

УДК 796.01:159.9

Находкин В.В.

*Северо-Восточный федеральный университет
им. М.К. Аммосова (г. Якутск)*

КОНЦЕПЦИЯ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ ПРОЦЕССА ПОДГОТОВКИ ЮНЫХ СПОРТСМЕНОВ

V. Nakhodkin

North-Eastern Federal University named after M.K. Ammosov, Yakutsk

THE CONCEPT OF PSYCHOLOGICAL AND PEDAGOGICAL SUPPORT OF YOUNG ATHLETES' TRAINING

Аннотация. В статье обосновывается необходимость психологического сопровождения процесса подготовки спортсменов от этапа отбора до высшего спортивного мастерства. Рассматривается система психологического обеспечения подготовки спортсмена, а также основные направления в работе спортивного психолога. В ходе исследования делается вывод, что учебно-воспитательная спортивная деятельность должна быть направлена не столько на подготовку профессионального спортсмена, сколько на формирование всесторонне развитой личности.

Ключевые слова: концепция, педагогическая система, «тренер – психолог – юный спортсмен», психологическая подготовка, психолого-педагогическое сопровождение.

Abstract. Conceptual foundations of psychological-pedagogical process in sporting activities of young athletes are reviewed. The system of psychological and pedagogical support of the training process from the selection of young athletes to the highest sportsmanship is a specific unity of ideas, facilitating educational training process organized by sports and social institutions and leading to the formation of personality in general.

Key words: concept, pedagogical system, «coach – psychologist – young athlete», psychological training, psychological and pedagogical support.

Современный спорт сегодня достиг такого уровня развития, где физическая, техническая и тактическая подготовленность ведущих спортсменов находится примерно на одном уровне. Поэтому исход спортивных соревнований определяется в значительной степени психологическими факторами, возможностями и резервами психики спортсмена.

По спортивной статистике, профессиональным футболистом становится 1 из 6000 человек, а профессиональным баскетболистом 1 из 14000 и т. п. Цифры, показывающие, что большими спортсменами становятся лишь единицы, доказывают то, что в детском спорте ориентация на победу любой ценой лишена смысла. «Цель психологии спорта, лежащая на поверхности, – повышение спортивных результатов. Но настоящего спортивного психолога волнует не только это. Он рассматривает спорт как двигатель человеческого развития и поэтому считает своей задачей психологическую помощь спортсменам в самом широком смысле» [13].

В последнее время ученые занимаются проблемой психологического сопровождения (обеспечения) процесса подготовки спортсменов высокого класса на различных этапах спортивной карьеры (И.П. Волков, Н.Б. Стамбулова) [3; 11], психофизиологической подготовки спортсмена, обеспечивающей оптимальную адаптацию к тренировочным и соревновательным нагрузкам, а также адаптацию к социальным условиям спортивной деятельности, что особенно характерно для спортивных игр (А.В. Родионов, В.Ф. Сопов, В.Г. Сивицкий и др.). Это методы целенаправленного формирования системы установок, а также формирования у спортсмена «внутренних психологических опор» [7; 10; 9].

Понятие «психологическое сопровождение» в спорте высших достижений означает помощь и содействие основной деятельности спортсмена, т. е. его подготовке к соревнованию. А в детском спорте предпочтение отдается работе на результат спортивной подготовки в широком смысле, т. е. на обеспечение полноценного развития юных спортсменов.

Психологическое сопровождение – это комплексная программа, направленная на оптимизацию подготовки юных спортсменов психофизиологическими, психологическими, психолого-педагогическими и социально-психологическими методами и средствами. Обсуждение условий эффективности психолого-педагогического сопровождения представляется весьма актуальным, потому что без плодотворного взаимодействия всех участников (тренера, психолога, спортсмена, медицинского персонала и т. д.) достичь максимального результата затруднительно.

