

**ОСОБЛИВОСТІ СПОРТИВНОЇ ПІДГОТОВКИ СТУДЕНТІВ У ПРОЦЕСІ
НАВЧАННЯ У ВИЩОМУ НАВЧАЛЬНОМУ ЗАКЛАДІ**

У статті розглядається психологічні особливості спортивної підготовки студентів у процесі навчання у вищому навчальному закладі; подано системний аналіз вітчизняної та зарубіжної наукової літератури теорії і методики фізичного виховання і спортивної підготовки майбутніх фахівців; схарактеризовано значимість колективу в процесі спортивної підготовки студентів у процесі навчання.

Ключові слова: спортивна підготовка студентів, психологічні особливості спортивної підготовки студентів, напрями спортивної підготовки студентів, фізичне виховання, соціалізація, спорт.

Спортивна підготовка сучасної молоді являє собою систему яка постійно вдосконалюється на основі накопичення нових експериментальних даних за рахунок досліджень науковців та розвитку науково-технічного прогресу. Сукупність зовнішніх чинників розвитку суспільства з одного боку, та дієві складові внутрішнього розвитку людини, з іншого, визначають зміни в її самосвідомості. У результаті цього відкриваються нові можливості самостійного засвоєння нових соціальних цінностей, розкриття своїх можливостей, інтелектуальних і фізичних здібностей, ствердження своєї індивідуальної своєрідності

Аналіз останніх досліджень вітчизняних і зарубіжних дослідників з теорії і методики фізичного виховання і спортивної підготовки (О.Д. Дубогай, Г.Л. Апанасенко, В.А. Ашмарін, Ю.В. Верхошанський, В.К. Бальсевич, Л.П. Матвеев, В.М. Платонов, В.А. Запорожанов, Л.М. Куліков, Н. Г. Озолін, Ж.К. Холодов, Ц. В. Желязков, М. Hauptman, R. Singer та ін.) показав, що вони орієнтовані на отримання максимального спортивного результату спортивної підготовки студентів у процесі навчання у ВНЗ, при цьому інтереси особистості враховуються недостатньо.

Метою статті є дослідження психологічних особливостей спортивної підготовки студентів у процесі навчання у вищому навчальному закладі.

Системний аналіз робіт, присвячених різним аспектам спортивної підготовки молоді у процесі навчання у вищому навчальному закладі, дозволяє згрупувати їх за кількома напрямками.

Виховання у спорті. У педагогічному плані напрямок розроблено найбільш широко; торкається морального, патріотичного і етичного виховання молоді, яка навчається за напрямом спортивної діяльності, а також особливості виховної роботи зі спортсменами (В.В. Белорусова, І.Н. Решетень, А.П. Родіонов, Н.І. Пономарьов, Л.В. Кисельов, А.Ц. Пуні, В.У. Агеев, В.М. Видрін, А.А. Сидоров, Ю.М. Блудов, В.А. Плахтійенко, А.І. Міхеєв, В.М. Григор'єв, Б.Г. Акчурін, С.В. Ніколаєв, В.А. Щоголів та ін.) [1, 2, 3, 4].

С.В. Ніколаєв [5] ефективність виховання та соціалізації майбутнього вчителя фізичної культури, як потенційного спортсмена визначає чотирма факторами: патріотичною спрямованістю, змагальною надійністю, високою свідомістю громадського обов'язку, колективізмом. Саме ці чинники, на думку науковця, забезпечують всебічне і гармонійне виховання особистості в спорті. На підставі отриманих результатів автор стверджує, що соціально-психологічними компонентами навчальної успішності студентських колективів у процесі спортивної підготовки слід вважати (за ступенем значущості): згуртованість групи, що базується на ділових, спортивно-професійних взаєминах її членів; психологічну атмосферу в команді, засновану на стійких емоційних взаєминах членів групи; позитивне ставлення кожного до свого товариша за неформальними ознаками.

