

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ В СПОРТЕ

DOI 10.15826/spp.2021.1–2.6
УДК 159.9: 796

СТРАТЕГИЯ РАЗВИТИЯ СПОРТА ВЫСШИХ ДОСТИЖЕНИЙ: ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ АСПЕКТ

Е. С. Набойченко, М. В. Носкова

Уральский государственный медицинский университет, Екатеринбург, Россия

Аннотация. В статье изложены принципы стратегии развития спорта высших достижений с точки зрения психолого-педагогического аспекта. Цель работы дать обоснование значимости психолого-педагогического сопровождения спорта высших достижений в современных реалиях развития общества. Стратегия развития психолого-педагогического сопровождения представлена в виде взаимосвязанных компонентов, принципов, целей, задач и технологий психолого-педагогической подготовки. В работе делается акцент на ключевые направления стратегии развития спорта высших достижений, и предлагаются пути их реализации на основе сформулированных принципов: гуманизации, целостности, активности, единства общей, специальной подготовки и психологического сопровождения спортсмена на разных этапах спортивной подготовки, личностно-ориентированного подхода, профессиональной обоснованности и целесообразности, объективности, сознательности, взаимосвязи обучения и воспитания.

Ключевые слова: спорт, стратегия, психолого-педагогический аспект, миссия.

Для цитирования: Набойченко Е. С., Носкова М. В. Стратегия развития спорта высших достижений: психолого-педагогический аспект // Актуальные вопросы спортивной психологии и педагогики. 2021. Т. 1. № 1–2. С. 65–70.

HIGHER ACHIEVEMENT SPORT DEVELOPMENT STRATEGY: PSYCHOLOGICAL AND PEDAGOGICAL ASPECT

E. S. Naboychenko, M. V. Noskova

Ural State Medical University, Ekaterinburg, Russia

Abstract: The article outlines the principles of the strategy for the development of high-performance sports from the point of view of the psychological and pedagogical aspect. The purpose of the work is to substantiate the importance of psychological and pedagogical support of high-performance sports in the modern

© Набойченко Е. С., Носкова М. В., 2021

realities of society development. The strategy for the development of psychological and pedagogical support is presented in the form of four interrelated components: the principles, goals, objectives and technologies of psychological and pedagogical training. The work focuses on the key directions of strategy of high performance sport development and suggests the ways of their implementation based on the formulated principles of: humanization, integrity, activity, common unity, special training and psychological support of the athlete at different stages of sports training, personality-oriented approach, professional validity and expediency, objectivity, consciousness, the relationship of training and education.

Keywords: sport, strategy, psychological and pedagogical aspect, mission.

For citation: Naboychenko E. S., Noskova M. V. Higher achievement sport development strategy: psychological and pedagogical aspect// Current issues of sports psychology and pedagogy. 2021. Vol. 1. No. 1–2. P. 65–70.

Актуальность исследования обусловлена тем, что значимость спорта высших достижений усиливается на фоне современных реалий глобализации и развития информационных технологий, происходящих в мире.

Спортсмен предстает как целостная личность, способная и готовая побеждать на игровом поле и представляющая свою страну, но сами условия экзистенции спортсмена высших достижений заставляют его больше работать и работать на пределе человеческих возможностей. Очевидно, что с каждым годом в спорте повышается планка сложности, появляются новые рекорды, и все более важной становится именно психологическая подготовка, так как физическая подготовка большинства спортсменов высшего уровня практически одинаковая. Учитывая интенсивность меняющихся социальных, экономических условий в спортивной жизни так же возрастает нервно-психическое напряжение у спортсменов [1].

Стремление к достижению высоких результатов деятельности повышает риски возникновения различных нарушений психологического и функционального состояния, ведущих, как правило, к прекращению занятиями спортом, в некоторых случаях, к развитию заболеваний или к психическим нарушениям [2].

Способность положительно реагировать на неудачи, препятствия, устойчивость к стрессу, важна для любого успешного спортсмена [3].

Важно отметить, что ресурсные возможности устойчивости к стрессовым ситуациям сопряжена с жизнестойкостью, проявляющаяся в способности человека справляться со стрессом и при этом эффективно действовать и сохранять внутреннюю гармонию и спокойствие [4].

В условиях развития общества делаются акценты на следующие вопросы: усиление политизации и конкуренции в спорте на международном уровне, нарушение прав спортсменов, наличие противоречий между зарубежным и российским научным, учебно-методическим, научно-методическим, медицинским, антидопинговым обеспечением в спортивной деятельности, важности укрепления авторитета нашей страны на международном уровне, повышение уровня спортивной подготовки (физической, силовой, технической и др.).

В то же время не достаточно уделяется вопросам и проблемам психологической подготовки спортсменов. Достижение высоких результатов спортсмена – это не только упорство и постоянство тренировок, но и использование различных педагогических технологий и психологических методов, помогающих добиваться поставленных целей.

Driska A. замечает, что спортивная психология изначально была заложена в работе тренеров. Именно спортивные педагоги пытались объяснить различные явления, связанные со спортом и физической активностью. Развивая лаборатории спортивной психологии, преподаватели физической культуры смогли придать программе академическую легитимность, которая долгое время считалась недостаточно научной с академической точки зрения [5].