Психолого-педагогическое сопровождение тесно переплетается со всеми аспектами целого научно организованного процесса: психолого-физиологического, психологического, педагогического, лечебно-восстановительного и др. Все эти виды специальной деятельности нацелены на обеспечение приоритета сохранения, восстановления здоровья, психического состояния спортсмена, успешности, стабильности, надежности и результативности выступлений на соревнованиях. Целью психологического сопровождения является обеспечение благоприятного нервно-психического (оптимального боевого) состояния, успешности выступлений и динамики восстановительных процессов спортсмена.

Психолого-педагогическое сопровождение в детском спорте решает следующие задачи: спортивной профориентации (психологический отбор будущих чемпионов в конкретных видах спорта); психолого-педагогической поддержки в спортивной деятельности, предсоревновательной подготовке (снятие фобий, повышение мотивации, психорегуляции, разработки стратегии поведения во время соревнований и введения спортсмена в оптимальное боевое состояние), постсоревновательного психического восстановления, реабилитации и др.; развития благоприятных взаимоотноше-

ний в системе «тренер – спортсмен», «спортсмен – спортсмен»; разрешения различных кризисных ситуаций.

Система *психологического обеспечения* подготовки спортсменов включает в себя: 1) психологическую диагностику подготовленности и готовности спортсменов к деятельности в экстремальных условиях соревнований; 2) психологически обоснованную воспитательную работу в спортивных коллективах; 3) собственно психологическую подготовку к эффективной деятельности в процессе соревнований. Психологическая подготовка спортсменов является главной проблемой спортивной психологии и разрабатывается рядом исследователей. А.В. Родионов и соавторы представляют *психологические модели управления комплексной подготовкой спортсменов*, включающей диагностику свойств, состояний, адаптацию к нагрузкам; построение тактики предсоревновательной подготовки; психическую саморегуляцию; контроль и коррекцию подготовки [8, 4-6]. В.Г. Сивицкий представляет *систему психологического сопровождения спортивной деятельности*, включающую: оценку текущего уровня психологической подготовленности; разработку индивидуальных программ воздействий на спортсмена; обратную связь о состоянии спортсмена; коррекцию; создание адекватного психического состояния; управление психическим состоянием спортсмена в соревновании; компенсацию негативных последствий [9, 155-158]. Г.И. Савенков рассматривает психологическую подготовку через призму *психологической паспортизации деятельности и личности спортсмена* [1, 31-34]. Г.Д. Бабушкин предлагает организовать психологическую подготовку спортсмена к соревнованиям на основе *комплексной диагностики*, составляющей психическую готовность спортсмена и их коррекции. Каждый из исследователей находит свои пути решения проблемы психологической подготовки спортсменов [1, 31-34].

Вместе с тем назревает необходимость ведения мониторинга тренировочной и соревновательной деятельности юных спортсменов от отбора до спортивного совершенствования в течение многолетнего спортивного цикла. Отмечается недостаток научных исследований в области детского спорта, отсутствие обще-

принятых научно обоснованных нормативных актов о начале занятий спортом детьми, величине нагрузки, количестве рекомендуемых соревнований, травматизме и т. д.

Проведенный анализ состояния проблемы, уточнение понятийного аппарата позволил сформулировать общую концепцию исследования об организации психолого-педагогического сопровождения процесса подготовки юных спортсменов: о развитии личности юного спортсмена как многогранного социально-психологического качества, представляющего собой интегративную совокупность таких свойств, как рефлексия, способность к самоопределению, самопроектированию, стремление к самореализации, а также системы специальных компетенций, мировоззрения и стремления спортсмена к его осуществлению, обеспечивающих успешную спортивную деятельность на всех ее иерархических уровнях и компонентах.

Первое концептуальное положение, определяющее содержание исследования, – о развитии самосознания спортсмена на основе единства спортивной подготовки и развития собственного опыта в ходе самостоятельных практических выступлений на тренировках и соревнованиях.

