіює залежно від віку, однак ці відмінності слід розглядати з урахуванням чисельності вікових груп. Найбільша кількість спортсменів із медальними результатами спостерігається у середній групі, тоді як у старшій, попри меншу кількість респондентів, представлені вищі досягнення, зокрема міжнародного рівня. Це свідчить про те, що зі зростанням віку відбувається не лише підвищення спортивної результативності, а й певний відбір більш мотивованих і підготовлених спортсменів, що підкреслює значущість мотивації у досягненні високих спортивних результатів.

3.1.3. Зміст та провідні чинники залучення юних спортсменів до занять фехтуванням. Отримані результати анкетування свідчать про різноманітність чинників, що вплинули на рішення респондентів розпочати заняття фехтуванням.

Найбільша частка опитаних зазначила вплив поради друзів або знайомих — 16 осіб (38%), що свідчить про значну роль соціального оточення у формуванні інтересу до занять спортом. Водночас 13 осіб (31%) обрали фехтування під впливом перегляду фільмів, мультфільмів чи відео, що вказує на помітний вплив медіаконтенту на мотивацію до початку занять. Менша частка респондентів зазначила пораду батьків або родичів — 9 осіб (21%), що також є важливим, але менш домінуючим чинником. Найменша кількість опитаних — 4 особи (10%) — обрали варіант, пов'язаний із бажанням стати професійним фехтувальником, що може свідчити про те, що на початковому етапі заняття спортом частіше зумовлене зовнішніми чинниками, ніж чітко сформованими професійними намірами.

Аналіз отриманих результатів у розрізі вікових груп дозволяє виявити відмінності у відповідях респондентів щодо чинників, які вплинули на початок занять фехтуванням.

У I групі (11–13 років) найбільша частка респондентів зазначила інтерес після перегляду фільмів, мультфільмів чи відео — 7 осіб (50%).

Пораду друзів або знайомих обрали 4 особи (29%), тоді як вплив батьків або родичів зазначили 3 особи (21%). Варіант, пов'язаний із бажанням стати професійним фехтувальником, не був представлений (0%).

У II групі (14–16 років) найпоширенішим чинником є порада друзів або знайомих — 9 осіб (45%). Інтерес після перегляду медіа зазначили 6 осіб (30%), а вплив батьків або родичів — 4 особи (20%). Лише 1 респондент (5%) обрав варіант, пов'язаний із бажанням стати професійним фехтувальником.

У III групі (17–19 років) однакова кількість респондентів зазначила пораду друзів або знайомих та бажання стати професійним фехтувальником — по 3 особи (по 38%). Вплив батьків або родичів обрали 2 особи (25%), тоді як варіант, пов'язаний із інтересом після перегляду фільмів, мультфільмів чи відео, не був представлений (0%).

Зазначені дані представлено на рис. 3.7.

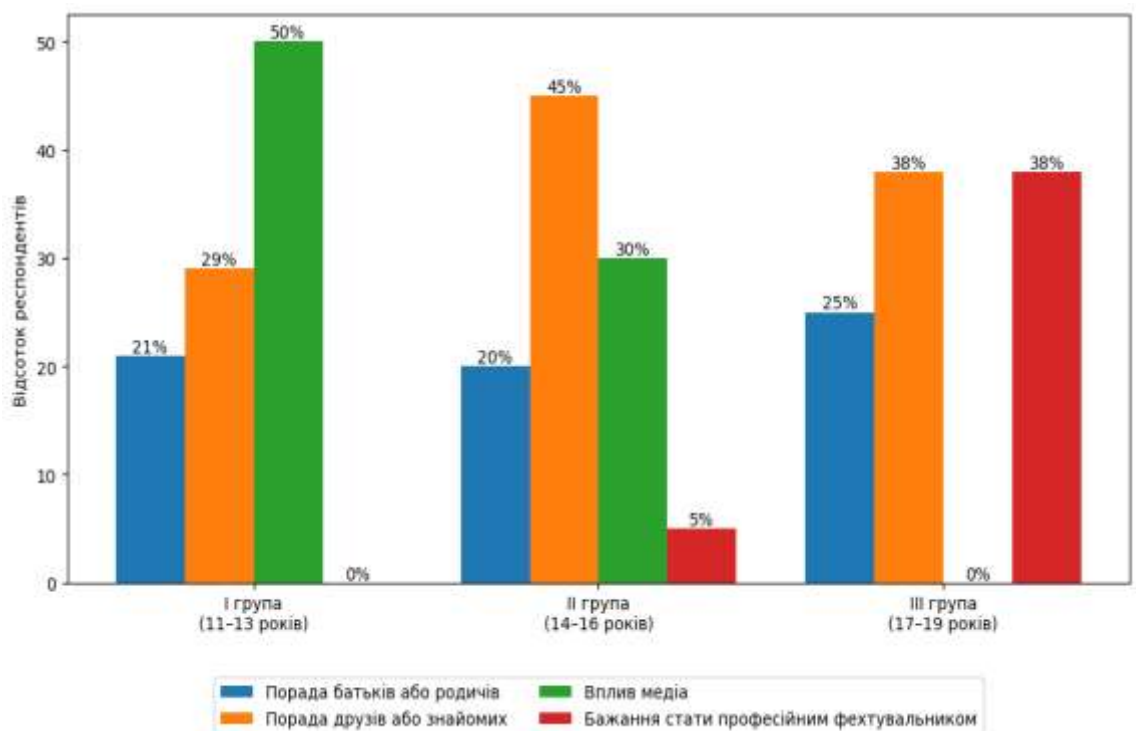


Рис. 3.7. Розподіл чинників, що вплинули на початок занять фехтуванням, за віковими групами (у %)

Отримані результати демонструють відмінності у структурі відповідей між віковими групами. Водночас можна припустити, що висока частка відповідей, пов'язаних із впливом медіа у I групі, відображає зростання ролі медіаконтенту в житті сучасних дітей та його вплив на формування інтересу до спортивної діяльності.

Більша представленість варіанту «бажання стати професійним фехтувальником» у III групі може свідчити про те, що для частини респондентів на момент початку занять більш характерною була орієнтація на досягнення високих спортивних результатів.

Крім того, значна частка відповідей, пов'язаних із впливом друзів або знайомих у II групі, узгоджується з віковими особливостями підліткового періоду, для якого характерне зростання ролі однолітків у процесі прийняття рішень.

Таким чином, результати проведеного анкетування свідчать про те, що чинники початку занять фехтуванням є різноманітними, а їхня представленість у відповідях респондентів відрізняється залежно від вікової групи, що підтверджує необхідність урахування цих особливостей у процесі залучення дітей та підлітків до занять спортом.

Отримані результати дослідження щодо чинників, які найбільше мотивують респондентів продовжувати займатися фехтуванням, свідчать про переважання внутрішніх мотиваційних факторів.

Найбільша частка опитаних зазначила бажання досягти високих результатів — 13 осіб (31%), що вказує на орієнтацію респондентів на спортивні досягнення та самореалізацію у вибраному виді спорту. Водночас 11 осіб (26%) обрали інтерес до самого виду спорту, що підкреслює важливість емоційного задоволення від тренувального процесу та змісту спортивної діяльності. 8 респондентів (19%) зазначили бажання бути кращими за інших, що відображає прагнення до змагальності та самоствердження у спортивному середовищі. Менша частка опитаних

вказала на зовнішні чинники мотивації: підтримку тренера — 6 осіб (14%) та підтримку батьків — 4 особи (10%).

Таким чином, провідну роль у мотивації до продовження занять фехтуванням відіграють внутрішні чинники, пов'язані з досягненням результатів, інтересом до виду спорту та прагненням до змагальності, тоді як зовнішня підтримка має допоміжний характер.

Аналіз відповідей респондентів у розрізі вікових груп дозволяє виявити певні відмінності у структурі мотиваційних чинників, що спонукають до продовження занять фехтуванням.

У I групі (11–13 років) провідним мотиваційним чинником є інтерес до самого виду спорту — 6 осіб (43%). Підтримку тренера зазначили 3 респонденти (21%), тоді як бажання досягти високих результатів обрали 2 особи (14%). Підтримка батьків також була важливою для 2 осіб (14%). Найменша частка опитаних зазначила бажання бути кращими за інших — 1 особа (7%). Це може свідчити про домінування емоційного інтересу до діяльності та відносно значущу роль зовнішньої підтримки у мотивації молодших підлітків.

У II групі (14–16 років) найбільш поширеним мотивом є бажання бути кращими за інших — 6 осіб (30%). Бажання досягти високих результатів обрали 5 респондентів (25%), інтерес до самого виду спорту — 4 особи (20%). Підтримку тренера зазначили 3 особи (15%), а підтримку батьків — 2 особи (10%). Це може вказувати на зростання ролі змагальності та орієнтації на порівняння з іншими у підлітковому віці поряд із посиленням орієнтації на досягнення результатів.

У III групі (17–19 років) домінуючим мотиваційним чинником є бажання досягти високих результатів — 6 осіб (75%). Інтерес до самого виду спорту та бажання бути кращими за інших обрали по 1 респонденту (по 12,5%). Варіанти, пов'язані з підтримкою тренера та батьків, у даній групі не були представлені (0%). Це узгоджується з віковими особливостями старшого підліткового віку, для якого характерним є посилення автономності та

зменшення залежності від впливу дорослих. Наведені результати відображено на рис. 3. 8.

