

ВОСПИТАТЕЛЬНАЯ РАБОТА И ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА СТУДЕНТОВ-СПОРТСМЕНОВ, ОБУЧАЮЩИХСЯ В УЧРЕЖДЕНИИ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

Шилько А.А., научный руководитель **Сучков А.К.**

УО «Витебская ордена «Знак Почета» государственная академия ветеринарной
медицины», г. Витебск, Республика Беларусь

Введение. Занятия спортом оказывают значимое позитивное влияние на физическое состояние человека и на его внутренний мир. Кроме достижения высокого уровня физической подготовленности, спорт дает возможность для самоутверждения и самовыражения. Однако существуют и другие стороны спорта, которые в настоящее время приняли ярко выраженный характер: стремление к достижению любой ценой максимальных результатов, в том числе с умышленным нанесением вреда здоровью соперника, употреблением различных видов стимулирующих веществ, угрожающих здоровью, и т.п. Зачастую спорт служит средством давления на отдельных спортсменов и на целые страны. При этом идет манипуляция общественным мнением, разжигаются межнациональные конфликты. Современному спорту присуща излишняя коммерциализация. Современная спортивная деятельность может формировать как положительные, так и отрицательные качества личности. В таких условиях роль воспитательной работы, включающей психологическую подготовку, заслуживает серьезного внимания.

Цель исследования – повышение психологической культуры студентов-спортсменов в процессе воспитательной работы преподавателя-тренера.

Методы исследования. Анализ литературных источников, опрос, наблюдение.

Результаты и их обсуждение. Воспитательную работу преподавателя-тренера в учреждении высшего образования и психологическую подготовку студента-спортсмена определяет комплекс составляющих, которые могут способствовать или препятствовать развитию определенных черт духовного мира личности, формировать характер в том или ином направлении. Спортивная деятельность имеет воспитывающий характер, если в ней наряду с практическими рационально сочетаются теоретические занятия, приобретаются знания по методике, психологии, истории, этике, морали. Таким образом, преподаватель-тренер помогает своим воспитанникам расширить кругозор, повысить уровень знаний, прививает интерес к изучению научных вопросов [1]. Воспитательная работа преподавателя-тренера в учреждении высшего образования создает условия для развития положительных личностных характеристик обучающихся и направлена на формирование мотивации к занятиям спортом, выявление психологических трудностей студентов-спортсменов, помощь им в преодолении стрессовых ситуаций.

В процессе воспитательной работы проводится психологическая подготовка студента-спортсмена, представляющая собой совокупность психолого-педагогических мероприятий, направленных на совершенствование психических качеств и свойств личности, обеспечивающих успешное и надежное решение спортивных задач. В результате спортсмен приобретает уверенность в своих силах, противостоит различным сбивающим факторам (страху поражения, боязни больших физических нагрузок и сложных приемов и т.п.) В учреждении высшего образования психологическую подготовку можно проводить доступными методами: с помощью бесед, убеждений, педагогического внушения, моделированием сложных ситуаций, требующих преодоления определенных трудностей. Важную роль при этом играют беседы на тему совмещения спортивной и учебной деятельности.

Социально значимой задачей физического воспитания в учреждении высшего образования, в том числе и для студентов-спортсменов, является достижение и поддержание необходимого для будущей профессиональной деятельности уровня психофизической подготовленности. Этот уровень по окончании систематических занятий спортом снижается, если не поддерживается самостоятельно. Одним из основных факторов предотвращения этого

негативного явления является проведение воспитательной работы и психологической подготовки. Важность воспитательной работы и психологической подготовки студентов-спортсменов подтверждает тот факт, что образовательный процесс в учреждениях высшего образования характеризуется большим объемом учебной работы и высокой умственной напряженностью. Интенсивность обучения возрастает, вследствие увеличения объема информации, необходимости ее усвоения в сжатые сроки в процессе подготовки к работе по специальности в непростых социально-экономических условиях. Кроме учебы, студент-спортсмен уделяет большое время спорту. Образовательный процесс занимающихся спортом, как специально созданное в образовательной среде учреждения высшего образования взаимодействие тренеров-преподавателей и их учеников направлен на совершенствование индивидуальных психических и физических качеств студента-спортсмена. Деятельность преподавателя-тренера в воспитательном пространстве учреждения высшего образования является частью общего педагогического процесса, который в свою очередь является частью реализации образовательных задач.

В спортивной психологии выделяют объективные и субъективные трудности.

Объективные – трудности, связанные как с совершенствованием физических качеств, так и с функциональной подготовкой в избранном виде спорта (освоение техники, специальных упражнений, тактических действий, условия мест проведения тренировок, соревнований, жеребьевка, судейство соревнований и др.)

Субъективные – трудности, связанные с личным отношением студента-спортсмена к своей спортивной деятельности, целеполаганием и мотивацией, переживанием побед и поражений, как на тренировках, так и на соревнованиях (неуверенность в своих силах, чрезмерная ответственность, боязнь поражения, боязнь конкретного противника, предстартовая лихорадка, стартовая апатия и др.).

Эти и другие психологические барьеры не позволяют студенту-спортсмену полностью проявить свои возможности, раскрыть весь свой потенциал, в тренировочном, в соревновательном, а также в учебном процессах. Среди психических механизмов, влияющих на проявление различного рода трудностей у спортсмена, основными являются недостаточное количество информации о предмете возникновения трудности, а также недостаточность знаний и умений в его преодолении.