Изучение механизмов развития спорта фактически определяется тем, что назрела необходимость активного внедрения психолого-педагогического сопровождения в работе со спортсменами для управления процессами психологического развития личности, психическими состояниями, процессами социального поведения, адаптацией спортсмена после завершения спортивной профессиональной карьеры, а также необходимостью научно-обоснованных исследований психологических закономерностей психического совершенствования в процессе спортивного становления.

Как отмечалось, особую актуальность данному вопросу придают современные глобальные реалии, связанные с обострением конкуренции в условиях международных соревнований, что определяет миссию и стратегии развития спорта. Высокие показатели спортсмена имеют значение не только для его окружения, но и региона, страны, в целом.

Согласно проекту «Стратегии физической культуры и спорта в Российской Федерации до 2030 года», миссия физической культуры и спорта заключается в духовном и физическом воспитании граждан страны, формирование идеологии ценности активного образа жизни, как основы гармоничного развития личности и устойчивости развития общества, укрепления авторитета государства на международном уровне [6]. Отсюда следует, что цель спорта высших достижений можно определить как процесс достижения высоких спортивных показателей, раскрытие потенциальных (ресурсных, адаптационных) возможностей спортсмена и признания общественности.

В связи с вышесказанным, мы считаем, что развитие спорта высших достижений должно базироваться на следующих психолого-педагогических принципах:

- принцип гуманизации (эффективность взаимодействия и взаимоотношений тренера, психолога, спортсмена, уважение, соблюдение прав спортсмена);
- принцип целостности, структурированности, упорядоченности, непрерывности тренировочного процесса;
- принцип активности, открытости и доступности информационной среды для участников спортивной деятельности;

- принцип единства общей, специальной подготовки и психологического сопровождения спортсмена на разных этапах спортивной подготовки;
- принцип личностно-ориентированного подхода в спортивной деятельности;
- принцип профессиональной обоснованности и целесообразности (содержание, формы, методы, технологии, средства подготовки спортсменов с учетом вида спорта, возрастных, гендерных особенностей);
- принцип объективности;
- принцип сознательности, самореализации, саморазвития спортсменов;
- принцип взаимосвязи обучения и воспитания.

Исходя из принципов развития спорта высших достижений, к целям психологической подготовки спортсменов относятся, во-первых, формирование психологической стабильности, надежности спортсмена; во-вторых, психолого-педагогические воздействия, направленные на улучшение психических состояний, необходимых для успешной реализации в тренировочном процессе и соревновательной деятельности.

Для их планомерного и систематичного осуществления нами сформулированы основные задачи: оптимизация психолого-педагогических условий на тренировочном, предсоревновательном и соревновательном этапах; формирование психической устойчивости спортсменов; формирование навыка саморегуляции психических состояний; развитие когнитивной сферы, мотивационных установок, поведенческих, волевых качеств спортсменов; совершенствование навыка рефлексии.

На наш взгляд при определении содержания психологической подготовки спортсменов основной задачей является не только формирование тех или иных качеств, навыков, но и установление оптимальной последовательности, систематичности, логичности их предъявления, а также использование технологий, методов, приемов, средств стимулирования работы интеллектуальной сферы спортсмена, придания личностного смысла, осознание необходимости психологической подготовки.

Первое на что должны быть направлены усилия при психологической подготовке спортсмена – это учебно-методическое обеспечение (разработка рабочей программы с целью и задачами, технологиями, упражнениями, календарно-тематическим планом занятий). Наполнение разделов, тем, видов занятий должны быть основаны на логике развития формирования психологической готовности спортсмена, основных методологических принципах построения, подтверждающих механизмы развития и формирования тех или иных навыков.

Особое внимание при формировании содержания психологической подготовки стоит обратить на использование психологических знаний, технологий, методов для решения ситуационных задач в спортивной деятельности.

Реализацию программы обеспечивает их организационная структура, включающая лекционные, практические, тренинговые занятия. На практических занятиях целесообразно проводить психологическую и педагогическую диагностику, решать те или иные ситуационные задачи. Тренинговые занятия направлены на формирование и отработку навыков с последующим дебрифингом.

С учетом сказанного необходимо проектировать профессиональную психологическую подготовку спортсменов.

Таким образом, все вышесказанное, позволяет сформулировать ключевые вызовы в стратегии развития спорта высших достижений:

- усиление внимания на разработку учебно-методического, научно-методического обеспечения;
- определение методологических принципов обучения спортсменов;
- активное внедрение курсов переподготовки с присвоением квалификации «Спортивный психолог. Преподаватель в сфере спортивной деятельности»;
- открытие магистерских программ по спортивной психологии;
- организация научно-практических конференций с целью обмена опытом;
- внедрение штатной единицы должности спортивный психолог в школы олимпийского резерва.

Подводя итоги, можно отметить, что нами представлено аргументированная точка зрения о необходимости психологической подготовки как одной из стратегии развития спорта высших достижений.