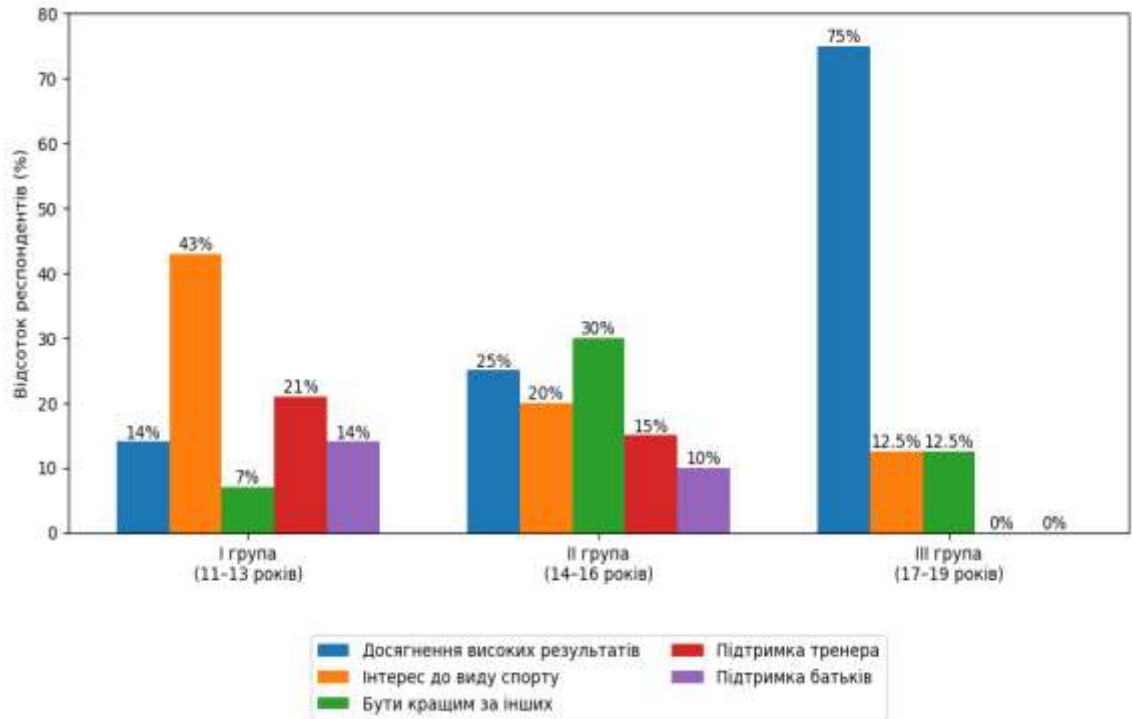


Рис. 3.8. Мотиваційні чинники, що спонукають до продовження занять фехтуванням у респондентів різних

Таким чином, отримані результати демонструють відмінності у структурі мотивації між віковими групами. Зокрема, у молодшій групі більш вираженим є інтерес до самого виду спорту та значущість зовнішньої підтримки, у середній — зростає роль змагальності та прагнення перевершити інших, тоді як у старшій групі домінує орієнтація на досягнення високих спортивних результатів.

На питання анкети «Що для Вас є головною метою занять фехтуванням?» було отримано такі результати. Найбільша частка респондентів — 15 осіб (36%) — зазначила, що основною метою занять є спілкування та перебування в команді, що свідчить про важливість соціальної взаємодії та командного середовища для юних фехтувальників. Значна

частина опитаних — 14 осіб (33%) — обрала отримання задоволення від тренувань, що вказує на переважання внутрішньої мотивації та позитивного ставлення до занять спортом. Водночас 8 осіб (19%) орієнтуються на досягнення високих спортивних результатів, що свідчить про наявність, але не домінування результативної мотивації у досліджуваній вибірці. Найменша кількість респондентів — 5 осіб (12%) — пов'язує заняття фехтуванням із майбутньою професійною діяльністю. Отже, у структурі мотивації переважають соціальні та емоційні чинники, тоді як орієнтація на високі спортивні досягнення та професійну реалізацію виражена меншою мірою.

Розподіл відповідей за віковими групами дозволяє виявити певні особливості мотивації юних фехтувальників.

У I групі (11–13 років) переважають мотиви, пов'язані із задоволенням від занять та соціальною взаємодією. Найбільша частка респондентів — 7 осіб (50%) — зазначила, що займається фехтуванням заради отримання задоволення від тренувань. Водночас 6 осіб (43%) обрали спілкування та перебування в команді. Лише 1 особа (7%) орієнтується на досягнення високих спортивних результатів, а жоден респондент не пов'язує заняття фехтуванням із майбутньою професійною діяльністю, що свідчить про домінування емоційно-позитивної та соціальної мотивації у молодшому віці.

У II групі (14–16 років) спостерігається поступова зміна мотиваційної структури. Найбільша частка респондентів — 9 осіб (45%) — надає перевагу спілкуванню та командній взаємодії. 6 осіб (30%) займаються фехтуванням заради задоволення, тоді як 3 особи (15%) орієнтовані на досягнення високих спортивних результатів. З'являється також професійна мотивація: 2 особи (10%) пов'язують заняття спортом із майбутньою професійною діяльністю, що свідчить про поступове формування більш усвідомлених цілей.

У III групі (17–19 років) домінує орієнтація на досягнення високих спортивних результатів — 4 особи (50%). Значна частка респондентів — 3 особи (38%) — розглядає фехтування як можливу сферу майбутньої професійної діяльності. Лише 1 особа (13%) зазначила отримання

задоволення від тренувань як головну мету, а мотив спілкування та командної взаємодії не представлений, що свідчить про зростання значущості результативної та професійної мотивації у старшому підлітковому віці.

Отримані результати представлено на рис. 3.9.

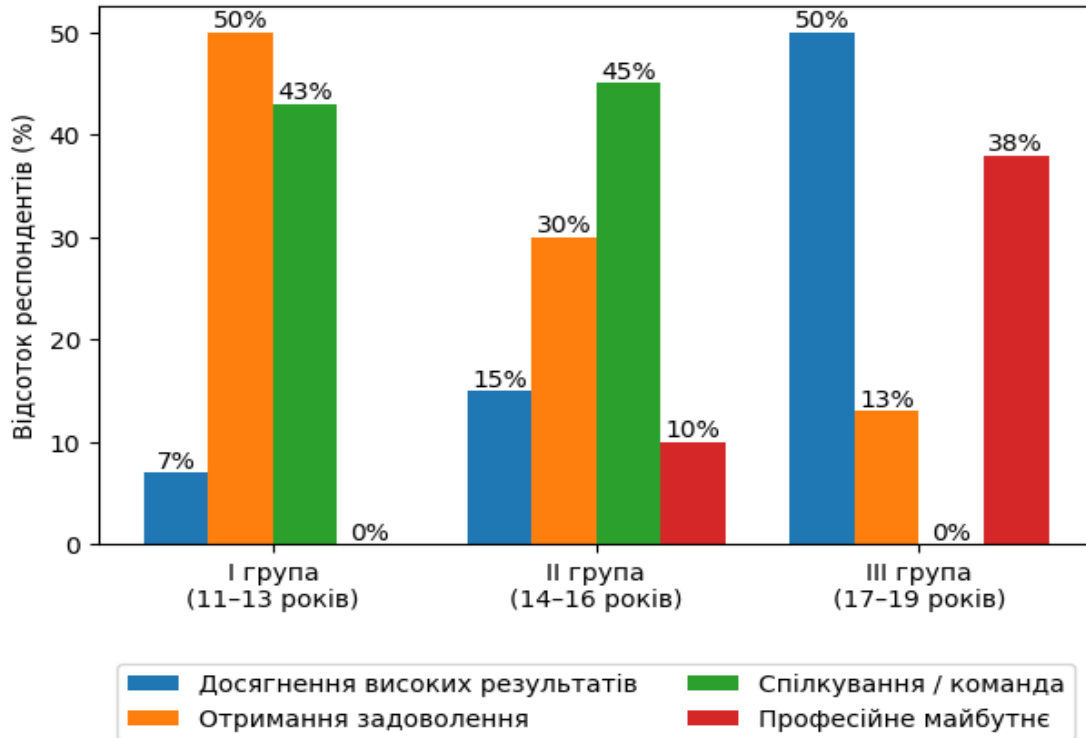


Рис. 3. 9. Основна мета занять фехтуванням у респондентів різних вікових груп

Таким чином, із віком відбувається поступове зміщення мотивації від переважно емоційно-соціальних мотивів до орієнтації на досягнення спортивних результатів і професійну реалізацію у сфері спорту.

На питання анкети «Що у заняттях фехтуванням приносить Вам найбільше задоволення?» було отримано такі результати. Найбільша частка респондентів — 10 осіб (24%) — зазначила, що найбільше задоволення їм приносить спілкування та взаємодія з іншими спортсменами, що свідчить про важливість соціального аспекту у процесі спортивної діяльності. Таку ж частку опитаних — 10 осіб (24%) — становлять респонденти, які обрали участь у змаганнях, що вказує на значний інтерес до змагальної діяльності та

пов'язаних із нею емоцій. Водночас 9 осіб (21%) отримують найбільше задоволення від перемоги над суперником, що відображає орієнтацію частини респондентів на досягнення результату. Крім того, 8 осіб (19%) зазначили, що для них важливим є покращення власних результатів, що свідчить про прагнення до самовдосконалення. Найменша кількість респондентів — 5 осіб (12%) — обрала сам процес тренувань, що вказує на менш виражену орієнтацію на сам процес занять у даній вибірці.

Таким чином, у структурі задоволення від занять фехтуванням поєднуються як соціальні, так і результативні мотиви, при цьому дещо більш вираженими є мотиви, пов'язані зі змагальною діяльністю та міжособистісною взаємодією.

Розподіл відповідей за віковими групами дозволяє виявити особливості того, що саме приносить найбільше задоволення від занять фехтуванням у респондентів різного віку.

У I групі (11–13 років) переважають соціальні та емоційні аспекти. Найбільша частка респондентів — 5 осіб (36%) — зазначила, що найбільше задоволення їм приносить спілкування та взаємодія з іншими спортсменами. Водночас 3 особи (21%) обрала сам процес тренувань, що свідчить про важливість емоційного задоволення від занять. Інші варіанти — покращення результатів, участь у змаганнях та перемога над суперником — обрала по 2 особи (14%), що вказує на ще не сформовану орієнтацію на результат у цьому віці.

У II групі (14–16 років) спостерігається більш виражена орієнтація на змагальну діяльність. Найбільша частка респондентів — 6 осіб (30%) — отримує задоволення від участі у змаганнях. По 5 осіб (25%) обрала спілкування та взаємодію з іншими спортсменами, що свідчить про збереження соціальної складової мотивації. 4 особи (20%) відзначили перемогу над суперником, тоді як 3 особи (15%) — покращення власних результатів. Найменша частка — 2 особи (10%) — отримує задоволення від

самого процесу тренувань, що може свідчити про поступове зміщення мотивації у бік результативності.

У III групі (17–19 років) домінують результативні мотиви. Найбільша частка респондентів — по 3 особи (38%) — отримує задоволення від покращення власних результатів та перемоги над суперником. 2 особи (25%) обрали участь у змаганнях, що також підкреслює важливість змагальної діяльності. Водночас жоден респондент не зазначив сам процес тренувань або спілкування як головне джерело задоволення, що свідчить про зниження значущості соціально-емоційних мотивів у старшому підлітковому віці. Отримані результати дослідження відображено на рис. 3.10.

