

ОСНОВНЫЕ ВИДЫ СКРЫТЫХ БАРЬЕРОВ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ У СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ

Д. В. Касаткина

*Глазовский государственный педагогический институт им. В. Г. Короленко,
Глазов, Российская Федерация
gto177@mail.ru*

В исследовании определены основные виды скрытых барьеров к занятиям физической культурой и спортом у студенческой молодежи. Студенты-спортсмены испытывают особые скрытые барьеры к занятиям физической культурой и спортом, связанные с психологической составляющей тренировочного процесса, а именно в осознании и переживании общественных и социальных требований.

The study identifies the main types of hidden barriers to physical education and sports among students. Students-athletes experience special hidden barriers to physical education and sports related to the psychological component of the training process, namely, the awareness and experience of social and social requirements.

Ключевые слова: физическая культура и спорт; скрытые барьеры к занятиям; студенты

Keywords: physical culture and sports; hidden barriers to employment; students

Теоретико-методический анализ специальной научной и методической литературы выявил актуальность исследования по проблеме мотивации студентов в различных образовательных организациях к ведению физкультурного и здорового стиля жизни, а также к активным занятиям физической культурой и спортом [5]. Одним из ведущих элементов данного аспекта в области теории и методики физического воспитания и психолого-педагогических основ реализации физкультурно-спортивной деятельности является анализ, систематизация скрытых барьеров к выполнению физкультурно-спортивной деятельности у студентов, занимающихся физической культурой и спортом в вузе [7].

Цель исследования: определить основные виды скрытых барьеров к занятиям физической культурой и спортом у студенческой молодежи и экспериментально выявить наиболее доминирующий вид в различных физкультурно-спортивных группах.

Система скрытых барьеров к занятиям физической культурой и спортом по содержанию определяется качественными особенностями препятствий и теми возможностями студента, которые необходимы для их реализации. Они выступают и особо проявляются в двух качествах: как сопротивление и противодействие физических сил, во-вторых, как источник ненужной информации. На этом основании целесообразно выделять две основные категории скрытых барьеров к занятиям физической культурой и спортом [1]:

- биодинамические, характеризующиеся особенностями преодоления сопротивления и противодействия при выполнении различных видов физиче-

ских упражнений, действующих непосредственно на тело и организм занимающегося;

- психологические, усложняющие физкультурную деятельность студента, занимающегося физической культурой и спортом, опосредствованно через угнетение его психического состояния.

Биодинамические скрытые барьеры к занятиям физической культурой и спортом имеют следующие разновидности: физические, технические и тактические [7].

Физические – возникают при действии на занимающегося во время выполнения физкультурно-спортивной деятельности, а именно препятствующих условий для преодоления которых требуются основательное, а иногда предельное напряжение физических способностей и возможностей, а также когда студент находится не в полной физической форме в связи с различными видами заболеваний или травмами [6].

Технические – связаны с преодолением физического напряжения в аспекте разучивания специальных двигательных действий по частям или в целом. В этом процессе, особенно при овладении техникой сложных по структуре упражнений, и создаются технические внутренние затруднения, когда занимающимся недостает соответствующего двигательного или специального технического опыта, т. е. определенного запаса навыков, умений и специальных знаний и умений [8].

Тактические – появляются, когда при необходимости достойного по техническим характеристикам, мастерского ведения состязания спортсмену не хватает навыка для выполнения двигательных действий, принятия целесообразных решений в зависимости от техники соперника и согласования своих действий (или своих движений с действиями в целом команды) в постоянно обновляющихся условиях физкультурно-спортивного состязания.

Психологические – определяются форсированию тех психологических препятствий, которые субъективно воспринимаются как угроза (реальная или только кажущаяся) для реализации физкультурно-спортивных задач, престижу и безопасности студента, занимающегося физической культурой и спортом.

Психологические внутренние затруднения весьма разнообразны по своему содержанию и их условно можно разделить на познавательные, эмоциональные и моральные [4].

Познавательные – характеризуются не правильным или не соответствующим действительности отражением своих физических возможностей (мысль о неудаче, неправильное представление движений, искаженное восприятие различных их параметров и показателей и др.) [3].

Эмоциональные – связаны с личностным отношением к решаемой физкультурной цели (травмирование, неумение одержать радостные чувства под влиянием успеха, подавленность вследствие неудачи и т. п.) [6].