Данная работа требует продолжения, так как современный спорт в настоящее время быстро развивающаяся сфера, которая ориентирована на особую систему производства спортивных рекордов. Известно, что каждый вышеперечисленный принцип и ключевые вызовы имеют свое методическое обеспечение, технологии, методы, средства, правила применения на разных этапах спортивного становления, поэтому возникает необходимость разработать комплексную программу ее реализации.

Список литературы

1. Набойченко, Е. С., Носкова, М. В. Оценка проявления эмоциональных состояний у спортсменов // Образовательный вестник «Сознание». 2021. Т. 23. №4. С. 32–36. DOI <https://doi.org/10.26787/nydha-2686-6846-2021-23-4-32-36>
2. Мокина, Е. С., Ким, Р. В., Дашко, И. В. Исследование отношения к внедрению психологической подготовки в тренировочный процесс // Актуальные проблемы, современные тенденции развития физической культуры и спорта с учетом реализации национальных проектов : материалы III Всероссийской науч.-практ. конф. с межд. участием. 22–23 апреля 2021 г. / под науч. ред. Л. Б. Андриющенко, С. И. Филимоновой. – Москва : ФГБОУ ВО «РЭУ им. Г. В. Плеханова». 2021. С. 1061–1067.
3. Nick G., Stephen, P. G. Psychological resilience in sport: A review of the literature and implications for research and practice // International Journal of Sport and Exercise Psychology, 2014. № 13(3). P. 1–15. DOI <http://dx.doi.org/10.1080/1612197X.2014.946947>
4. Maddi, S. R. Hardiness: The courage to grow from stresses // Journal of Positive Psychology. 2006. № 1. P. 160–168.

5. Driska, A. P., Kamphoff, C., Armentrout, S. M. Elite Swimming Coaches' Perceptions of Mental Toughness // *The Sport Psychologist*. 2012. 26, P. 186–206. DOI <http://dx.doi.org/10.1123/tsp.26.2.186>

6. Стратегия развития физической культуры и спорта в РФ до 2030 г. // Министерство спорта Российской Федерации : офиц. сайт. URL: <https://minsport.gov.ru/activities/proekt-strategii-2030> (дата обращения: 18.11.2020).

References

1. Naboichenko, E. S., Noskova, M. V. (2021). Ocenka proyavleniya e'mocional'ny'x sostoyanij u sportsmenov [Assessment of the manifestation of emotional states in athletes]. In *Obrazovatel'ny'j vestnik "Soznanie"* [Educational bulletin "Consciousness"]. V. 23. 4, 32–36. <https://doi.org/10.26787/nydha-2686-6846-2021-23-4-32-36>. (In Russian).

2. Mokina, E. S., Kim R. V., Dashko I. V. (2021). Issledovanie otnosheniya k vnedreniyu psixologicheskoy podgotovki v trenirovochny'j process [The study of the attitude to the introduction of psychological training in the training process]. In L. B. Andryushchenko, S. I. Filimonova (Eds). *Aktual'ny'e problemy', sovremennyy'e tendencii razvitiya fizicheskoy kul'tury i sporta s uchetom realizacii nacional'ny'x proektov* [Actual problems, modern trends in the development of physical culture and sports] (pp. 1061–1067). Publ. house of the Plekhanov Russian University of Economics. (In Russian).

3. Nick, G., Stephen P. Gonzalez. (2014). Psychological resilience in sport: A review of the literature and implications for research and practice. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 13(3), 1–15. <http://dx.doi.org/10.1080/1612197X.2014.946947>

4. Maddi, S. R. (2006). Hardiness: The courage to grow from stresses. *Journal of Positive Psychology*. 1, 160–168.

5. Driska, A. P., Kamphoff, C., & Armentrout, S. M. (2012). Elite Swimming Coaches' Perceptions of Mental Toughness. *The Sport Psychologist*, 26, 186–206. <http://dx.doi.org/10.1123/tsp.26.2.186>

6. Ministry of Sports of the Russian Federation. (2020, November 24). *Strategiya razvitiya fizicheskoy kul'tury i sporta v Rossiyskoy Federatsii do 2030 g.* [Strategy for the development of physical culture and sports in the Russian Federation until 2030]. <https://minsport.gov.ru/activities/proekt-strategii-2030>. (In Russian).

Информация об авторах / Information about the authors

Набойченко Евгения Сергеевна – доктор психологических наук, профессор, декан Факультета психолого-социальной работы и высшего сестринского образования Уральского государственного медицинского университета; dhona@mail.ru

Носкова Марина Владимировна – кандидат психологических наук, доцент, доцент кафедры клинической психологии и педагогики Уральского государственного медицинского университета; mn66@mail.ru

Naboychenko Evgenia Sergeevna – Dr. Sci. (Psychology), professor, Dean of the Faculty of Psychological and Social Work and Higher Nursing Education, Ural State Medical University; dhona@mail.ru

Noskova Marina Vladimirovna – PHD (Psychology), Associate Professor of of the Department of Clinical Psychology and Pedagogy of Ural State Medical University; mn66@mail.ru

Рукопись поступила в редакцию / Received: 14.09.2021

Принята к публикации / Accepted: 18.10.2021