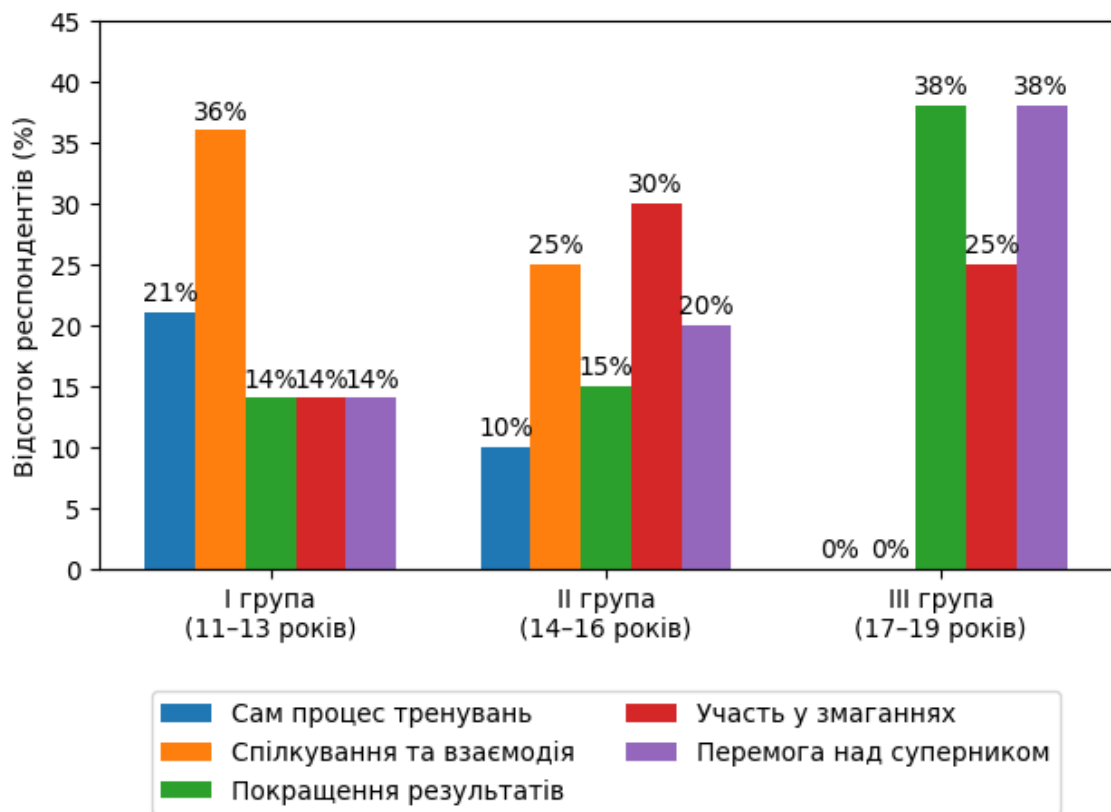


Рис. 3. 10. Основні джерела задоволення від занять фехтуванням за віковими групами

Таким чином, із віком спостерігається зміщення від переважання соціальних та емоційних джерел задоволення до результативних і змагальних аспектів спортивної діяльності.

3.1.4. Результати дослідження соціально-педагогічної підтримки та стійкості мотивації до невдач у юних фехтувальників.

На питання анкети «Чи важлива для Вас підтримка тренера?» було отримано такі результати. Майже половина респондентів — 20 осіб (48%) — зазначила, що підтримка тренера є для них дуже важливою. Ще 14 осіб (33%) вважають її скоріше важливою, що в сукупності свідчить про високу значущість ролі тренера у спортивній діяльності. Водночас 6 осіб (14%) зазначили, що підтримка тренера є не дуже важливою, а 2 особи (5%) — зовсім не важливою.

Таким чином, для більшості респондентів підтримка тренера має важливе значення, однак можна припустити, що її роль зменшується з віком спортсменів.

Розподіл відповідей за віковими групами дозволяє виявити особливості значущості підтримки тренера у респондентів різного віку.

У I групі (11–13 років) підтримка тренера має найбільше значення. Переважна більшість респондентів — 10 осіб (71%) — зазначила, що вона є дуже важливою, ще 3 особи (21%) вважають її скоріше важливою. Лише 1 особа (7%) обрала варіант «не дуже важлива», тоді як відповідь «зовсім не важлива» відсутня. Це свідчить про високу залежність молодших спортсменів від підтримки тренера та значущість його ролі на початкових етапах підготовки.

У II групі (14–16 років) спостерігається певне зниження значущості тренерської підтримки. Кількість респондентів, які вважають її дуже важливою (9 осіб (45%)), дорівнює кількості тих, хто обрав варіант «скоріше важлива» (9 осіб (45%)). Водночас з'являються відповіді «не дуже важлива» та «зовсім не важлива» (по 1 особі (5%)), що свідчить про поступове формування більш самостійного ставлення до тренувального процесу.

У III групі (17–19 років) переважає інша тенденція. Найбільша частка респондентів — 4 особи (50%) — зазначила, що підтримка тренера є не дуже важливою. Лише 1 особа (12%) вважає її дуже важливою, ще 2 особи (25%) — скоріше важливою, а 1 особа (12%) — зовсім не важливою. Це свідчить про зменшення значущості зовнішньої підтримки та більшу орієнтацію старших спортсменів на власний досвід і самостійність у процесі спортивної діяльності. Отримані результати представлено на рис.3.11.

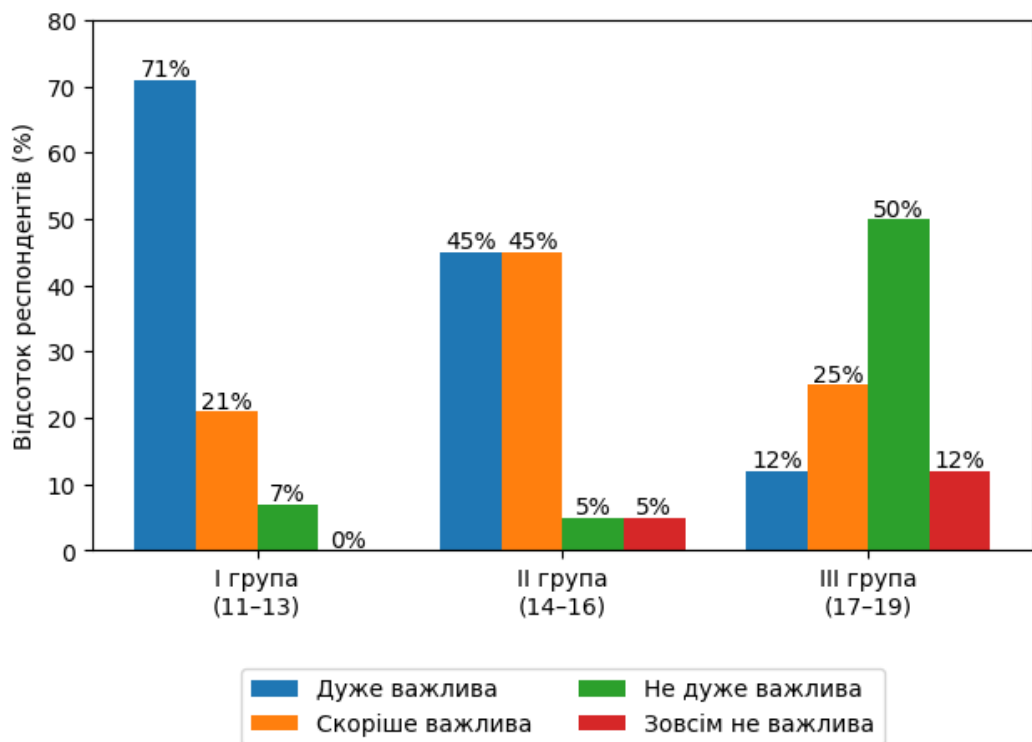


Рис. 3.11. Значущість підтримки тренера у респондентів різних вікових груп

Таким чином, із віком спостерігається поступове зниження значущості підтримки тренера: від її домінування у молодшому віці до меншої ролі у старшому юнацькому віці.

На питання анкети «Що найбільше підтримує Ваше бажання регулярно тренуватися?» було отримано наступні результати. Найбільша частка респондентів — 13 осіб (31%) — зазначила, що визначальним чинником є взаємовідносини та атмосфера у спортивному колективі, що свідчить про важливість соціального середовища у підтриманні мотивації до регулярних

занять. Досить значна частина опитаних — 11 осіб (26%) — обрала результати на змаганнях, що вказує на суттєву роль змагальної діяльності у формуванні стійкого інтересу до тренувального процесу. Водночас 8 осіб (19%) орієнтуються на думку тренера, що підкреслює значущість професійного супроводу та зворотного зв'язку у спортивній підготовці. Крім того, 6 осіб (14%) зазначили, що важливим чинником є прагнення підтримувати гарну фізичну форму, що відображає наявність внутрішньої мотивації. Найменша кількість респондентів — 4 особи (10%) — орієнтується на думку батьків, що може свідчити про зниження впливу сімейного фактору на підтримання регулярності занять у підлітковому віці.

Таким чином, у структурі чинників, що підтримують бажання регулярно тренуватися, провідну роль відіграють соціальні та результативні компоненти, тоді як внутрішні та зовнішні (сімейні) чинники мають менш виражений вплив.

Розподіл відповідей за віковими групами дозволяє виявити особливості чинників, що підтримують бажання респондентів регулярно тренуватися.

У I групі (11–13 років) провідну роль відіграють соціальні та зовнішні чинники. Найбільша частка респондентів — 5 осіб (36%) — зазначила, що їх мотивують взаємовідносини та атмосфера у спортивному колективі. Водночас по 3 особи (21%) обрала думку тренера та прагнення підтримувати гарну фізичну форму, що свідчить про важливість як зовнішнього впливу, так і початкового формування внутрішньої мотивації. Інші варіанти — результати на змаганнях та думка батьків — обрала 2 особи (14%) та 1 особа (7%) відповідно.

У II групі (14–16 років) спостерігається більш збалансована структура мотиваційних чинників. Найбільшу частку становлять взаємовідносини у колективі та результати на змаганнях — по 6 осіб (30%), що вказує на поєднання соціальних і результативних мотивів. 4 особи (20%) орієнтуються на думку тренера, тоді як 2 особи (10%) обрала прагнення підтримувати

гарну фізичну форму та думку батьків, що свідчить про поступове зниження ролі зовнішніх чинників.