Моральные – возникают при осознании и переживании общественных или социальных требований (чрезмерно обостренное чувство ответственности перед тренером, клубом, родителями, заинтересованными лицами, страх поражения, излишнее волнение при решающей командной встрече с соперниками и т. д.) [2].

Для решения цели исследования нами было проведено экспериментальное исследование по выявлению вида скрытых барьеров к занятиям физической культурой и спортом, который в большей или меньшей степени оказывает влияние на спортивный результат студента. На первом этапе из 795 студентов, обучающихся на факультете педагогического и художественного образования по очной и заочной формам обучения, объявлен набор желающих студентов принять участие в эксперименте. Изъявили желание участвовать 56 студентов. На втором этапе из 56 студентов были определены 42 студента, отвечающих следующим критериям:

- возраст респондентов – 18–25 лет;
- по характеристикам уровня здоровья (основная или подготовительная группа здоровья).

Из выбранных 42 студентов были сформированы 4 группы:

- ЭГ1: 8 студентов, имеющих спортивные разряды;
- ЭГ2: 14 студентов, активно занимающихся в спортивной секции спортивного клуба и на занятиях физической культурой;
- ЭГ3: 12 студентов, активно занимающихся только на занятиях физической культурой;
- КГ: 8 студентов, пассивно занимающихся на занятиях.

В каждой группе проведено анкетирование с целью определения доминирующих скрытых барьеров к занятиям физической культурой и спортом. Для удобства и интерактивности проведения диагностики использовались мобильные технологии [5]. Студентам были предложены следующие типы скрытых трудностей: физические, технические, тактические, познавательные, эмоциональные и моральные. В анкетах респонденты проставляли баллы (от 1 до 5) каждому типу скрытых барьеров, причем 5 баллов – это максимальное проявление скрытого затруднения к выполнению физкультурно-спортивной деятельности, а 1 балл – минимальное. Средние значения по группам представлены на рисунке.

Анализ результатов проведенного анкетирования указывает, на то, что в ЭГ1 и ЭГ2 у студентов доминируют в большей степени моральные скрытые барьеры к занятиям физической культурой и спортом, в меньшей из приоритетных эмоциональные и тактические. В свою очередь в ЭГ3 и КГ у студентов доминируют в большей степени физические скрытые барьеры к занятиям физической культурой и спортом, в меньшей степени среди приоритетных – познавательные.

Таким образом, на основе данной экспериментальной работы, можно выявить, что студенты, занимающиеся только на занятиях физической культурой и студенты, пассивно занимающиеся на занятиях физической культурой, испытывают особые скрытые барьеры к выполнению физкультурно-спортивной деятельности, связанные с необходимостью производить максимальные физические усилия, поддерживать высокий темп и большую интенсивность нагрузок в течение физкультурно-спортивного процесса. Что в свою очередь необходимо учесть преподавателям физической культуры в реализации образовательно-воспитательного процесса, а именно уделить особое внимание в своей профессиональной деятельности учету принципов физического воспитания, в частности таких, как систематичности, индивидуализации и доступности.