В спортивной психологии принято различать общую и специальную психологическую подготовку. Общая психологическая подготовка студента-спортсмена направлена на формирование и развитие психических качеств, которые, кроме спорта, ценятся в учебной и во многих других видах деятельности. Специальная психологическая подготовка направлена на формирование и развитие психических качеств студента-спортсмена, способствующих успеху в специфических условиях его спортивной деятельности. В таблице 1. представим виды психологической подготовки [2].

Таблица 1 – Виды психологической подготовки

Психологическая подготовка	
Общая	Специальная
К длительному тренировочному процессу	К данному соревнованию
Волевая	К конкретному сопернику
Социально-психологическая	К этапу тренировки
Развитие координации движений	Ситуативное управление состоянием
К соревнованиям вообще	
Самовоспитание	
Взаимная коррекция	

Общая психологическая подготовка направлена на совершенствование волевых качеств (целеустремленности, инициативности, самообладания и др.), формирование спортивного характера, обучение приемам активной саморегуляции психических состояний (боевая готовность, предстартовая лихорадка, апатия и др.), обучение умению быстро снимать последствия нервных и физических перегрузок. Специальная психологическая подготовка делится на раннюю стадию, предсоревновательную (1–3 дня), соревновательную (в дни соревнований), а также постсоревновательную (релаксация). Предсоревновательная подготовка направлена на сохранение психической свежести и отвлечения спортсмена от мыслей о предстоящей соревновательной борьбе. Соревновательная стадия включает управление психическим состоянием в ходе разминки, настройку непосредственно перед моментом старта, психическое воздействие в ходе поединка и в перерывах между таймами. Постсоревновательная психологическая подготовка связана с общими процессами восстановления и требует специальных мероприятий в случае поражения спортсмена или команды. На выбор конкретных средств и методов психологического воздействия оказывают влияние важность соревнования, индивидуальные особенности спортсмена, социально-психологический климат в команде, общественная и личная мотивация. На рисунке представим модель психологической подготовки спортсмена.



Рисунок 1 – Модель психологической подготовки спортсмена

Воспитательная работа оценивается следующими показателями:

- соответствием воспитательной работы каждого преподавателя-тренера общепринятым научным основам и закономерностям воспитательного процесса;
- согласованностью воспитательной работы преподавателя-тренера с целью и задачами подготовки по видам спорта в учреждении высшего образования;
- качеством нравственной атмосферы и морально-психологического климата в команде;
- динамикой уровня воспитанности студентов-спортсменов.

Приведенные показатели являются общей основой для определения эффективности воспитательной работы. При этом уровень воспитанности обучающихся является основным показателем качества воспитания [3]. Результаты воспитательной работы служат мотивами

действий обучающихся, правилами их поведения, как в спортивной, так и в учебной, в бытовой, в досуговой и других сферах их деятельности, основой для суждений и оценок.

Заключение. Эффективность воспитательной и психологической составляющих учебно-тренировочного процесса зависит от многогранного, комплексного использования описанных в нашей статье установок как единого целого. Управление состоянием и поведением студента-спортсмена в спортивной, учебной, досуговой, бытовой и других сферах его деятельности зависит от четкого планирования воспитательной работы, умелого управления психологической подготовкой, психодиагностики, психолого-педагогических рекомендаций и других составляющих.

Литература.

1. Белоусова, В.В. *Воспитание в спорте* / В.В. Белоусова. – М.: Физкультура и спорт, 1974. – 119 с.

2. Ахатов, А.М. *Психологическая подготовка спортсменов: учеб.-метод. пособие* / А.М. Ахатов, И.В. Работин. – Набережные Челны: КамГАФКСиТ, 2008 – 56с.

3. Катович, Н.К. *Воспитания мониторинг* / Н.К. Катович // *Белорусская педагогическая энциклопедия: в 2 т.* – Минск, 2015. – Т. 1. – С. 261–263.

УДК 796(476:73)

РАЗЛИЧИЯ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ В БЕЛАРУСИ И В США

Явош А.С., Дешко П.С. научный руководитель – **Тонкоблатова И.В.**

УО «Гродненский государственный университет имени Я. Купалы»,
г. Гродно, Республика Беларусь

Физическая культура является неотъемлемой частью жизни студентов во всем мире. Она играет важную роль в поддержании здоровья, физической подготовки и общего благополучия. Однако, в разных странах существуют отличия в подходах к занятиям физической культурой, организации спортивных мероприятий и культурных особенностях, которые могут оказывать влияние на формирование спортивной культуры в каждой стране.

Обе страны имеют свои уникальные традиции и подходы к физической активности, которые отражаются в образовательной системе, популярных видах спорта, организации спортивных мероприятий и культурных ценностях.

Беларусь, как и многие постсоветские страны, имеет богатую спортивную и физкультурную традицию. Физическая культура в Беларуси часто включает в себя:

1. Уклон в профессиональный спорт: белорусские студенты во многих видах спорта демонстрировали выдающиеся результаты, поэтому физическая культура уделяет серьезное внимание подготовке профессиональных спортсменов.

2. Государственная поддержка: государство активно поддерживает спорт и развитие физической культуры через специальные программы.

3. Физкультурные мероприятия: в университетах проводятся массовые спортивные мероприятия, акции по здоровому образу жизни, что поддерживает интерес к занятиям физкультурой у учащихся.

4. Программа занятий: чаще включают в себя комплексные упражнения, направленные на развитие всех физических качеств учащихся. Например, это может быть бег, прыжки, упражнения на гимнастических снарядах и т.д.

В США физическая культура имеет свои особенности, связанные с местной культурой и традициями:

1. Акцент на фитнес и развлекательные виды спорта: в США большое внимание уделяется видам спорта, таким как бейсбол, американский футбол, баскетбол и другие.