

СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ СПОРТСМЕНА

Шаниязов Рашид Жанабаевич

Ўзбекского государственного университета физического воспитания и спорта Нукусский филиал Старший учитель кафедры теории физического воспитания и гуманитарных наук

Аннотация: В данной статье излагаются социально-педагогические особенности педагогического сопровождения личности спортсмена, а также педагогико-психологические проблемы, связанные с тем, что только их индивидуальные особенности делают человека личностью, от того, насколько развиты эти индивидуальные особенности, зависит уровень его личности, а также исходя из потребностей и чувств. Формирование здорового образа жизни в обществе, укрепление здоровья населения, воспитание физически здорового и духовно богатого подрастающего поколения говорит о педагогических особенностях серьезного занятия граждан физической культурой и спортом.

Ключевые слова: активность, психологические особенности, индивидуальные особенности, личность, фактор, физическое развитие, физическая подготовка, интуиция, восприятие, внимание, память, воображение.

SOCIO-PEDAGOGICAL FEATURES OF PEDAGOGICAL SUPPORT OF AN ATHLETE

Shaniyazov Rashid Janabayevich

Uzbekistan State physical University of education and sports

Nukus branch physical education theory and humanities

Annotation: this article describes the social pedagogical features of the pedagogical pursuit of the personality of an athlete, as well as the fact that their individual characteristics only make a person a person, the level of his personality depends on how developed these individual characteristics are, and is also based on their needs and feelings. About the pedagogical features of the formation of a healthy lifestyle in society, the strengthening of the health of the population, the upbringing of a physically healthy and spiritually rich young generation of citizens seriously engage in physical education and sports.

Key words: activity, psychological characteristics, individual characteristics, personality, factor, physical development, physical fitness, intuition, perception, attention, memory, imagination.

SPORTCHINI PEDAGOGIK QO'LLAB-QUVVATLASHNING IJTIMOIIY-PEDAGOGIK XUSUSIYATLARI

Shaniyazov Rashid Janabayevich

O'zbekiston davlat jismoniy tarbiya va sport universiteti

Nukus filiali Jismoniy tarbiya nazariyasi va gumanitar fanlar kafedrasida kata o'qituvchisi

Annotatsiya: ushbu maqolada sportchi shaxsini pedagogik qo'llab-quvvatlashning ijtimoiy-pedagogik xususiyatlari, shuningdek faqat ularning individual xususiyatlari bilan bog'liq pedagogik va psixologik muammolar, uning shaxsiyati darajasi ushbu individual xususiyatlar qanchalik rivojlanganligiga, shuningdek ehtiyojlar va hissiyotlarga bog'liqligi, jamiyatda sog'lom turmush tarzini shakllantirish, aholi salomatligini mustahkamlash, jismonan sog'lom va ma'naviy jihatdan boy yosh avlodni tarbiyalash fuqarolarning jismoniy tarbiya va sport bilan jiddiy shug'ullanishining pedagogik xususiyatlari haqida so'z boradi.

Kalit so'zlar: faoliyat, psixologik xususiyatlar, individual xususiyatlar, shaxsiyat, omil, jismoniy rivojlanish, jismoniy tayyorgarlik, sezgi, idrok, e'tibor, xotira, tasavvur.

Введение. В современном обществе составной частью жизни, деятельности, быта, досугу, социализации и самореализации, наряду с трудом, посвящением себя культуре и искусству, получением образования, несением службы в армии и правоохранительных органах, научной работой, является физическая культура и спорт. Их развитие и преобразование нашей стране рассматривается как одно из приоритетных направлений социальной политики государства, конечной целью которого является вклад физической культуры и спорта в развитие челове-

ского потенциала России, в сохранение и укрепление здоровья граждан, воспитание подрастающего поколения.

Период интенсивных изменений в современном спорте: ужесточения требований для завоевания высоких результатов, интенсивных тренировок с перегрузками организма и травмами - неблагоприятно сказывается после завершения спортивной деятельности на состоянии здоровья. Поскольку спортивная деятельность для многих спортсменов не долговременна, уход из спорта для человека, который посвятил ему десять, пятнадцать и более лет, сопровождается сильнейшим кризисом. Теряется смысл жизни, понижается самооценка; ценности, которые недавно были самыми главными, способствовали достижению цели и давали энергию жить, перестают существовать.

Систематическое, целенаправленное занятие спортом вырабатывает адаптацию к спортивной деятельности, к образу жизни, к эмоциональным переживаниям, установкам, ценностям. Адаптация - приспособление организма человека, его систем к характеру отдельных воздействий или к изменившимся условиям в целом. С завершением спортивной карьеры сформировавшаяся адаптация спортсмена теряет былое значение. Не нужны напряженные тренировки по графику, контроль за состоянием организма, весом, психологическим состоянием; круг прежнего общения сужается, меняется образ жизни и т.д. Спортсмену предстоит перейти от привычной среды, окружения, деятельности, общения и адаптироваться к новым условиям, требованиям, предстоит вносить изменения в свой образ жизни, для этого необходимо:

- приобрести необходимый социально-психологический статус, овладеть значимыми ролями, достигнуть гармонии между внутренними и внешними условиями жизни и деятельности;

- достигнуть оптимального равновесия в динамической системе «личность - социальная среда»;

- максимально проявить и развить творческие возможности и способности личности, повысить ее социальную активность, выстроить общение и взаимоотношения с окружающими людьми;

- осуществить самореализацию личности и др.