Второе концептуальное положение, определяющее содержание исследования, – о расширении возможностей психолого-педагогических воздействий на процесс подготовки юных спортсменов, включающий в себя систему специальных компетенций на основе единства психологической и педагогической помощи в накоплении собственного успешного опыта спортивной деятельности.

Третье концептуальное положение – о формировании у юных спортсменов направленности личности, в психологическую структуру которой входят мировоззрение и стремление к его осуществлению в своей спортивной деятельности, педагогическая помощь в накоплении собственного успешного опыта спортивной деятельности.

По справедливому замечанию А.В. Родионова, психологическая подготовка является *воспитательным процессом, направленным на развитие личности* путем формирования соответствующей системы отношений [7]. Это

позволяет перевести неустойчивый характер психического состояния в устойчивый, т. е. в свойство личности.

Сегодня востребованы, прежде всего, люди предприимчивые, компетентные, умеющие быстро адаптироваться к изменяющимся условиям, способные к риску, самостоятельному выбору сферы деятельности, принятию ответственных решений и самоконтролю поведения. Чтобы обогатить юных спортсменов такими качествами, следует специально организовать учебно-тренировочную спортивную деятельность на основе следующих принципов.

1. *Принцип наследственности* – использование генетических особенностей ребенка в продуктивной деятельности [12].

2. *Принцип витагенности* – использование жизненного опыта для развития самого человека, нахождения способа встраивания его в жизнь социума [2].

3. *Принцип продуктивности* – развитие способов деятельности посредством выполнения тех или иных видов труда, которые впоследствии становятся функциями деятельности человека [4].

4. *Принцип преемственности* – учет особенностей традиционной культуры в передаче опыта жизни своего народа молодому поколению.

5. *Принцип непрерывности* – образование непрерывной цепи применяемых способов деятельности.

6. *Принцип роста* – первоначальное достижение становится опорой следующего успеха.

7. *Принцип опережения* – предусматривает предвидение алгоритма способов действий в конкретном виде деятельности.

Вся физиологическая и психическая деятельность человека есть суть работы клеток организма, имеющих разные электрические потенциалы возбудимости и покоя, т. е. человек функционирует благодаря образованию электрических потенциалов в клетках своего организма, в результате химических реакций, происходящих при усвоении питания.

Древние Саха под большой энергией понимали разрушительную или созидательную силу природы, человека, животных, но наверняка хорошо отличали предпочтительную силу (энергию), довлеющую над слепой силой, т. е.

неизвестной энергией. Понимая это, веками создавали, сохраняли и продолжали развивать свой сатабыл как управляемую и созидующую энергию. В дословном переводе обозначает: найди энергию, знай энергию. В старину слово *сата* обозначало большую и грозную природную энергию. У А.Е. Кулаковского читаем: «сата – волшебный безоарный камень, способный вызвать сильный ветер. Неумеющий обращаться с ним или “убьет” его, т. е. лишит волшебной силы, или причинит непоправимые бедствия себе и другим неумелым вызовом ветра» [5].

Производное от слова *сата* – *сатал*, умение управлять процессом. Сатабыл как процесс представляет собой характеристику многофункциональной особенности личности – сатабыллаах как свойство, обеспечивающее процесс успешной продуктивной деятельности. Таким образом, рассматривая сатабыл как процесс, определяющий созидующую, творческую, энергетическую деятельность человека, который носит суть функции педагогической технологии, назвали продуктивной технологией сатабыл или саталогия – учение о развитии энергетических способов деятельности и соответствующей ей деятельности человека. Это учение рассматривается и как традиционная этнопедагогическая форма организации процесса образования, ориентированного на практическое самостоятельное освоение изучаемого [4].

Многозначное понятие «сатабыл» состоит из следующих производных: 1) «сатабыллаах» – подготовленность человека к продуктивной деятельности. Оно выступает как показатель опыта человека; 2) «саталлаах» – способность организовать свою деятельность и управлять ею; 3) «дэгиттэр сатабыл» – овладение универсальными свойствами изучаемого процесса.

