

ІНДИВІДУАЛЬНИЙ ПСИХОЛОГО- ПЕДАГОГІЧНИЙ СУПРОВІД СПОРТСМЕНА У СИСТЕМІ БАГАТОРІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ



Приходько Володимир, Шевяков Олексій, Табінська Світлана
Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту

Аннотация

В статье актуализирована и исследована проблема индивидуального психолого-педагогического сопровождения спортсмена в общей системе многолетней подготовки. Показано наличие заложенных психологической наукой перспективных концепций, которые до сих пор не используются современными тренерами для совершенствования общей системы многолетней подготовки спортсменов. Уточнено содержание дефиниций: «становление личности спортсмена как субъекта спортивной деятельности», «надежность соревновательной деятельности» и предложен конструкт «индивидуальное психолого-педагогическое сопровождение становления спортивной карьеры спортсмена».

Ключевые слова: интеграция, надежность соревновательной деятельности, квалификация, субъект спортивной деятельности, индивидуальное психолого-педагогическое сопровождение, совершенствования системы спортивной подготовки.

Annotation

In the article the problem of individual psychological and pedagogical support of an athlete in the general system of multi-year training has been updated and researched. The presence of perspective concepts based on psychological science, which is still not used by modern trainers to improve the overall system of multi-year training of athletes, is shown. The content of the definitions of «the development of the personality of the athlete as a subject of sports activity», «reliability of competitive activity», and the construct «individual psychological and pedagogical support of the sportsman's athletic career» was proposed. The basic features of the subject of sports activity are revealed, in particular: the athlete's responsibility in achieving the sporting result; the ability to actively make decisions in accordance with the changing, difficult and extreme sports situation; the ability to self-organize and sport self-regulation; emotional stability and emotional flexibility; high purposefulness; the presence of an acute desire for successful public self-realization in sport; systemic, integrity, stability of moral-volitional qualities of an athlete; ability to effectively cognitive activity; internal rational motivation to create and promote the

image of their own state; availability of intellectual qualities; the presence of skills for self-knowledge and reflection of sports activities; presence of initiative, decisiveness, discipline. The arguments in favor of the choice of the theoretical basis of individual psychological and pedagogical support of the formation of a sports career of athletes, which it is expedient to involve the provisions of the activity approach is given.

Keywords: integration, reliability of competitive activity, qualification, subject of sports activity, individual psychological and pedagogical support, improvement of the system of sports training.



Постановка проблеми. Поступові зміни у форматі комерціалізації і професіоналізації спорту висувають нові вимоги до системи багаторічної підготовки, впливають на її результативність і спортивну кар'єру українських спортсменів. Очевидно, що останні, більш ніж скромні, їх змагальні досягнення, відображені у медальних підсумках Олімпіади у Ріо-де-Жанейро (лише 11 медалей, з них усього дві золоті, що є найнижчим показником за часи незалежності), викликали замість очікуваного масового ентузіазму і гордості за країну – біль, розчарування і втрату віри в подальші олімпійські перемоги у багатьох пересічних громадян.

На жаль, цей підсумок негативно впливає як на розвиток олімпійського спорту в Україні (наявне бажання керівників спорту замовчувати підсумки Олімпіади, привертаючи увагу до різноманітних міжнародних змагань, підкреслюючи другорядні успіхи), так і на формування міжнародного авторитету та іміджу нашої країни на європейському і світовому рівні.

Спрямувавши наукові зусилля на пошуки причин непереконливих олімпійських виступів, серед іншого відмічаємо: традиційно влаштована система підготовки спортсменів передбачає локальну орієнтацію або на підвищення функціональної підготовленості, або на розвиток окремих спортивних здібностей (координаційних, анаеробних, аеробних, сили, швидкості, гнучкості у суглобах), або на оволодіння фізичними вправами й доведення їх до досконалості; або на психологічну діагностику особистісних характеристик спортсменів, специфіку їх формування та збереження під впливом занять даним видом спорту. При цьому індивідуальний психолого-педагогічний супровід спортивної діяльності, у тому числі становлення спортсменів як її суб'єктів, відсутній.