При достаточной и высокой степени внутренней и внешней адаптированности личность сможет полноценно самореализоваться, максимально проявить и развивать творческие возможности и способности. Однако многие не могут встроиться в новые виды деятельности без спорта.

В этой связи актуализируется необходимость педагогического сопровождения спортсменов в период спортивной карьеры. Педагогическое сопровождение в спорте рассматривается как система мероприятий, осуществляемых педагогом-психологом, направленная на взаимодействие со спортсменом по оказанию ему поддержки в развитии и формировании личностных качеств, индивидуальных особенностей, которые способствовали бы реализации себя в спорте, вне спорта и после ухода из спорта.

Данная проблема получила освещение в различных работах современных ученых (И. Б. Иванов, С.И. Константинова, Н.Б. Стамбулова с соавторами, О.Ю. Сенатрова, С.Н. Шихвердиев и другие). По данным этих исследователей, одной из личностных детерминант адаптации спортсменов к жизни после завершения спортивной карьеры может выступать социальная компетентность, иными словами готовность спортсмена применить свой опыт и знания в других сферах жизни.

Е.Е. Хвацкая и другие занимались изучением кризисов спортивной карьеры, которую рассматривали с позиции онтопсихологии, т.е. как часть жизненного пути спортсмена, вносящую существенный вклад в жизненную карьеру в целом. Как отмечает В.А. Ганзен, в результате этого были созданы в рамках системного подхода три концептуальные психологические модели спортивной карьеры: синтетическая, аналитическая и структурная.

По определению Н.Б. Стамбуловой, синтетическое описание спортивной карьеры дает представление о таких характеристиках карьеры в целом, как: а) ее длительность; б) генерализованность (количество освоенных видов спорта); в) уровень достижений, включая спортивные результаты и успехи в развитии спортсмена; г) «цена» карьеры. Кроме того, это описание позволило выяснить факторы удовлетворенности спортивной карьерой.

Н.Л.Ильина отмечает, что ее аналитическое описание рассматривает спортивную карьеру как многолетнюю деятельность с определенным числом этапов, где в центре внимания на-

ходятся ее кризисы-переходы и ситуационные кризисы, от преодоления которых в большей степени зависит успешное продолжение карьеры в целом. Структурное описание спортивной карьеры позволило проследить динамику спортивных результатов на всем ее протяжении в соотношении с поэтапной динамикой развития мотивации, спортивно-важных качеств и индивидуального стиля деятельности спортсмена. По данным всех трех описаний было получено представление не только об общих закономерностях спортивной карьеры, но и об ее особенностях у мужчин и женщин, представителей разных видов спорта, а также спортсменов-инвалидов.

А.Д. Черемных определяет, что полученные описания спортивной карьеры позволили сделать и практический шаг - разработать систему психологического сопровождения. В ней представлены особенности психологической помощи спортсмену на различных этапах спортивной карьеры с учетом тех проблем, которые ему предстоит решить.

С.И. Константинова занималась изучением социально-психологической адаптации спортсменов высокой квалификации с учетом параметров их индивидуальности. В заключение своей работы ею были предложены практические рекомендации по совершенствованию психологической подготовки высококвалифицированных спортсменов, в частности разработка программы и создание психологической службы по осуществлению помощи спортсменам, дезадаптирующимся в социуме.

С.Н. Шихвердиев предлагает психологическое сопровождение спортсменов, находящихся на этапе завершения карьеры, как помощь в процессе адаптации после ее завершения. Автор указывает о возможности успешной адаптации, если осуществлять их психолого-педагогическую поддержку, которую он рассматривает в виде диагностики показателей психологической адаптации (характеристики стресса, самоотношения, эмоциональных состояний, профессионального самоопределения, склонности к зависимому поведению, адаптированности к спорту и условиям жизни) и оптимизации данных характеристик.

И. Б. Иванов разработал технологии психологического консультирования и коррекции негативных эмоциональных состояний спортсменов, завершающих и завершивших свою спортивную карьеру.

С педагогической позиции сопровождение рассматривается как система создания социально-психологических условий для максимального личностного развития и обучения (М.Р. Битянова и др.); помощь человеку в его личностном росте, как установку на эмпатийное понимание другого, на открытое общение (Ю.В. Сенько, В.И. Слободчиков, М.Н. Фроловская); как особую сферу деятельности педагога, ориентированную на приобщение личности к социально-культурным и нравственным ценностям, необходимым для самореализации и саморазвития (А.В. Мудрик, Л.Н. Куликова и др.).

Несмотря на то, что ранее проблема изучалась, требуется дальнейшая разработка, а также практическая реализация ее различных аспектов — адаптации и самореализации спортсменов по завершении активного периода занятий спортом. Поэтому особое значение приобретает изучение и прогнозирование возможностей организации дальнейшей жизни спортсменов после завершения спортивной карьеры.