Наведені дані багато в чому узгоджуються з результатами досліджень Ю.Л. Ханіна, Ю.А. Коломєйцева, Г.Д. Горбунова, Ю.М. Блудова, В.А. Плахтійенко, Ю.Ф. Курамшина, П.А. Рожкова та ін. [6]

Розробка соціально-психологічних проблем спортивної підготовки. У межах цього напряму розглядаються: соціальні функції фізичної культури і спорту (Н. І. Пономарьов, Н. А. Пономарьов, В. І. Столяров, П. А. Виноградов, В. І. Жолдак, В. І. Чеботкевич, Л. І. Лубишева [6]), соціально-психологічні аспекти виховання особистості студента не тільки як учителя фізичної культури, а й як майбутнього спортсмена (Ю. Г. Утехфна, І. П. Волков, Ю. Л. Ханін, Ю. А. Коломєйцев, В. І. Жолдак, Н.В. Коротаєва, В. К. Бальсевич [7]); соціально-психологічні та педагогічні проблеми спортивної підготовки в процесі спільної фізкультурно-спортивної діяльності (І. Н. Решетень, В. М. Григор'єв, В. І. Ільїніч, М. Я. Віленський, В. В. Кузін, В. А. Щоголів, С. В. Ніколаєв і ін.)

Дослідження інноваційних шляхів та педагогічних умов використання засобів фізичної культури і спорту у процесі навчання у ВНЗ (Ю.Т. Тимофєєв, І. П. Волков, Д. Я. Богданова, Г. П. Виноградов, А. В. Лотоненко, Л. І. Лубишева, Ю. М. Миколаїв, Ю. М. Щедрін) [8]. У теоретичному та експериментальному обґрунтуванні схарактеризований напрямок помітно відстає від інших; проглядається недооцінка можливостей спортивної підготовки у вирішенні основних освітніх завдань.

Незважаючи на наявні в літературі посилання, які свідчать про позитивну роль спортивної підготовки студентів у процесі навчання у ВНЗ, нам практично не вдалося зустріти педагогічних праць, в яких на засадах широких комплексних досліджень були б визначені закономірності, педагогічні умови та послідовність ефективного використання засобів і методів спортивної підготовки студентів у процесі навчання ВНЗ. Не потрапила в поле нашого зору й науково-обґрунтована психолого-педагогічна концепція, на базі якої можна було б активно впроваджувати в практику результати наявних експериментальних досліджень.

Враховуючи особливості такої освітньої ситуації, вважаємо за доцільне більш детально розглянути теоретичні та методичні аспекти спортивної підготовки студентської молоді з використанням засобів фізичної культури.

Менеджмент виховання особистості в колективі і через колектив є провідним принципом педагогічного впливу на молодь.

Процес відносин "особистість - колектив - особистість" є закономірним; від того, наскільки успішно буде формуватися, розвиватися і гуртуватися студентська група в процесі спортивної підготовки, настільки й буде визначатися його виховне значення (С. В. Ніколаєв).

У педагогічній теорії, виховання особистості в колективі розглядається як складний процес, що характеризується кількома етапами і рівнями розвитку. Зміст цього процесу охоплює багато сторін внутрішньоколективного життя, проте основу його складають засвоєння і активне здійснення цілей діяльності студентського колективу кожним його членом (В. А. Щегольов).

На першому етапі студентський колектив тільки формується, оформляється його офіційна структура, яка визначається призначенням цього колективу і регламентується відповідними документами. Цілі діяльності сприймаються його членами лише в загальному вигляді, без яскраво вираженого до них відношення і не є власними мотивами їх соціальної активності. Головні зусилля в менеджменті фізичного виховання на даному етапі направляються на підбір, підготовку та розстановку фахівців і активу студентських груп. Таким чином, виникають передумови для оформлення відносин: "студент – навчальна група", "особистість – громадська організація". Даний етап, на думку В.Я. Кікота, М.Я. Віленського, Ю.М. Щедрина [2, 3] може розглядатись як вихідна нульова точка відліку в розвитку і зміцненні студентського колективу.