У III групі (17–19 років) домінують результативні мотиви. Найбільша частка респондентів — 3 особи (38%) — зазначила, що їх найбільше мотивують результати на змаганнях. Інші варіанти — взаємовідносини у колективі, думка тренера, прагнення підтримувати фізичну форму та думка батьків — обрали по 1–2 особи (12–25%), що свідчить про більш індивідуалізований характер мотивації та зменшення впливу окремих зовнішніх чинників.

Отримані результати представлено на рис. 3.12.

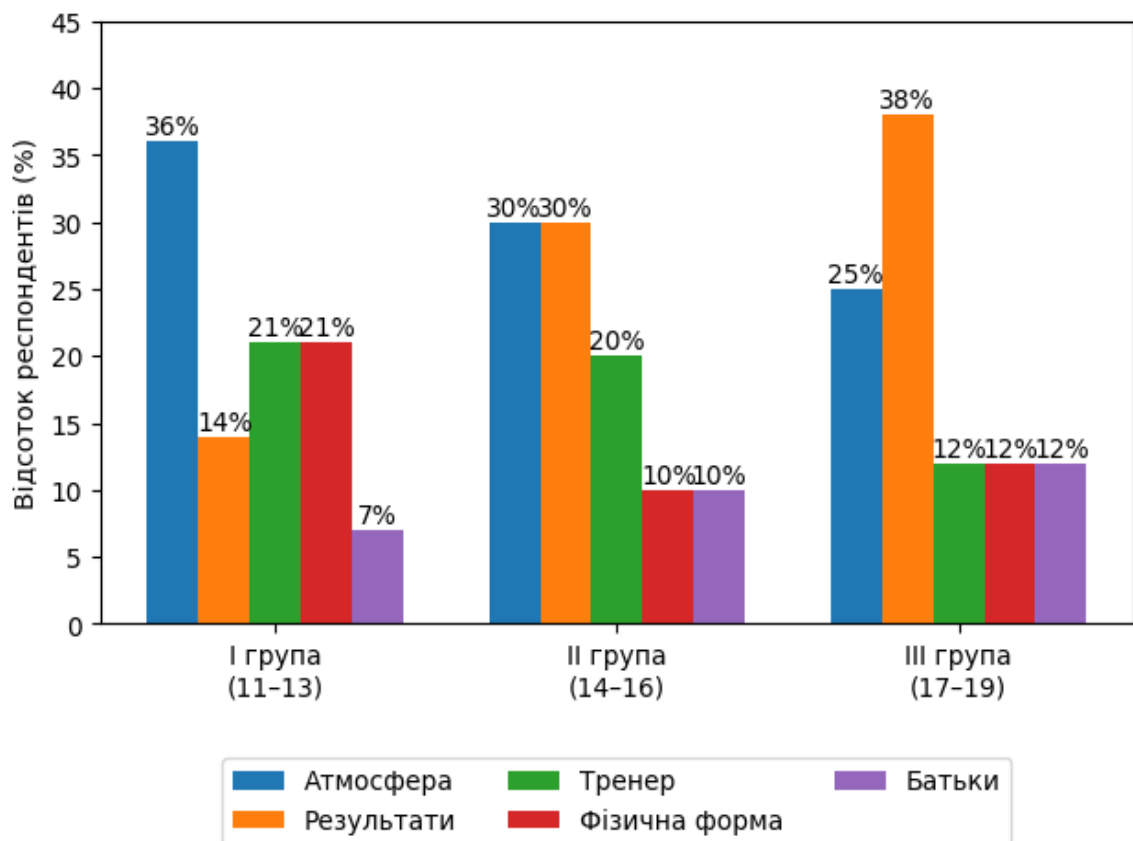


Рис. 3.12. Чинники, що підтримують бажання регулярно тренуватися у респондентів різних вікових груп

Таким чином, із віком спостерігається перехід від домінування соціальних та зовнішніх чинників до зростання ролі результативних мотивів, що підтримують регулярність тренувань у старшому юнацькому віці.

На питання анкети «Чи важливо для Вас отримувати нагороди та медалі?» було отримано такі результати. Найбільша частка респондентів — 16 осіб (38%) — зазначила, що це є для них дуже важливим. Ще 13 осіб (31%) вважають отримання нагород скоріше важливим, що в сукупності свідчить про значну роль результативної складової у спортивній діяльності. Водночас 9 осіб (21%) зазначили, що отримання нагород є не дуже важливим, а 4 особи (10%) — зовсім не важливим.

Таким чином, для більшості респондентів нагороди та медалі мають значення, однак вони не є єдиним визначальним чинником мотивації, що узгоджується з попередніми результатами дослідження.

Розподіл відповідей за віковими групами дозволяє виявити особливості значущості отримання нагород та медалей для респондентів різного віку.

У I групі (11–13 років) спостерігається неоднорідність у ставленні до нагород. Найбільша частка респондентів — 5 осіб (36%) — вважає отримання нагород скоріше важливим, тоді як 4 особи (29%) зазначили, що це дуже важливо. Водночас 3 особи (21%) обрали варіант «не дуже важливо», а 2 особи (14%) — «зовсім не важливо». Це свідчить про те, що у молодшому віці орієнтація на нагороди ще не є домінуючою.

У II групі (14–16 років) значущість нагород дещо зростає. Найбільша частка респондентів — 7 осіб (35%) — зазначила, що отримання нагород є дуже важливим. Разом із тим 5 осіб (25%) вважають це скоріше важливим. Водночас 6 осіб (30%) обрали варіант «не дуже важливо», а 2 особи (10%) — «зовсім не важливо», що свідчить про збереження різних підходів до оцінки значущості нагород у цьому віці.

У III групі (17–19 років) спостерігається чітка орієнтація на результат. Більшість респондентів — 5 осіб (63%) — зазначила, що отримання нагород є дуже важливим, а 3 особи (37%) — скоріше важливим. Відповіді «не дуже важливо» та «зовсім не важливо» відсутні, що свідчить про високу значущість результативних досягнень у старшому юнацькому віці.

Отримані результати опитування відображено на рис. .3. 13.

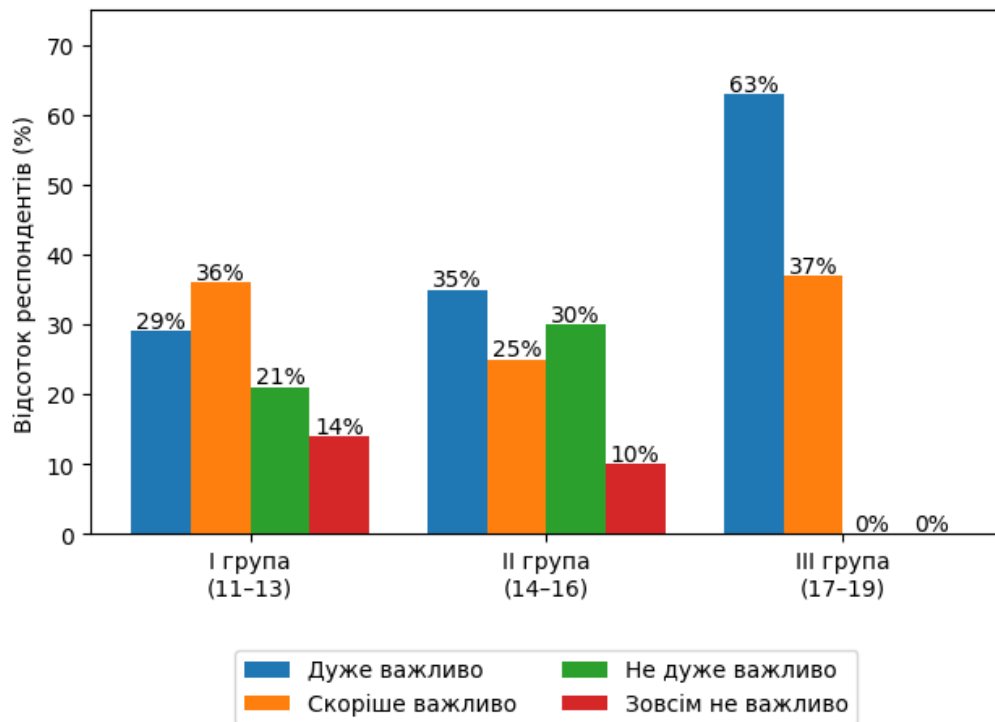


Рис. 3.13. Значущість отримання нагород та медалей у респондентів різних вікових груп

Таким чином, із віком зростає значущість отримання нагород і медалей: від відносно неоднорідного ставлення у молодшому віці до чітко вираженої орієнтації на результат у старшому юнацькому віці.

На питання анкети «Як Ви зазвичай реагуєте на поразки?» було отримано такі результати. Найбільша частка респондентів — 15 осіб (36%) — зазначила, що після поразки намагається тренуватися більше, що свідчить про прагнення до самовдосконалення та конструктивне сприйняття невдач. Майже така ж кількість опитаних — 14 осіб (33%) — відповіла, що засмучується, але продовжує тренування, що вказує на наявність емоційної реакції без припинення спортивної діяльності. Водночас 11 осіб (26%) зазначили, що після поразок тимчасово втрачають бажання тренуватися, що свідчить про чутливість частини респондентів до невдач. Найменша частка опитаних — 2 особи (5%) — відповіла, що поразки суттєво не впливають на них.

Таким чином, більшість респондентів демонструє активні або емоційні реакції на поразки, при цьому повна байдужість до невдач практично відсутня.

Розподіл відповідей за віковими групами дозволяє виявити особливості реагування на поразки у респондентів різного віку.

У I групі (11–13 років) переважають емоційні та менш стійкі реакції. Найбільша частка респондентів — 6 осіб (43%) — зазначила, що після поразки тимчасово втрачає бажання тренуватися. Водночас 4 особи (29%) відповіли, що засмучуються, але продовжують тренування, а 3 особи (21%) намагаються тренуватися більше. Лише 1 особа (7%) зазначила, що поразки суттєво не впливають на неї. Це свідчить про підвищену емоційну чутливість молодших спортсменів до невдач.

У II групі (14–16 років) реакції стають більш збалансованими. Найбільша частка респондентів — 8 осіб (40%) — обрала варіант «намагаюсь тренуватися більше», що вказує на формування конструктивного ставлення до поразок. 7 осіб (35%) зазначили, що засмучуються, але продовжують тренування. Водночас 4 особи (20%) тимчасово втрачають бажання тренуватися, а 1 особа (5%) не відчуває суттєвого впливу поразок.