Факты и тенденции занятий спортом, а также отдельные теоретические положения, разработанные исследователями, дают основание выделить и указать на следующие противоречия между:

- имеющимся высоким личностным потенциалом спортсменов, их опытом, знаниями, накопленными в период спортивной деятельности и социальной невостребованностью потенциала спортсменов после завершения спортивной карьеры, т.к. они не могут должным образом адаптироваться и реализовать себя в новых условиях жизни;
- существующей потребностью в научных положениях, практических рекомендациях по упреждению и преодолению разрыва между личностными возможностями спортсменов и неспособностью их применения в жизни после спорта, недостаточной разработанностью теории и практики для успешной адаптации и самореализации после завершения занятий спортом;
- необходимостью формирования и воспитания личностных качеств в подготовке высококлассных спортсменов, способствующих успешной адаптации и самореализации после завершения спортивной деятельности, и отсутствием обоснованной системы мер педагогического сопровождения как одного из необходимых видов взаимодействия, направленных на помощь спортсменам в реализации своего личностного потенциала в спорте и после его завершения.

Решение перечисленных противоречий обусловило выбор проблемы исследования: поиск путей адаптации и самореализации спортсменов после завершения спортивной карьеры, способствующих реализации личностного потенциала, успешности и предприимчивости в других сферах деятельности. Данные исследования выполнены на основе деятельности педагога-психолога в спортивных командах.

Теоретическая и практическая значимость решения этой проблемы определила выбор темы исследования: «Педагогическое сопровождение личности в спорте как основа успешной адаптации и самореализации в жизни».

Теоретическую основу исследования составляют: положения психологии и педагогики, имеющие выход на поставленную тему: теоретические подходы к пониманию педагогического сопровождения личности (Е. А. Александрова, Ш.А. Амонашвили, М.Р. Битянова, О.С. Газман, М. И. Губанова, Л. Е. Ильина, И. А. Липский, А.В. Мудрик, Л. Г. Субботина, В.И. Слободчиков, И. А. Фрулин, М.Н. Фроловская, С.Н. Чистякова и другие). Концепции социально-психологической и профессиональной адаптации, самореализации (К.А. Абульханова-Славская, Р.А. Ахмеров, Е.В. Бондаревская, Л.Г. Егорова, Л.Н. Куликова, Р.С. Лазарус, Д.А. Леонтьев, Э.С. Маркарян, В. И. Муляр, Г.П. Медведев, А.Г. Мороз и другие). При анализе факторов риска и дезадаптации спортсменов мы опирались на концепцию акцентуаций личности К. Леонгарда, учения о стрессах и нервных расстройствах Г. Селье.

Теоретическая значимость исследования заключается в следующем: - доказана необходимость формирования адаптационных способностей спортсменов как комплексной характеристики, обеспечивающей их самореализацию в спорте и после его завершения;

- теоретически обосновано педагогическое сопровождение спортсменов в период спортивной деятельности, определены его основные этапы: психодиагностика; психолого-педагогические рекомендации для тренера, спортсмена; ситуативное управление состоянием и поведением спортсмена; развитие и воспитание личностных особенностей спортсменов, способствующих успешной адаптации и самореализации в спорте и после его завершения;

- определено содержание психолого-педагогической программы, в рамках педагогического сопровождения по развитию и воспитанию спортсменов.

Практическую значимость исследования представляют:

Разработанная и апробированная психолого-педагогическая программа «Познание себя и мои жизненные планы» способствует повышению результативности спортсменов и развитию социально-психологической компетентности личности. Разработанные методические рекомендации для поддержки спортсменов в период завершения спортивной деятельности, направлены на мотивационную сферу личности.

Материалы психолого-педагогической программы «Познание себя и мои жизненные планы» могут быть использованы специалистами в области спортивной педагогики и психологии для коррекции и формирования социально-психологических навыков спортсменов, развития самосознания, совершенствования процессов саморегуляции, а также в системе профессиональной подготовки специалистов по спортивной педагогике и психологии, в системе повышения квалификации тренерского состава.

Заключение. Анализ и обобщение результативности экспериментальной работы по осуществлению педагогического сопровождения спортсменов для успешной адаптации и самореализации в жизни показал, что трудности в адаптации и самореализации бывших спортсменов в жизни после ухода из спорта обусловлены их особенностями, сформировавшимися у личности в спорте. Поэтому название второго параграфа имеет формулировку - формирование личностных особенностей у спортсменов как детерминантов их адаптации в спорте.

Формирование личностных особенностей спортсменов, происходит в процессе взаимодействия с тренером. В этой связи от его влияния зависит отношение спортсмена к тренировочному процессу, к его условиям, взаимоотношения в коллективе и т. д., они важны для адаптации в спорте и сказываются в последующей жизни.

Список литературы

1. Абабков, В. А. Адаптация к стрессу Текст. / В. А. Абабков, М. Перре. — СПб. : Речь, 2004. - 166 с.
2. Абрамова, Г. С. Практикум по возрастной психологии Текст. : учебное пособие / Г. С. Абрамова. М. : Академия, 1999. - 320 с.