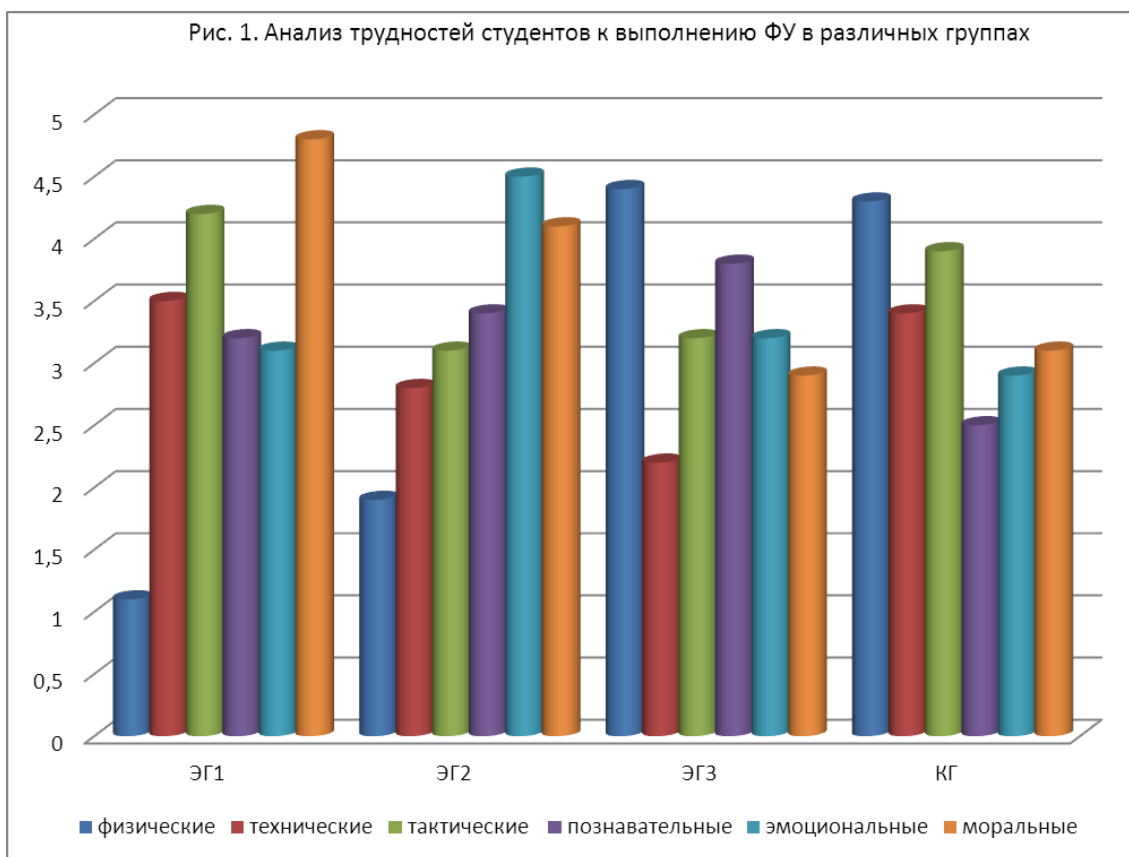


Рис. 1. Анализ трудностей студентов к выполнению ФУ в различных группах

Также следует отметить, что студенты-спортсмены, а именно студенты, занимающиеся помимо занятий физической культурой, и в секциях спортивного клуба по видам спорта, испытывают особые скрытые барьеры к занятиям физической культурой и спортом, связанные с психологической составляющей тренировочного процесса, а именно в осознании и переживании общественных и социальных требований. Они проявляются в чувстве ответственности за свой спортивный результат перед коллективом и клубом, опасение подвести заинтересованных лиц в своей победе, чрезмерное волнение при решающем состязании и т. п. Все это необходимо учесть тренерам-преподавателям по видам спорта в реализации тренировочного процесса, а именно скорректировать свою деятельность на основе обязательного включения в подготовку спортсменов системы психологической подготовки.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЕ СЫЛКИ

1. Андреев В. В. Психология преодоления в спорте: принципы, уровни, содержание: Рудиковские чтения : материалы XIII Междунар. науч.-практ. конф. психологов физической культуры и спорта. М., 2017. С. 8994.
2. Джамгаров Т. Т., Пуни А. Ц. Психология физического воспитания : учеб. пособие. М. : Физическая культура и спорт. 1999. 143 с.
3. Наговицын Р. С., Максимов Ю. Г., Мирошниченко А. А. Реализация дидактической модели подготовки студентов к новаторству в процессе непрерывного образования будущего

учителя // Вестник Новосибирского государственного педагогического университета. 2017. Т. 7. № 5. С. 7–24.

4. *Наговицын Р. С., Тутолмин А. В., Чубукова Л. В.* Организационный климат и индивидуально-психологические качества личности участников учебно-воспитательного процесса в образовательном кластере «Институт – колледж» // *Alma mater (Вестник высшей школы)*. 2017. № 3. С. 38–44.

5. *Наговицын Р. С.* Формирование физической культуры личности студентов на основе реализации идей мобильной педагогики // *Качество. Инновации. Образование*. 2014. № 3. С. 44–48.

6. *Пуни А. Ц.* Психология спорта : автореф. дис. ... д-ра психол. наук. Ленинград, 1952. 45 с.

7. *Сорокин Л. В.* Преодоление психолого-познавательных барьеров связанных с анализом и визуализацией больших данных // *Международный научно-исследовательский журнал*. 2017. № 1–3 (55). С. 59–62.

8. *Nagovitsyn R. S., Volkov P. B., Miroshnichenko A. A.* Planning of physical load of annual cycle of students', practicing cyclic kinds of sports, training // *Физическое воспитание студентов*. 2017. № 3. С. 126–133.