У III групі (17–19 років) реакції на поразки мають більш виражений характер. Найбільша частка респондентів — 4 особи (50%) — зазначила, що після поразки намагається тренуватися більше. Ще 3 особи (38%) засмучуються, але продовжують тренування, а 1 особа (12%) тимчасово втрачає бажання тренуватися. Варіант «це суттєво не впливає на мене» не обрав жоден респондент.

Це свідчить про те, що поразки мають суттєвий вплив на спортсменів старшого юнацького віку та викликають активну або емоційну реакцію, спрямовану на подальше вдосконалення або переживання невдачі.

Отримані результати представлено на рис. 3.14.

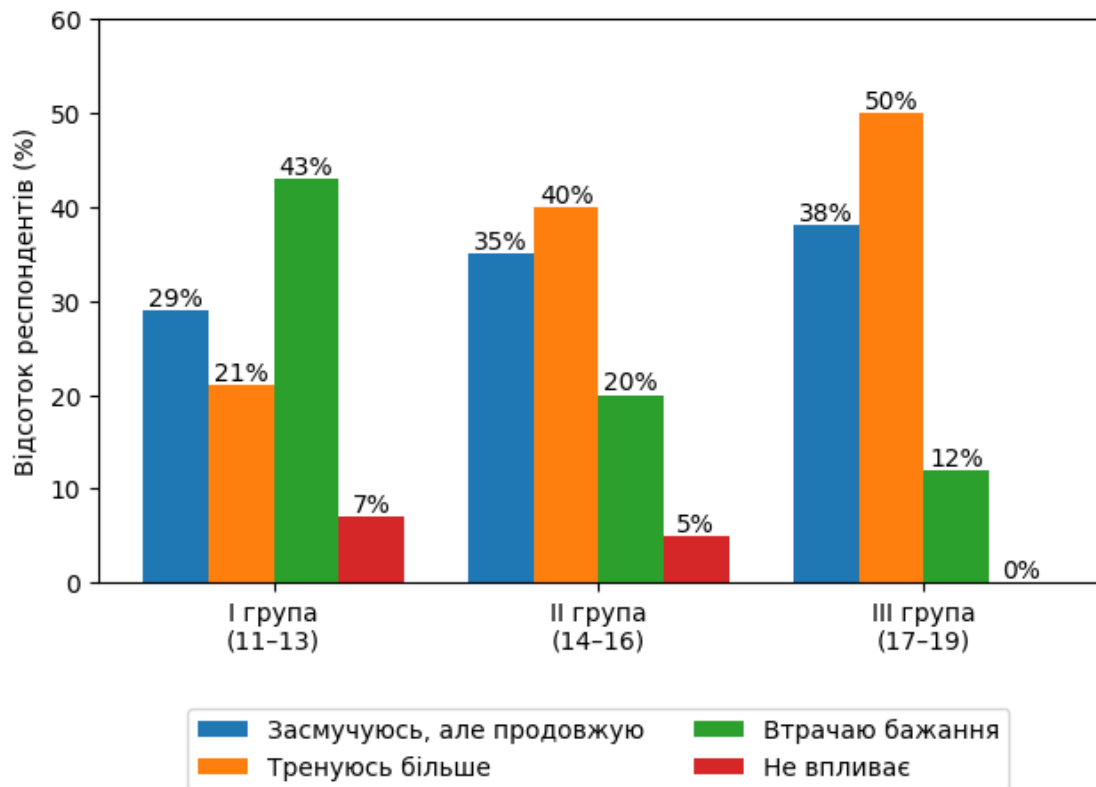


Рис. 3.14. Особливості реагування на поразки у респондентів різних вікових груп

Таким чином, із віком спостерігається зміщення від переважно емоційних і нестійких реакцій до більш активного реагування на поразки, що проявляється у прагненні до самовдосконалення та збереженні залученості до тренувального процесу.

На питання анкети «Що може зменшити Ваше бажання займатися фехтуванням?» було отримано такі результати. Найбільша частка респондентів — 11 осіб (26%) — зазначила, що таким чинником є часті поразки, що свідчить про значний вплив результативності на мотивацію спортсменів. Досить значна кількість опитаних — по 9 осіб (21%) — вказала на конфлікти в команді та втому або травми, що підкреслює важливість як психологічного клімату у спортивному колективі, так і фізичного стану спортсменів у підтриманні їх мотивації. Менша частка респондентів — 6 осіб (14%) — зазначила надмірну складність тренувань як чинник, що може знижувати бажання займатися фехтуванням. Водночас 5 осіб (12%) обрали

відсутність підтримки з боку тренера, що вказує на певну значущість цього чинника, хоча він і не є провідним. Найменша кількість опитаних — 2 особи (5%) — зазначила відсутність підтримки з боку батьків, що свідчить про відносно незначний вплив сімейного чинника на зниження мотивації у досліджуваній вибірці.

Таким чином, основними чинниками, що можуть зменшувати бажання займатися фехтуванням, є результативні, соціально-психологічні та фізичні аспекти, тоді як зовнішній вплив з боку оточення має менш виражене значення.

Розподіл відповідей за віковими групами дозволяє виявити особливості чинників, що можуть зменшувати бажання респондентів займатися фехтуванням.

У I групі (11–13 років) найбільший вплив мають соціальні чинники. Найбільша частка респондентів — 4 особи (29%) — зазначила, що зниження мотивації може бути пов'язане з конфліктами в команді. Водночас по 2–3 особи (14–21%) обрали такі варіанти, як часті поразки, втома або травми, надмірна складність тренувань та відсутність підтримки з боку тренера, що свідчить про різноманітність чинників впливу у молодшому віці. Найменш значущим чинником є відсутність підтримки з боку батьків — 1 особа (7%).

У II групі (14–16 років) структура відповідей є більш збалансованою. Найбільша частка респондентів — 5 осіб (25%) — зазначила, що зниження мотивації пов'язане з частими поразками. По 4 особи (20%) обрали конфлікти в команді та втому або травми, що підкреслює значущість як психологічних, так і фізичних чинників. Менша частка респондентів — 3 особи (15%) — вказала на надмірну складність тренувань і відсутність підтримки з боку тренера, тоді як 1 особа (5%) обрала відсутність підтримки з боку батьків.

У III групі (17–19 років) домінують результативні та фізичні чинники. Найбільша частка респондентів — по 3 особи (38%) — зазначила, що зниження мотивації пов'язане з частими поразками та втомою або травмами. Значно менша частка — по 1 особі (12%) — обрала конфлікти в команді та

надмірну складність тренувань. Водночас жоден респондент не зазначив відсутність підтримки з боку тренера чи батьків як значущий чинник, що свідчить про зниження ролі зовнішнього впливу у старшому юнацькому віці.

Дані дослідження ілюстровано на рис. .3. 15.

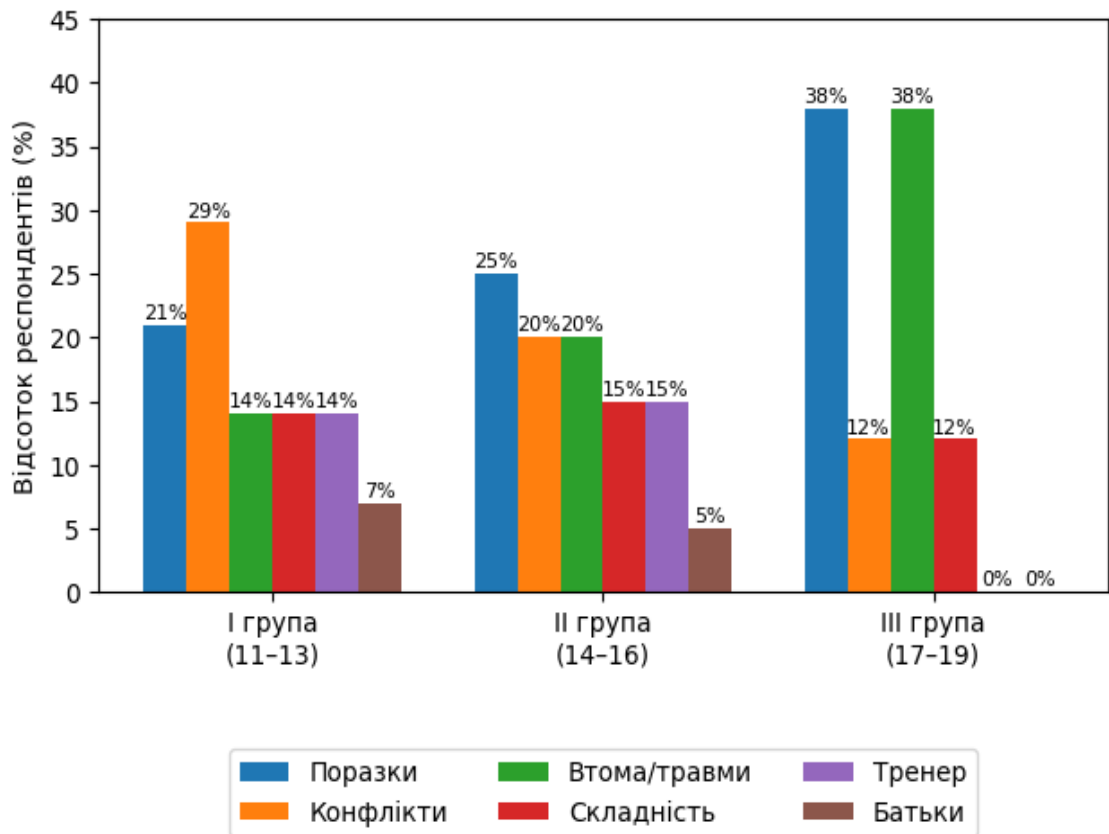


Рис. 3.15.. Чинники, що знижують бажання займатися фехтуванням у респондентів різних вікових груп

Таким чином, із віком спостерігається зміщення від переважання соціальних чинників до зростання значущості результативних і фізичних аспектів, що впливають на бажання займатися фехтуванням.