Хоча аналогічні технології вже створені та успішно функціонують на рівні складних соціотехнічних систем діяльності [14].

Така ситуація дозволяє експлікувати ряд суттєвих протиріч, які посилюють гостроту актуалізованої та окресленої наукової проблеми, зокрема між:

– перманентним зростанням рівня спортивних досягнень спортсменів олімпійського класу, загостренням між ними змагального суперництва на світовій арені та локальною орієнтацією існуючої системи підготовки в аматорському спорті на функціональну, фізичну або психологічну складову, в якій спортсмен, як правило, постає лише як об'єкт професійної діяльності впливу й управління з боку тренера, спортивного психолога та інших суб'єктів, які беруть участь у становленні та супроводі спортивної діяльності;

– тенденціями до граничної мобілізації резервних можливостей й максимального розвитку індивідуальних задатків для демонстрації найвищих спортивних можливостей в екстремальних умовах під час головних спортивних змагань чотирьохріччя та відсутністю кваліфікованого індивідуального психолого-педагогічного супроводу в системі багаторічної підготовки спортсменів;

– комерціалізацією і професіоналізацією сучасного аматорського спорту та відсутністю у значної частини спортсменів важливих ознак суб'єктів спортивної діяльності (наприклад, внутрішньої стійкої мотивації до креативу та просування іміджу власної держави).

Мета дослідження – актуалізувати та дослідити проблему індивідуального психолого-педагогічного супроводу спортсмена у системі багаторічної підготовки.

Виклад основного матеріалу дослідження. Основним продуктом спортивної діяльності є змагальний результат [3; 4; 10]. За-

значимо, що змагальна надійність розглядається С.М. Гордоним і А.Б. Ільїним (2003, 2004), А.В. Родіоновим (2008) як властивість, детермінована переважно особливостями особи спортсмена. При цьому визначальним системоутворюючим фактором мобілізації наявних функціональних резервів, а отже й надійності змагальної діяльності, вчена [7] вважає саме психічні прояви особи.

Нам імпонує думка Г.Д. Бабушкіна [1] і Л.А. Небитової [7] про те, що основною причиною низької результативності змагальної діяльності спортсмена є ставлення до нього як до «об'єкту» спортивної діяльності й управління ним зі сторони тренера або спортивного психолога, а не як до цілком самостійного «суб'єкта». І це тоді, коли головною ланкою, котра пов'язує всі напрямки наукових досліджень з проблеми багаторічної підготовки спортсменів є саме «суб'єкт» спортивної діяльності [2; 10].

Натомість, відомий представник психоаналітичної течії К.Г. Юнг, якого цитують Р. Фрейджер і Д. Фейдимен [13, с. 171] вважав, що в кожній людині є тенденція до індивідуалізації чи саморозвитку, і психіка має природжене прагнення до цілісності. Він писав, що «оскільки індивідуальність містить у собі нашу таємну, досконалу і незрівнянну унікальність» індивідуалізація означає «становлення єдиної, цільної істоти, очікування нашого власного самозвеличення».

Подібною точки зору притримується В.М. Платонов, який зазначає, що «необхідна також постійна робота над формуванням найбільш ефективної моделі змагальної діяльності, що спирається зокрема на індивідуальність спортсмена, сильні риси його підготовленості» [8, с. 275]. «Індивідуальність як стійка ознака конкретної людини виявляється з передбачуваною регулярністю, що значною мірою зумовлює ре-



зультативність тренувальної та змагальної діяльності. Стосується це до різних сторін підготовки спортсмена, в тому числі і психічної» [9, с. 650].