Створенням офіційної структури, однак, як справедливо зазначає В.А. Щегольов, не закінчується процес формування навчального колективу. Це необхідний, але тільки початковий етап у вихованні студентської молоді. Справа в тому, що поряд з організаційними основами і структурою колективу в ньому одночасно формуються неофіційні підструктури, в яких виникають відносини: "особистість – особистість", "особистість – група", "група – група", "група – колектив" (В. К. Бальсевич, Л. І. Лубишева). Даний процес цілком закономірний і є невід'ємною частиною становлення будь-якого колективу, адже з моменту вступу студентів у взаємні контакти між ними виникають певні зв'язки, що носять часто стійкий характер (В. А. Шабуніна, В. А. Медик, А. М. Осипов).

Тому особливо важливу роль спортивної підготовки студентів у процесі навчання у ВНЗ на правильній основі грає професорсько-викладацький склад, його ставлення до кожного студента і колективу в цілому, особистий приклад, педагогічне мистецтво, фізична підготовленість. Очевидно, використання педагогічних засобів навчання і виховання, у тому числі і засобів фізичної культури, на даному етапі має бути спрямоване на прискорення адаптації студентів як до специфічних навантажень і умов навчальної діяльності, так і до міжособистісного спілкування.

Спираючись на результати деяких експериментальних досліджень (В.А. Щогольов, С.В. Ніколаєв, Ю.М. Щедрін), можна стверджувати, що застосування засобів і методів фізичного виховання в інтересах зміцнення навчального колективу на початковому етапі його становлення дає суттєвий ефект. Так, у дослідженнях В. А. Щегольова [3] досить переконливо показано, що спеціально спрямована система занять з фізичної культури вельми успішно вирішила завдання соціально-психологічного виховання студентів. Вона сприяла більш швидкому формуванню міжособистісних відносин, підвищенню групового соціометричного статусу, зміцнювала соціально-психологічну позицію членів студентського колективу.

Аналогічні висновки були зроблені В.В. Кузіним А.І. Міхеєвим, М.Я. Віленським [4] та інші, які підтвердили їх під час вивчення структури трудових і спортивних колективів. Зокрема, було встановлено, що, якщо регулярні заняття фізичною культурою і спортом не представляють в колективі більшість, то їх вплив на колектив мінімізується. Якщо студенти та викладачі, є актив колективу, то їх вплив поширюється на всі сфери суспільно-трудова діяльності колективу та міжособистісних відносин. У цьому випадку в колективі формується певний тип психологічної атмосфери, відмітними рисами якого є взаємодопомога, здоровий дух суперництва, свідомо дисципліна, сумлінність, чесність, взаємоповага, терпиме ставлення до людських недоліків.

Відзначено [10, 11], що в студентів, які не займаються фізичною культурою і спортом спостерігається більш виражена амбівалентність їх психічних реакцій на стрес, більш підвищена комфортність на груповий тиск, прагнення до самоізоляції при невдачах у спілкуванні з більш активними партнерами. Важливим у такому випадку є психотерапевтичний ефект впливу студентів на взаємини в колективі, особливо на початковому етапі навчання, на стадії його формування (А. І. Міхеєв, В. А. Шабуніна).

Як показали дослідження [13, 14], студенти, які активно займаються спортом, своєю поведінкою і більш динамічним стилем спілкування краще сприяють розрядці виникли напруг і конфліктів в міжособистісній сфері. Ці дослідження узгоджуються і з дослідженнями Ю.Т. Тимофеева, І.П. Волкова, Дж. Кретті, А.А. Тер-Ованесяна, Р. Мартенса, Ю.Л. Коломійцева, Л.П. Матвеев, В.А. Щогольова, С.В. Ніколаєва, Ю.М. Щедрина та ін.).

Отже, можна констатувати, що важливими показниками ефективності менеджменту виховного процесом у колективі на початковому етапі його формування є міжособистісна адаптованість і узгодженість взаємодій студентської молоді. Правильно організована спортивна підготовка студентів у процесі навчання у ВНЗ (в окреслений період) є важливим фактором їх розвитку та самовдосконалення, де домінантним чинником, на наш погляд, має стати формування міжособистісних відносин.