На питання анкети «Що допомагає Вам не припиняти заняття фехтуванням після невдач або труднощів?» було отримано такі результати. Найбільша частка респондентів — 12 осіб (29%) — зазначила, що головним чинником є бажання досягти власних спортивних цілей, що свідчить про важливість особистісно значущої мотивації у подоланні труднощів. Досить значна кількість опитаних — 9 осіб (21%) — обрала перебування серед друзів

у спортивному колективі, що підкреслює роль соціального середовища у підтриманні стійкості до невдач. Крім того, 8 осіб (19%) зазначили інтерес до фехтування, що відображає внутрішню мотивацію до занять. Водночас 7 осіб (17%) вказали на звичку до тренувань, що свідчить про сформованість стійких поведінкових установок. Менша частка респондентів — 4 особи (10%) — обрала підтримку тренера, тоді як найменша — 2 особи (5%) — підтримку родини, що свідчить про відносно невелику роль зовнішнього впливу у подоланні труднощів.

Таким чином, провідну роль у підтриманні занять після невдач відіграють внутрішні та соціальні чинники, тоді як зовнішня підтримка має менш виражене значення.

Розподіл відповідей за віковими групами дозволяє виявити особливості чинників, що допомагають респондентам не припиняти заняття фехтуванням після невдач або труднощів.

У I групі (11–13 років) провідну роль відіграють соціальні чинники. Найбільша частка респондентів — 5 осіб (36%) — зазначила, що продовжувати заняття допомагає перебування серед друзів у спортивному колективі. Водночас 3 особи (21%) обрала бажання досягти власних спортивних цілей, а по 2 особи (14%) — інтерес до фехтування та звичку до тренувань. Менша частка респондентів — по 1 особі (7%) — вказала на підтримку тренера та підтримку родини. Це свідчить про значну роль соціального середовища та зовнішньої підтримки у молодшому віці.

У II групі (14–16 років) мотивація має більш збалансований характер. Найбільша частка респондентів — 5 осіб (25%) — зазначила бажання досягти власних спортивних цілей. Значущими також є перебування у колективі та інтерес до фехтування — по 4 особи (20%). 3 особи (15%) обрала звичку до тренувань і підтримку тренера, тоді як 1 особа (5%) — підтримку родини. Це свідчить про поєднання внутрішніх і зовнішніх чинників у підтриманні мотивації.

У III групі (17–19 років) чітко домінують внутрішні чинники. Найбільша частка респондентів — 4 особи (50%) — зазначила, що продовжувати заняття допомагає бажання досягти власних спортивних цілей. Водночас 2 особи (25%) обрали інтерес до фехтування та ще 2 особи (25%) — звичку до тренувань. Варіанти, пов'язані із соціальною підтримкою (колектив, тренер, родина), не були обрані жодним респондентом. Це свідчить про зростання ролі внутрішньої мотивації та самостійності у старшому юнацькому віці. Результати дослідження наведено на рис.3. 16.

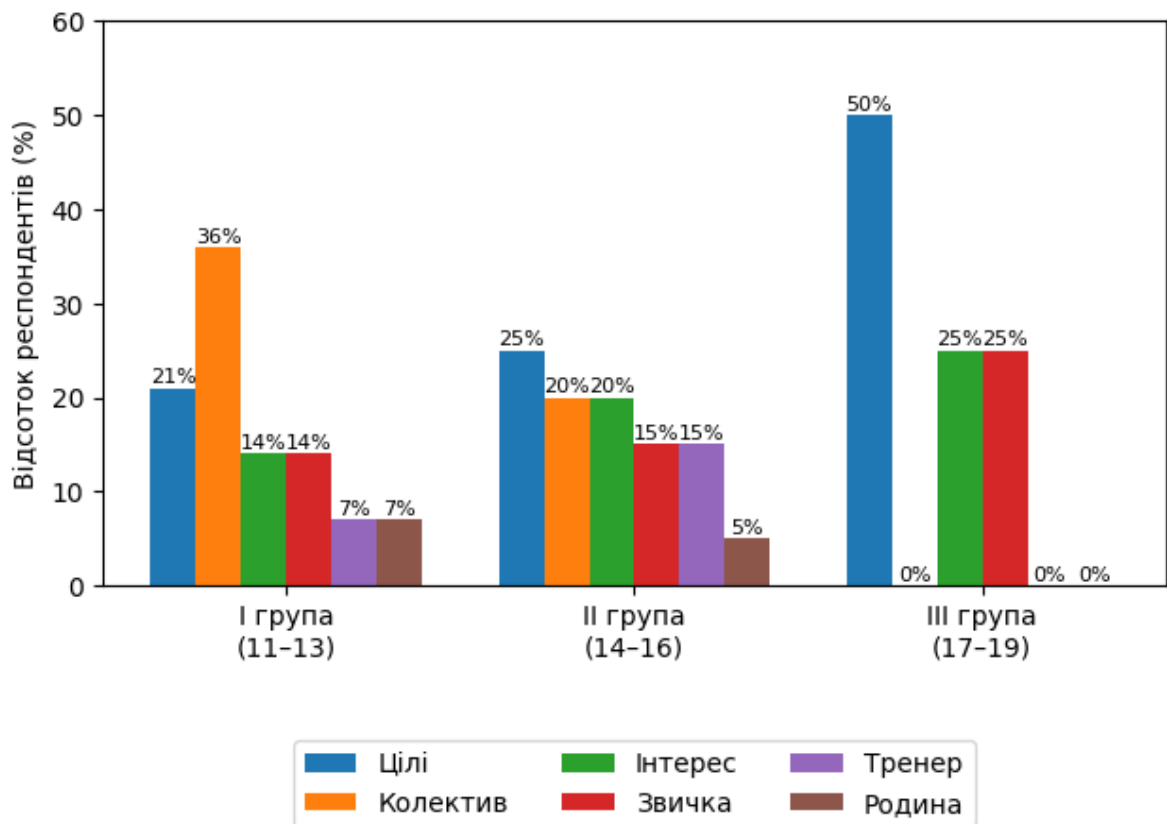


Рис. .3. 16. Чинники, що допомагають не припиняти заняття фехтуванням після труднощів у респондентів різних вікових груп

Таким чином, із віком відбувається перехід від переважання соціальних чинників до домінування внутрішніх мотивів, що забезпечують стійкість до труднощів у спортивній діяльності.

3.2. Практичні аспекти організації тренувальної діяльності фехтувальників дитячо-юнацького віку

У процесі організації тренувальної діяльності доцільно враховувати вікові особливості мотивації спортсменів-фехтувальників дитячо-юнацького віку.

Для спортсменів молодшої вікової групи (11–13 років) тренувальний процес має бути спрямований на підтримання інтересу до занять, формування позитивного емоційного ставлення до фехтування та створення сприятливого психологічного клімату в колективі. З цією метою доцільно:

- 1) використовувати гейміфікацію тренувань (система балів, рівнів, «місій» або «челенджів» на тренування);
- 2) впроваджувати короткі ігрові блоки (5–10 хв) після кожного технічного етапу (наприклад, «перше торкання», «реакція на сигнал», командні естафети);
- 3) застосовувати візуалізацію досягнень (дошка прогресу, наклейки, персональні картки спортсмена);
- 4) створювати ситуації успіху для кожного спортсмена (індивідуальні мікроцілі на тренування);
- 5) використовувати швидкий позитивний фідбек з боку тренера (похвала одразу після правильної дії).

У роботі зі спортсменами середньої вікової групи (14–16 років) рекомендується поєднувати соціально-емоційні та результативні аспекти мотивації. Рекомендується:

- 1) проводити регулярні контрольні бої з чіткими завданнями (наприклад: «виграти дію в другому темпі», «працювати тільки на контратаціях»);
- 2) впроваджувати внутрішні рейтинги групи (щотижневі або щомісячні);
- 3) використовувати відеоаналіз поєдинків (навіть короткий розбір 1–2 дій після бою);
- 4) застосовувати метод постановки короткострокових цілей (на 1–2 тижні);

- 5) залучати спортсменів до самооцінки після бою (що вийшло / що потрібно покращити);
- 6) використовувати парну роботу з взаємним зворотним зв'язком;
- 7) формувати відчуття командної єдності шляхом організації спільних тренувальних завдань, розвитку взаємопідтримки між спортсменами та заохочення їх до активної підтримки одноклубників під час змагальної діяльності;
- 8) підтримувати позитивну атмосферу у спортивному колективі.

Для спортсменів старшої вікової групи (17–19 років) тренувальний процес має бути більш індивідуалізованим і орієнтованим на досягнення спортивних результатів. Доцільно:

- 1) розробляти індивідуальні плани підготовки (технічні + тактичні + психологічні цілі);
- 2) впроваджувати чітко сформульовані індивідуальні цілі, які є конкретними, піддаються оцінюванню та є реалістичними для досягнення;
- 3) використовувати системний відеоаналіз змагань (розбір тактики, помилок, сильних сторін);
- 4) залучати спортсменів до планування тренувального навантаження;
- 5) вести тренувальний щоденник спортсмена (саморефлексія);
- 6) розвивати ментальні навички (візуалізація бою, концентрація, контроль емоцій).

Крім того, у тренувальному процесі необхідно враховувати вплив поразок на мотиваційну сферу спортсменів. З цією метою доцільно:

- 1) проводити структурований розбір поразки з виділенням позитивного аспекту, основної помилки та можливостей для покращення;
- 2) розглядати помилки як можливість для навчання та вдосконалення спортивної діяльності;

- 3) уникати акценту виключно на результаті, натомість оцінювати якість виконання дій;
- 4) впроваджувати психологічні міні-інтервенції (короткі обговорення після бою, підтримка групи);
- 5) формувати стійкість до стресу через моделювання змагальних ситуацій (тиск часу, рахунок, останній укол).

Таким чином, запропоновані практичні рекомендації щодо організації тренувального процесу фехтувальників дитячо-юнацького віку ґрунтуються на врахуванні вікових особливостей мотиваційної сфери спортсменів і спрямовані на підвищення ефективності їхньої підготовки. Їх реалізація передбачає застосування диференційованого підходу, що поєднує емоційно-підтримувальні, змагальні та особистісно-орієнтовані засоби впливу, а також інтеграцію сучасних підходів до мотивації, зокрема гейміфікації, індивідуалізації, відеоаналізу та саморефлексії. Застосування зазначених рекомендацій у практиці тренерської діяльності створює умови для оптимізації тренувального процесу та підвищення результативності змагальної діяльності фехтувальників.

Висновки до розділу 3

Проведене емпіричне дослідження дало змогу встановити, що мотивація спортсменів-фехтувальників дитячо-юнацького віку є багатокомпонентною та змінюється залежно від віку, спортивного досвіду і рівня залученості до тренувальної та змагальної діяльності. Аналіз результатів анкетування показав, що у молодшому віці переважають соціальні, емоційні та зовнішньо зумовлені чинники мотивації, зокрема інтерес до виду спорту, атмосфера в колективі, підтримка тренера та задоволення від самого процесу занять. Водночас у старших респондентів зростає значущість внутрішніх мотивів, пов'язаних із досягненням високих спортивних результатів, отриманням нагород, прагненням до самовдосконалення,

професійною орієнтацією та подоланням труднощів через власні спортивні цілі.