У свою чергу, О. Гринь і В. Воронова [3] підтверджують важливість інтеграції і впровадження досягнень психології у практику вдосконалення підготовки спортсменів. Вони вважають, що психологічний супровід підготовки спортсменів має бути орієнтований не стільки на ліквідацію несприятливих проявів психіки, скільки на мобілізацію психічних резервів підвищення ефективності тренувального процесу, надійності і результативності змагальної діяльності, на «психологічно обґрунтовану організацію всього процесу багаторічної підготовки спортсменів» [3, с. 29].

Г.Б. Горська [5] до важливої умови ефективності забезпечення надійності змагального результату відносить зміну і формування нових форм соціально-психологічних відносин у форматі «спортсмен-тренер», де вони обидва рівноправні і активні діячі у плануванні та реалізації багаторічної системи підготовки. На її думку, важливим залишається отримання тренером компетентності з психології спорту. Адже, це дозволяє, наприклад, точку зору спортсмена сприймати як позицію партнера в спільній діяльності. Суттєво, що за такого підходу спортсмен ніби «перетворюється» з пасивного учасника спортивної діяльності на активного діяча, який вже не є виключно об'єктом різноманітних тренувальних впливів і навантажень, але стає відповідальним суб'єктом цієї діяльності, здатним відігравати активну роль у всіх заходах, що спрямовані на вдосконалення спортивної майстерності.

На думку А.В. Родіонова [11], основним завданням є не тільки визначення структури особистості спортсмена і збагачення її конкретним експериментальним змістом, але й пошук шляхів удо-

сконалення психологічного забезпечення діяльності в спорті та наповнення його практичним спрямуванням.

Г.Д. Бабушкін [1] вказує на те, що управління процесом становлення спортсмена як суб'єкта діяльності повинно носити індивідуальний характер, враховуючи індивідуально-психологічні особливості особистості, адже цей процес зачіпає суто особистісні його характеристики (цілі, мотиви, потреби, ціннісні орієнтації тощо). Теоретичні аспекти зміщення акцентів у системі підготовки спортсменів з управління тренувальними навантаженнями, правильним виконанням фізичних вправ на індивідуально-типологічні характеристики особистості спортсмена висвітлені також у працях Б.Д. Блюменштейна і Н.А. Худадова (1982), Л.А. Небитова (2007).

Вплив сенсомоторики на успішне оволодіння руховими діями спортсмена та специфіка проявів психологічних і психофізіологічних процесів у конкретних видах спортивної діяльності досліджені П.А. Рудиком (1976), Г.М. Гагаєвою (1969), І. Онищенко (1975) та ін.

Психологічні особливості педігу процесів виховання та навчання в спорті, на наш погляд, найбільш ґрунтовно висвітлено А.Ц. Пуні (1984).

Характеристику кількісних і якісних особливостей емоційних станів спортсменів, виявлення їхніх припустимих параметрів (у межах яких ці емоційні стани не є шкідливими), визначення прийомів їх регуляції та корекції окреслили А.Т. Філатов (1985), А.В. Родіонов (1973, 1985, 2008, 2010), Л.Д. Гісен (1990), Р.М. Загайнов (1984) та ін.

Психологічні особливості спортсмена в спортивній групі або команді, проблеми лідерства, конфліктності та керівництва розкриті Ю.Л. Ханіним (1980), Ю.А. Коломейцевим (1984), Т.Т. Джам-

гаровим (1979, 1982), Е.П. Ільїним (2016) та ін.

Особливості організації психологічного супроводу спортивної діяльності висвітлені Г.Д. Бабушкіним [1], Г.В. Ложкіним, А.Б. Колосовим [6], С.К. Багадировою (2010), А.Р. Залалетдиновим, Н.А. Яригіною (2015), І.В. Кононом, І.А. Чариковою (2009), В.Г. Сивицьким (2008), Г.А. Кузьменко (2013), В.Л. Пашутовим, А.С. Нікольскою (2017) та ін.

Така кількість і різноманітність розроблених наукових концепцій свідчить про наявність закладених психологічною наукою і невикористаних сучасними тренерами суттєвих ресурсів та технологій до проблеми вдосконалення системи багаторічної підготовки спортсменів.