На наступному етапі розвитку студентського колективу головним завданням є формування відносин, що забезпечують ефективну реалізацію завдань навчальної діяльності. Ці відносини представляють собою систему операційних, комунікативних та інших зв'язків, спрямованих на зміну окремих параметрів і характеристик спільного навчального праці. Такі відносини, зазначав В.Т. Лісовський [4], на відміну від суто міжособистісних можна назвати відносинами діяльності. Саме спільна навчальна діяльність є системоутворювальним фактором, що визначає цілісність студентського колективу.

У вітчизняній педагогічній літературі поняття "діяльність" характеризує, принаймні, дві функції навчального колективу:

- колектив як елемент загальної соціальної системи,
- колектив як шлях до вивчення внутрішніх механізмів існування та розвитку самого студентського колективу.

Звідси випливає необхідність підкреслити дві основні сторони колективної навчальної діяльності студентів у процесі їх спортивної підготовки: інтеграція членів колективу, внаслідок чого їх сукупність стає студентською спільнотою; диференціація членів студентського колективу, що передбачає їх спеціалізацію і структурну ієрархію, поза якими неможливо успішне досягнення мети спільної навчальної діяльності (Н.Ф. Гейжан, В. Л. Васильев, В. Ф. Пугач).

Об'єднує ці дві сторони координація, яка забезпечує певну ступінь відповідності між ними та ефективність функціонування студентського колективу в реальних умовах навчальної діяльності в процесі спортивної підготовки. В. А. Медик, А. М. Осипов, Е.В. Шорохова, М.І. Бобнев, Н.В. Кузьміна, В.А. Якунін, О.О. Реан відзначають, що домінування інтегральних сил є необхідною умовою успішного функціонування будь-якого соціального колективу.

Взаємодія, зумовлена інтеграцією членів студентського колективу, слугує не більше ніж засобом досягнення мети і аж ніяк не вичерпує всіх її сторін (А.В. Петровський, В.В. Шпалінській, А.І. Донцов, В.С. Олейников, Л.І. Лубишева). Тому інтегрованість взаємодій, тобто узгодженість операцій з відповідною структурою, сама по собі не може бути вагомим аргументом для висновків про сформованість студентського колективу. Отож, саме мета спортивної підготовки визначає зміст усієї діяльності студента у ВНЗ (Д. Я. Богданова, А. А. Бодальов, В. Л. Васильев).

За В.А. Якуніним, предмет соціальної діяльності може бути розглянутим з двох сторін: як спосіб організації внутрішньогрупової активності і як характеристика функціонування системи суспільних відносин у цілому. На думку науковця, предмет діяльності, що є способом організації групової активності, характеризується, перш за все, метою передбачення результатів.

Таким чином, механізми формування мети спортивної підготовки студентів у процесі навчання у ВНЗ становлять головний зміст фізичного виховання студентського колективу на кожному етапі його розвитку. Дослідження цих механізмів показують (відповідно до теорії А.В. Петровського та В.В. Шпалінського) більшу значимість інтегрованості відносин діяльності студентського колективу в порівнянні з внутрішньогрупових взаємодією. Вивчення схарактеризованих процесів дає можливість підбору засобів і методів для навчальної ефективності спортивної підготовки студентів.

Відтак, підвищення значимості спортивної підготовки в оволодінні студентами своєю спеціальністю є першочерговою умовою формування цільового єдності колективу. У зв'язку з цим необхідно зупинитися на другій стороні колективної діяльності - диференціації студентів, яка передбачає їх спеціалізацію за різними професіями.

Відомо [10], що сучасний рівень розвитку технологій привів до різкого поділу праці як за характером прийомів і дій, так і за умовами їх виконання. Слід зазначити, що результати численних досліджень підтверджують положення про ефективність застосування спеціальних засобів спортивної підготовки студентів для підвищення якості освоєння професійних навичок і вмінь. Об'єктивною передумовою використання засобів фізичної культури з цією метою виступає перенесення тренуваності. Величина перенесення і його спрямованість залежать від особливостей функціонування всіх структурних елементів, що входять до їх складу з-за умов виконання різних професійних прийомів і дій функціональних систем організму студентів. Однак при цьому одні структурні елементи різних функціональних систем позитивно взаємодіють між собою, інші – негативно, а треті – виявляються нейтральними (Д. Н. Давиденко) [1].