По мнению известного педагога, психолога, философа А.М. Лобок, «сатабыл – не просто универсальная компетентность, это та ключевая способность, которая позволяет человеку “исхитряться” и с честью выходить из самых трудных жизненных ситуаций» [6].

Мы рассматриваем учебно-тренировочный процесс как нескончаемый, и в данном процессе основным двигателем является развитие сатабыл, т. е. возникновение функциональной

деятельности: не привитие знаний, а развитие способов нахождения знаний и посредством этого ведение спортсмена к новым компетентностям.

При этом психологическая подготовка юного спортсмена к продолжительному тренировочному процессу осуществляется, во-первых, за счет непрерывного развития и совершенствования мотивов спортивной тренировки, во-вторых, за счет создания благоприятных отношений к различным сторонам тренировочного процесса [8, 4-6].

Особенность данного исследования заключается в том, что в предшествующих этому исследовании процесс подготовки спортсменов рассматривался без вычленения специфики психологической подготовки как системообразующего звена данного процесса, на психологическую подготовку переносились положения общей психологической теории, теории социального развития личности без учета специфики спортивной деятельности.

Общая концепция психолого-педагогического сопровождения процесса подготовки юных спортсменов от отбора до высшего спортивного мастерства представляет собой научную характеристику единства конкретных идей, обеспечивающих направленность всех основных образовательно-воспитательных процессов, организуемых спортивными учреждениями и социальными институтами, на формирование личности в целом, ее качеств и компонентов.

Таким образом, концепция психолого-педагогического сопровождения процесса подготовки юных спортсменов от отбора до высшего спортивного мастерства базируется на следующих основополагающих идеях: а) о социальной и личностной природе психолого-педагогического управления; б) о свойствах этого управления как целостной системы; в) о внутренних противоречиях целостного комплекса управленческих подсистем.

Это и образует общую концептуальную схему, через призму которой «посредством конкретизации просматриваются все частные аспекты психолого-педагогического сопровождения процесса подготовки юных спортсменов от отбора до высшего спортивного мастерства».

ЛИТЕРАТУРА:

1. Бабушкин Г.Д. Модель управления психологической подготовкой высококвалифицированных дзюдоистов к соревнованиям / Г.Д. Бабушкин, А.П. Шумилин, А.И. Чикуров // Спортивный психолог, 2008. № 2.
2. Вербицкая Н.О. Теория и технология образования взрослых на основе витагенного (жизненного) опыта. Дис. ... д-ра пед. наук. Екатеринбург, 2002.
3. Волков И.П. Очерки спортивной акмеологии / И.П. Волков. СПб., 1998.
4. Кондратьев П.П. Развитие универсальной функции деятельности школьников в образовательном пространстве. Якутск, 2009.
5. Кулаковский А.Е. Научные труды. Якутск, 1979.
6. Лобок А.М. Алмазная земля педагогики олонхо. Якутск, 2007.
7. Родионов А.В. Влияние психологических факторов на спортивный результат / А.В. Родионов. М., 1983.
8. Родионов А.В. Основные направления психологического обеспечения участия российских спортсменов в играх Олимпиады 2008 года / А.В. Родионов // Спортивный психолог, 2008. № 2.
9. Сивицкий В.Г. Особенности психологического сопровождения в детско-юношеском спорте // Физическая культура и детско-юношеский спорт в современных условиях: идея, духовность, воспитание: сб. II Международной научно-практической конференции. Якутск, 2008.
10. Сопов В.Ф. Психические состояния в напряженной профессиональной деятельности. М., 2005.
11. Стамбулова Н.Б. Психология спортивной карьеры: Учеб. пособие для вузов. СПб., 1999.
12. Эфроимсон В.П. Генетика этики и эстетики. М., 1995.
13. Cox R.H. Sport Psychology: Concepts and Applications // WCB. Brown & Benchmark, Dubuque, IA, 1994.