Враховуючи позиції вищезазначених вчених, ми розглядаємо надійність змагальної діяльності як системну характеристику спортивної діяльності (включає не лише функціональну підготовленість, рівень розвитку спортивних здібностей, оволодіння фізичними вправами й доведення їх до досконалості тощо, але й ступінь прояву ознак суб'єктності у спортсменів, психологічний і педагогічний супровід їх багаторічної підготовки), що забезпечує стабільну ефективність виступів спортсмена в мінливих, важких і нерідко екстремальних умовах головних змагань.

До ознак суб'єкта спортивної діяльності ми відносимо:

– відповідальність спортсмена у досягненні спортивного результату;

– здатність активно приймати рішення відповідно до мінливої, важкої й екстремальної спортивної ситуації;

– здатність до самоорганізації та спортивної саморегуляції;

– емоційний інтелект, психоемоційну стійкість та емоційну гнучкість;

– високу цілеспрямованість;



– наявність гострого бажання до успішної публічної самореалізації у спорті;

– системність, цілісність і стійкість морально-вольових якостей спортсмена;

– внутрішню стійку мотивацію до створення і просування іміджу власної держави;

– здатність до ефективної когнітивної діяльності;

– наявність інтелектуальних якостей;

– наявність навичок до самопізнання та рефлексії спортивної діяльності;

– наявність ініціативності, рішучості, дисциплінованості;

– здатність до розподілу сил на період змагань;

– здатність до відновлення психоемоційної сфери після тимчасових невдач, відчуття віри у себе і свої можливості;

– здатність підтримувати високий рівень резистентності до впливу суми зовнішніх і внутрішніх дестабілізуючих стрес-факторів;

– здатність до групової згуртованості (особливо, у командних видах спорту);

– здатність до самовизначення, самореалізації та інтеріоризації згідно зі своїми задумами і прагненнями;

– здатність до самовдосконалення та самотворення власної особистості.

Становлення особистості спортсмена як суб'єкта спортивної діяльності розуміємо як свідомий розвиток мотиваційно-ціннісних установок, емоційно-вольових і комунікативних якостей та інших суспільно значущих рис, що максимально розкриваються в індивідуальному іміджі спортсмена та стають неповторними саме у спорті вищих досягнень.

Індивідуальний психолого-педагогічний супровід становлення спортивної кар'єри спортсмена розглядаємо як:

– полісуб'єктний процес,

спрямований на допомогу в становленні і розвитку особистості спортсмена, зокрема шляхом цілеспрямованого та систематичного формування тренером мотиваційно-ціннісних установок, емоційно-вольових і комунікативних якостей та інших суспільно значущих рис. Це можливо при умові використання набутих тренером інтегрованих програмних результатів навчання із спортивної педагогіки та психології;

– систему заходів з індивідуальної психологічної та педагогічної допомоги спортсмену (у тому числі, озброєння його засобами і прийомами, що дозволять активно оволодівати власною поведінкою, змінювати непродуктивні структури діяльності і виводити себе на більш високий рівень розвитку), а також сприяння опануванню особливостями їх застосування відповідно до етапу його професійного становлення (спортивної кар'єри).

Продовжуючи виклад основних результатів нашого теоретичного дослідження, зазначимо, що на користь вибору діяльнісного підходу в якості концептуального до вдосконалення усієї системи спортивної підготовки свідчать наступні аргументи:

– діяльнісний підхід у системі багаторічної підготовки спортсменів цілком відповідає предметному аспекту спортивної діяльності;

– він забезпечує нові можливості для асиміляції широкого кола психологічних проблем у практику спортивної підготовки;

– існування в межах діяльнісного підходу специфічних принципів: активності (саморозвитку і самодетермінації); зв'язку психіки («єдності психіки» О. М. Леонтьєв (1975)) і діяльності. Сутність суб'єктності і об'єктності виражається саме в здатності людини керувати своїми діями в соціумі, реально на практиці перетворювати дійсність, планувати способи соціальних взаємодій,

реалізовувати намічені програми, оцінювати результати своїх дій.