Ступінь значимості окремих структурних елементів стосовно тієї чи іншої діяльності внаслідок цього є неоднаковою. Одні з них можуть мати провідне, визначальне значення, а інші - другорядне. Тому, як зазначає Б.В. Єндальєв [7], у даний час найбільш прийнятною вважається гіпотеза про те, що в основі перенесення тренуваності лежать спільність адекватних провідних елементів функціональних систем і відповідних режимів їх функціонування, що розвиваються в процесі спортивної підготовки в різних видах навчальної діяльності.

Висновки. Головне завдання спортивної підготовки полягає в забезпеченні її позитивного впливу на якість і ефективність оволодіння обраною спеціальністю. Для цього необхідні не тільки набір засобів і методів спортивної культури, а й своєчасна їх реалізація в процесі професійного становлення студентів, як майбутніх конкурентоспроможних фахівців.

ЛІТЕРАТУРА

1. *Виленский М. Я.* Физическая культура в профессионально-ценностных ориентациях студентов и процесс их формирования / М. Я. Виленский // Теория и практика физической культуры. — 1991. — № 11. — С. 27—30.
2. *Горбунов Г. Д.* Психопедагогика спорта / Г. Д. Горбунов. — М.: Физкультура и спорт, 1986. — 164 с.
3. *Ежеленко В. Б.* Теория методов воспитания в педагогическом процессе: автореф. дис. доктора пед. наук / В. Б. Ежеленко. — СПб., 1993. — 39 с.
4. Современная система спортивной подготовки. / [Под общ. ред. Ф. П. Сулова, В. Л. Сыча, Б. Н. Шустина]. — М.: СААМ, 1995. — 446 с
5. Европейского конгресса по психологии спорта / Варна — Болгария. — 2003. — Т. II. — С. 135-137.
6. *Степанова М. В.* Формирование ценностных ориентации студентов педвузов как компонента их физической культуры. Дис. . канд. пед. наук. — Магнитогорск, 2003. — 164 с.
7. *Столяров В. И.* Методологические принципы определения понятий в процессе научного исследования физической культуры и спорта / В. И. Столяров. — М.: Физкультура и спорт, 1984. — 198 с.
8. Теория и методика физического воспитания / [Под ред. Б.А. Ашмарина]. — М.: Просвещение, 1990. — 287 с.
9. *Bostain L. C.* Achievement motivation and the athlete / L.C. Bostain, I. Gardner // International journal of Sport Psychology. — 1981. — № 3. — P. 13-21.
10. *Davies K. J., Pocher L, Brooks C. A.* Biochemical adaptation of mitochondria, muscle and whole-animal respiration to endurance training // Arch. Biochem. and Biophys. — 1981. — Vol. 209. — P.539—554.

11. *Gollnick A, Matova H.* The muscle fiber composition of skeletal muscle as a predictor of athletic success. *I I Am J Sports Med.* — 1984.— Vol. 12. — №3. —1. — P. 212-217. ф 241. Hagerman F., Hollman W., Hettinger T. *Sportmedizin Arbeit und Trainingsgrundlagen.* — Stuttgart: New York, 1980. — 113 p.
12. *Harre D.* Special problems in preparing for athletic competitions // *Principles of Sports Training.* — Berlin: Sportverlag, 1982. — P. 216—227.
13. *Hollman W., Hettinger T.* *Sportmedizin Arbeit — und Trainingsgrundlagen.* — Stuttgart — New-York, 1980. — 773 s.
14. *Trainingswissenschaft. Leistung. Training. Wettkampf / B. Bartli, J. Berger, A. Bonde, D. Harpe, M. Hauptman, D. Harre, P. Hirtz, A. Lehnert. R. Mathesius et al.* — Berlin: Sponverlag, 1994. — 556 p.

Подано до редакції 12.10.11