Водночас виявлено, що зі зростанням віку відбувається не лише якісна трансформація мотиваційної сфери, але й кількісні зміни у складі спортсменів: зменшення чисельності старших спортсменів може відображати підвищення вимог до психологічної стійкості, здатності витримувати навантаження та справлятися з невдачами.

На основі отриманих результатів було розроблено практичні рекомендації щодо організації тренувального процесу з урахуванням вікових особливостей мотиваційної сфери спортсменів. Їх упровадження сприятиме підвищенню залученості юних фехтувальників до занять, оптимізації тренувального процесу та підвищенню ефективності спортивної підготовки.

Таким чином, отримані результати підкреслюють необхідність урахування вікових психологічних особливостей мотивації при організації тренувального процесу та створенні умов для її підтримання і розвитку.

ВИСНОВКИ

1. Теоретичний аналіз науково-методичної літератури дозволив визначити мотивацію як складне багатокомпонентне психологічне утворення, що забезпечує спрямованість, активність і стійкість діяльності особистості. У спортивній діяльності мотивація формується під впливом внутрішніх чинників (інтерес до виду спорту, прагнення до самореалізації, досягнення результатів, потреба у самовдосконаленні) та зовнішніх чинників (вплив тренера, батьків, спортивного колективу, умов тренувального процесу). Визначено, що специфіка фехтування як інтелектуально-тактичного виду спорту висуває високі вимоги до емоційної стійкості, концентрації уваги, самоконтролю та швидкості прийняття рішень спортсменів, що визначає важливу роль мотивації у тренувальній і змагальній діяльності.

2. Емпірично встановлено провідні чинники мотивації фехтувальників дитячо-юнацького віку до занять спортом. З'ясовано, що найбільш значущими мотивами продовження занять фехтуванням є прагнення досягти високих спортивних результатів — 31% респондентів, інтерес до самого виду спорту — 26% та бажання бути кращими за інших — 19%. Водночас підтримку тренера як провідний мотиваційний чинник визначили 14% опитаних, а підтримку батьків — 10%. Отримані результати свідчать про переважання внутрішніх мотивів у структурі спортивної мотивації юних фехтувальників. Крім того, досліджено вікові особливості мотиваційної сфери спортсменів та встановлено її залежність від стажу занять і змагального досвіду. Виявлено, що у спортсменів молодшої вікової групи (11–13 років) переважають соціально-емоційні мотиви, зокрема задоволення від тренувань — 50% та спілкування і взаємодія в команді — 43%. У групі 14–16 років спостерігається посилення змагальної мотивації та орієнтації на порівняння власних результатів з іншими спортсменами. У старшій віковій

групі (17–19 років) домінують мотиви, пов'язані з досягненням високих спортивних результатів - 50% та професійною орієнтацією у сфері спорту - 38%.

3. Аналіз результатів дослідження дозволив встановити, що мотиваційна сфера юних фехтувальників характеризується віковою динамікою та поступовим переходом від переважання зовнішньо зумовлених і соціально-емоційних мотивів до внутрішньо усвідомленої результативної мотивації. Виявлено, що у молодшому віці більш значущими є підтримка тренера, позитивна атмосфера у колективі та емоційне задоволення від занять, тоді як у старшому юнацькому віці зростає роль спортивних досягнень, особистих цілей, самореалізації та професійної перспективи. Також встановлено, що основними чинниками, які можуть знижувати мотивацію до занять фехтуванням, є часті поразки — 26%, конфлікти у спортивному колективі — 21% та втома або травми — 21%.

4. На основі результатів дослідження розроблено практичні рекомендації щодо оптимізації мотиваційної залученості фехтувальників дитячо-юнацького віку до тренувального процесу. Для спортсменів молодшої вікової групи доцільним є використання емоційно-підтримувальних та ігрових методів організації тренувань, створення ситуацій успіху та підтримання позитивного психологічного клімату. Для спортсменів середньої вікової групи рекомендовано поєднання соціально-командних і змагальних форм мотивації, використання контрольних поєдинків, внутрішніх рейтингів та елементів самооцінки. Для старшої вікової групи ефективними є індивідуалізація підготовки, постановка конкретних спортивних цілей, системний відеоаналіз та розвиток навичок саморегуляції й психологічної стійкості.

Таким чином, результати проведеного дослідження підтверджують необхідність урахування вікових особливостей мотивації юних фехтувальників у процесі організації тренувальної та змагальної діяльності. Застосування диференційованого підходу до організації спортивної підготовки сприятиме підтриманню стійкого інтересу до занять спортом,

підвищенню мотиваційної залученості спортсменів та підвищенню результативності змагальної діяльності юних фехтувальників.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Вивчення особистості підлітка / за ред. М. Т. Дригус. Київ : Інститут психології АПН України, 1994. 128 с.
2. Головченко, М. В. . (2025). Підвищення мотивації спортсменів шляхом оптимізації тренувального процесу. *Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 15*, (1(186)), 48–52. [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.01\(186\).09](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.01(186).09)
3. Безверхня Г.В. *Мотивація до занять фізичною культурою і спортом школярів 5–11 класів*. Львів: ЛДІФК, 2004. 23 с.
4. Безверхня Г. В. *Формування мотивації до самовдосконалення учнів загальноосвітніх шкіл засобами фізичної культури і спорту : методичні рекомендації для вчителів фізичної культури*. Умань : Уманське видавничо-поліграфічне підприємство, 2003. 52 с.
5. Височіна Н. Л. *Психологічне забезпечення у системі підготовки спортсменів в олімпійському спорті*. Київ : Центр учбової літератури, 2017. 384 с.
6. Воронова В. І. *Психологія спорту : навч. посіб. для студентів ВНЗ. Вид. 3-тє, без змін*. Київ : Олімпійська література, 2017. 271 с.
7. Дмитренко С.М., Дьяченко А.А. *Перспективи, проблеми та наявні здобутки розвитку фізичної культури і спорту в Україні : матеріали II Всеукраїнської електронної конференції, м. Вінниця, 30 січня 2019 р. / за ред. С. М. Дмитренко, А. А. Дьяченко*. Вінниця : ВДПУ, 2019. 245 с.
8. Голець О. В. *Особливості ціннісно-сміслової сфери особистості спортсменів*. Молода спортивна наука України. 2006. Вип. 10, т. 4. С. 53–57.
9. Гринь О.Р. *Психологічне забезпечення та супровід підготовки кваліфікованих спортсменів : навч. посіб.* Київ : Олімпійська література, 2015. 276 с.

10. Клименко, В. В. Психологія спорту : навч. посіб. для студентів ВНЗ / В. В. Клименко. К. : МАУП, 2007. 432 с.:
11. Климчук В. О. Тренінг внутрішньої мотивації: результати апробації та структура. Практична психологія та соціальна робота. 2006. № 10. С. 52–59.
12. Мамедова І. С. Формування мотивації учнів середніх класів до різних видів рухової активності в системі фізичного виховання : дис. д-ра філософії : 017 Фізична культура і спорт ; 01 Освіта / Педагогіка / І. С. Мамедова. – Київ : НУФВСУ, 2023. – 274 с.
13. Ковальчук Н. В., Шапар К. О., Плешакова О. В. Формування мотивації зайняття спортом у сучасної молоді. Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 15 : Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). 2018. Вип. 1 (95). С. 33–36.
14. Крижановська З., Мірченко С. Мотиваційний компонент самореалізації в спортивній діяльності. *Психологія: реальність і перспективи*. 2019. Вип. 12. С. 127–131.
15. Круцевич Т. Ю. «Оцінка як один із факторів підвищення мотивації учнів до фізичної активності».. *Фізичне виховання в школі*. 1999. № 1. С. 47–50.
16. Литвиненко О., Грохович О. Проблеми здоров'я та організація фізкультурно-оздоровчої діяльності студентів у країнах Європи. Молодий вчений. 2018. № 11 (2). С. 679–682.
17. Марченко О. С., Білюк С. П., Ящук В. А. Особливості психічного здоров'я сучасних спортсменів. Громадське здоров'я: проблеми та перспективи розвитку : збірник матеріалів тез науково-практичної конференції з міжнародною участю. Острог : Вид-во Національного університету «Острозька академія», 2018. С. 152–155.
18. Музика О. Л., Савиченко О. М. Розробка програми ціннісної підтримки розвитку спортивних здібностей. Актуальні проблеми психології :

зб. наук. пр. Ін-ту психології ім. Г. С. Костюка АПН України / за ред. В. О. Моляко. Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2009. Т. 12, вип. 8. С. 188–195.

19. Овчарук В. Г., Полякова О. О., Зубаль М. В., Калашник Д. С., Яковлів В. Л. Мотивація досягнення успіху у спортсменів. Перспективи та інновації науки. 2023. № 13 (31). С. 253–262. DOI: 10.52058/2786-4952-2023-13(31)-253-262.

20. Окса М. М., Іваненко В. В., Особливості мотивації спортивної діяльності студентів. Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах. 2021. № 75, т. 1. С. 156–161. DOI: 10.32840/1992-5786.2021.75-1.30.

21. Осадець М. Психологічна підготовка особистості в спорті. *Нова педагогічна думка*. 2014. № 4(80). С. 155–157.

22. Олійник М. М. Щодо проблеми формування в учнів мотивації до занять фізичною культурою та спортом. Вісник Дніпропетровського університету імені Альфреда Нобеля. Серія «Педагогіка і психологія». Педагогічні науки. 2016. № 2 (12). С. 94–101.

23. Перепелиця А., Фокіна Є., Ковальчук В. Мотивація як фактор впливу в спортивній діяльності. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2022. № 4. С. 89–94. DOI: 10.32652/tmfvs.2022.4.89-94.

24. Пивоварчик І. М. Психологічні особливості мотивації досягнень (на прикладі спортсменок і психологинь юнацького віку). *Габітус*. 2020. Вип. 17. С. 109–115. DOI: 10.32843/2663-5208.2020.17.19.

25. Технології психолого-педагогічного супроводу та розвитку суб'єктів спортивної діяльності : колективна монографія / за заг. ред. Т. В. Петровської. Київ : Видавець Позднишев, 2021. 166 с.