Отже, особистість спортсмена у рамках окресленого нами підходу постає цілісним полісистемним утворенням, що відображає соціальну сутність суб'єкта спортивної діяльності і міжособистісних відносин між усіма учасниками спортивної підготовки.

Висновки

1. Накопичені протягом багатьох десятиліть важливі фундаментальні та прикладні знання спортивної педагогіки і психології поки що точково та надто обережно екстраполюються й трансформуються у практику спортивної підготовки і бажаний змагальний результат українських спортсменів, що викликає необхідність їхнього подальшого залучення.

2. З'ясовано, що нині діюча загальна система спортивної підготовки побудована так, що особистість спортсмена сприймається через призму певних параметрів (приміром, показники розвитку спортивних здібностей, функціональної підготовленості тощо) або виступає як засіб формування технічного арсеналу чи інших локальних результатів. Таким чином, насправді приділяється гіпертрофована увага до тілесної (фізичної) сторони на шкоду психічній складовій активності спортсмена.

3. В якості вихідного концептуального задуму розробки теоретико-методологічних основ індивідуального психолого-педагогічного супроводу становлення спортивної кар'єри має стати всебічне використання положень діяльнісного підходу.

Перспектива подальших досліджень полягає у теоретичному обґрунтуванні індивідуального психолого-педагогічного супроводу спортсмена як суб'єкта спортивної діяльності від етапу початкової підготовки до етапу максимальної реалізації індивідуальних можливостей й збереження вищої спортивної майстерності.



Література

1. Бабушкин Г.Д. Психологическое сопровождение становления спортсмена субъектом деятельности: постановка проблемы. Физическая культура и спорт. Омский научный вестник. № 3 (119). 2013. С. 170-174.
2. Воронова В.І. Психологія спорту: Навч. посібник. К.: Олімпійська література, 2007. 298 с.
3. Горбунов Г.Д. Психопедагогика спорта. 2-е изд., перераб. и доп. 2006.
4. Гринь О., Воронова В. Система психологічного забезпечення підготовки спортсменів як проблема сучасної психології спорту. Спортивний вісник Придніпров'я. 2015. № 3. С. 29-34.
5. Горская Г. Б. Психологическое обеспечение многолетней подготовки спортсменов. Краснодар. 1995. 182 с.
6. Ложкин Г.В., Колосов А.Б. От психологического обеспечения к психологическому сопровождению субъекта спортивной деятельности. Спортивный психолог. 2012. № 3. С. 5-12.
7. Небытова Л.А. Спортсмен как субъект спортивной деятельности. Интеграция образования. 2007. № 1. С. 95-99.
8. Платонов В.Н. Периодизация спортивной тренировки. Общая теория и ее практическое применение. К. : Олимпийская литература, 2014. 624 с.
9. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения : учебник [для тренеров] : в 2 кн. К.: Олимпийская литература, 2015. Кн. 1. 680 с.
10. Приходько В.В., Шевяков О.В. До проблеми визначення сутності суб'єкта спортивної діяльності. Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія Психологічні науки. 2017. Вип. 3. Том 1. С. 132-137.
11. Родионов А.В. Психология – спорту высших достижений. Спортивный психолог. 2008. №1 (13). С.4-7.
12. Стратегія формування сучасної системи олімпійської підготовки на період до 2020 року. URL: <http://zakon.rada.gov.ua/laws/show/592-2009-%D1%80>
13. Фрейджер Р., Фейдмен Д. Личность: теории, эксперименты, упражнения. СПб. : Прайм-еврознак, 2001. 864 с.
14. Шевяков О.В. Психологічне забезпечення розвитку соціо-технічних систем. Монографія. Дніпропетровськ: Інновація, 2009. 460 с.