26. Черепехіна О. А. Спроби наблизитися до розуміння психологічної сутності мотивації занять спортом. Педагогіка і психологія формування творчої особистості: проблеми і пошуки. Київ–Запоріжжя, 2002. Вип. 26. С. 421–425.

27. Шинкарук О. А., Андрієнко Г. С., Федорчук С. В. Психологічний та психофізіологічний моніторинг стану кваліфікованих спортсменок у черліденгу в дисципліні чер-данс фрістайл під час підготовки до головних змагань. *Спортивна медицина, фізична терапія та ерготерапія*. 2022. № 1. С. 49–59. DOI: <https://doi.org/10.32652/spmed.2022.1.49-59>
28. Allen J. B., Hodge K. Fostering a learning environment: Coaches and the motivational climate. *International Journal of Sports Science & Coaching*. 2006. Vol. 1(3). P. 261–277. URL: <https://dspace.stir.ac.uk/handle/1893/22558>
29. Jones M. V., Meijen C., McCarthy P. J., Sheffield D. A theory of challenge and threat states in athletes. *International Review of Sport and Exercise Psychology*. 2009. Vol. 2, no. 2. P. 161–180. DOI: 10.1080/17509840902829331.
30. Ganakas E., Peden A. E. Exploring why young Australians participate in the sport of fencing: Future avenues for sports-based health promotion. *Health Promotion Journal of Australia*. 2023. Vol. 34, no. 1. P. 48–59. DOI: 10.1002/hpja.650.
31. Mazin V., Byrka M. Motives of teenagers to participate in fencing and football sports. *Journal of Physical Education and Sport*. 2022. Vol. 22, no. 5. P. 1319–1326. DOI: 10.7752/jpes.2022.05165.
32. Sarrazin P., Vallerand R., Guillet E., Pelletier L., Cury F. Motivation and dropout in female handballers. *European Journal of Social Psychology*. 2002. Vol. 32(3). P. 395–418. URL: https://www.selfdeterminationtheory.org/SDT/documents/2002_SarrazinVallerandGuilletPelletierCury_EJSP.pdf
33. Vallerand R. J., Losier G. F. An integrative analysis of intrinsic and extrinsic motivation in sport. *Journal of Applied Sport Psychology*. 1999. Vol. 11(1). P. 142–169. URL: <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/10413209908402956>
34. Weiss M. R., Ferrer-Caja E. Motivational orientations and sport behavior. In: Horn T. S. (Ed.). *Advances in Sport Psychology*. 2nd ed. Champaign,

IL : Human Kinetics, 2002. P. 101–183. URL:
<https://www.researchgate.net/publication/232502438>

35. Curran T., Hill A. P., Hall H. K., Jowett G. E. Relationships between the coach-created motivational climate and athlete engagement in youth sport. *Journal of Sport and Exercise Psychology*. 2015. Vol. 37, no. 2. P. 193–198. DOI: 10.1123/jsep.2014-0203.

36. Gardner L. A., Magee C. A., Vella S. A. Enjoyment and behavioral intention predict organized youth sport participation and dropout. *Journal of Physical Activity and Health*. 2017. Vol. 14, no. 11. P. 861–865. DOI: 10.1123/jpah.2016-0572.

Додаток А

Авторська анкета

Шановний спортсмене!

Запрошуємо Вас взяти участь в анонімному опитуванні, присвяченому мотивації занять фехтуванням.

Анкета є анонімною, а всі отримані відповіді будуть використані лише в узагальненому вигляді. Просимо уважно ознайомитися із запитаннями та обрати варіанти відповідей, які найбільше відповідають Вашій думці.

Дякуємо за участь!

1. Стать:

- Жіноча
- Чоловіча

2. Вік:

- 11–13 років
- 14–16 років
- 17–19 років

3. Стаж занять фехтуванням:

- До 2 років
- 3–4 роки
- 5 і більше років

4. Кількість тренувань на тиждень:

- 1–2 тренування
- 3–4 тренування
- 5 або більше тренувань

5. Середня тривалість одного тренування:

- До 2 годин
- 2–3 години
- Понад 3 години

6. Участь у змаганнях:

(оберіть одну або декілька відповідей)

- Не беру участі у змаганнях
- Регіональний рівень
- Національний рівень
- Міжнародний рівень

7. Вкажіть Ваш найкращий спортивний результат:

8. Що найбільше вплинуло на Ваше рішення почати займатися фехтуванням? (оберіть одну відповідь)

- порада батьків або родичів
- порада друзів або знайомих
- інтерес після перегляду фільмів, мультфільмів чи відео про фехтування
- бажання стати професійним фехтувальником у майбутньому

9. Що найбільше мотивує Вас продовжувати займатися фехтуванням?

(оберіть одну відповідь)

- бажання досягти високих результатів
- підтримка тренера

- підтримка батьків
- інтерес до самого виду спорту
- бажання бути кращим за інших

10. Що для Вас є головною метою занять фехтуванням? *(оберіть одну відповідь)*

- отримувати задоволення від тренувань
- досягати високих спортивних результатів
- спілкуватися та бути частиною команди
- прагнення пов'язати своє професійне майбутнє з фехтуванням

11. Що у заняттях фехтуванням приносить Вам найбільше задоволення?

- перемога над суперником
- покращення власних результатів
- участь у змаганнях
- сам процес тренувань
- спілкування та взаємодія з іншими спортсменами

12. Чи важлива для Вас підтримка тренера?

- дуже важлива
- скоріше важлива
- не дуже важлива
- зовсім не важлива

13. Що найбільше підтримує Ваше бажання регулярно тренуватися?

- прагнення підтримувати гарну фізичну форму
- думка тренера

- думка батьків
- результати на змаганнях
- взаємовідносини та атмосфера у спортивному колективі

14. Чи важливо для Вас отримувати нагороди та медалі?

- дуже важливо
- скоріше важливо
- не дуже важливо
- зовсім не важливо

15. Як Ви зазвичай реагуєте на поразки?

- намагаюсь тренуватися більше
- засмучуюсь, але продовжую
- тимчасово втрачаю бажання тренуватися
- це суттєво не впливає на мене

16. Що може зменшити Ваше бажання займатися фехтуванням?

(оберіть одну відповідь)

- часті поразки
- втома або травми
- відсутність підтримки з боку тренера
- відсутність підтримки з боку батьків
- конфлікти в команді
- надмірна складність тренувань

17. Що допомагає Вам не припиняти заняття фехтуванням після невдач або труднощів?

- бажання досягти власних спортивних цілей
- підтримка тренера
- підтримка родини

- інтерес до фехтування
- звичка до тренувань
- перебування серед друзів у спортивному колективі

Щиро дякуємо за Ваші відповіді!

Додаток Б

Questionnaire

Bonjour,

Nous vous invitons à participer à une enquête anonyme consacrée à la motivation dans la pratique de l'escrime. Le questionnaire est anonyme et toutes les réponses seront utilisées uniquement sous forme généralisée. Nous vous prions de lire attentivement les questions et de choisir les réponses qui correspondent le mieux à votre opinion.

Merci pour votre participation !

1. Sexe:

- Féminin
- Masculin

2. Âge:

- 11–13 ans
- 14–16 ans
- 17–19 ans

3. Ancienneté dans la pratique de l'escrime:

- Moins de 2 ans
- 3–4 ans
- 5 ans et plus

4. Nombre d'entraînements par semaine:

- 1–2 entraînements
- 3–4 entraînements
- 5 entraînements ou plus

5. Durée moyenne d'un entraînement:

- Jusqu'à 2 heures
- 2–3 heures
- Plus de 3 heures

6. Participation aux compétitions:

(choisissez une ou plusieurs réponses)

- Je ne participe pas aux compétitions
- Niveau régional
- Niveau national
- Niveau international

7. Indiquez votre meilleur résultat sportif:

8. Qu'est-ce qui a le plus influencé votre décision de commencer l'escrime?

(choisissez une réponse)

- Le conseil des parents ou des proches
- Le conseil des amis ou des connaissances
- L'intérêt après avoir regardé des films, dessins animés ou vidéos sur l'escrime
- Le désir de devenir escrimeur professionnel

9. Qu'est-ce qui vous motive le plus à continuer l'escrime?

(choisissez une réponse)

- Le désir d'atteindre de hauts résultats
- Le soutien de l'entraîneur

- Le soutien des parents
- L'intérêt pour ce sport
- Le désir d'être meilleur que les autres

10. Quel est votre objectif principal dans la pratique de l'escrime?

(choisissez une réponse)

- Prendre du plaisir à l'entraînement
- Atteindre de hauts résultats
- Communiquer et faire partie d'une équipe
- Le désir de lier son avenir professionnel à l'escrime

11. Qu'est-ce qui vous procure le plus de plaisir dans la pratique de l'escrime?

- La victoire sur un adversaire
- L'amélioration de vos propres résultats
- La participation à des compétitions
- Le processus d'entraînement en lui-même
- Les échanges et les interactions avec les autres athlètes

12. Le soutien de l'entraîneur est-il important pour vous?

- Très important
- Plutôt important
- Peu important
- Pas du tout important

13. Qu'est-ce qui vous motive le plus à vous entraîner régulièrement?

- Le désir de rester en bonne forme physique
- L'avis de l'entraîneur

- L'avis des parents
- Les résultats en compétition
- Les relations et l'ambiance au sein du groupe

14. Est-ce important pour vous de recevoir des récompenses et des médailles?

- Très important
- Plutôt important
- Peu important
- Pas du tout important

15. Comment réagissez-vous généralement face à une défaite?

- J'essaie de m'entraîner davantage
- Je suis déçu(e) mais continue
- Je perds temporairement l'envie de m'entraîner
- Cela ne m'affecte pas vraiment

16. Qu'est-ce qui pourrait diminuer votre envie de pratiquer

l'escrime ?(choisissez une réponse)

- Des défaites fréquentes
- La fatigue ou des blessures
- Le manque de soutien de la part de l'entraîneur
- Le manque de soutien de la part de parents
- Des conflits au sein de l'équipe
- Des entraînements trop difficiles

17. Qu'est-ce qui vous aide à ne pas abandonner l'escrime après des échecs ou des difficultés?

- L'envie d'atteindre vos propres objectifs sportifs
- Le soutien de l'entraîneur
- Le soutien de la famille

- L'intérêt pour l'escrime
- L'habitude de l'entraînement
- Le fait d'être entouré d'amis au sein du groupe sportif

Je vous remercie pour vos réponses!