

происходит знакомство со спортивными общественными организациями (Национальный олимпийский комитет Республики Беларусь, спортивные федерации), рассмотрение спорта и олимпийского движения как неотъемлемых составляющих современного общества и любого государства.

В отечественной системе олимпийского образования важную роль играют средние школы – училища олимпийского резерва. Их значение обусловлено комплексом образовательных и учебно-тренировочных задач, направленных на получение общего среднего и среднего специального образования, формирование и развитие социальных и личностных качеств спортсмена. Успешное овладение учащимися знаниями и умениями, воспитание необходимых качеств становятся возможным благодаря формированию ценностного отношения учащихся к содержанию олимпийского образования. Училища олимпийского резерва нацелены на подготовку спортивного резерва, спортсменов высокого класса и специалистов в сфере физкультуры и спорта. От того, какими общекультурными и социально-личностными компетенциями они овладеют, зависят не только уровень и качество профессиональной карьеры, но и будущее сферы спорта и физической культуры, ее состоятельность в контексте мировых запросов и требований.

В системе высшего образования олимпийское образование также возможно в процессе преподавания учебных дисциплин, не связанных со спортом. Например, студенты-биологи могут провести физиологический, анатомический и биохимический анализ упражнений олимпийских видов спорта. Студенты физико-математического профиля могут представить математические расчеты оптимальной кинематической и динамической структур соревновательных упражнений олимпийских видов своего вуза с учетом их антропометрических данных.

Выводы. Таким образом, на всех ступенях получения образования обучающиеся знакомятся с олимпийским движением в Республике Беларусь, овладевают определенными олимпийскими знаниями.

Список использованной литературы

1. Иванов, С. А. Олимпийское образование как метапредмет / С. А. Иванов // Весн. Мазыр. дзярж. ун-та імя І. П. Шамякіна. – 2011. – № 3. – С. 88–96.

А. А. ГАВРИЛОВИЧ

Брест, Брестский государственный университет имени А. С. Пушкина

СМЕНА КОМАНДЫ КАК СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПРОБЛЕМА В СПОРТЕ

Summary. Team change is a serious socio-psychological problem for many athletes, causing them significant mental stress and affecting the overall effectiveness of joint activities. The article discusses the results of a study of the features of socio-psychological adaptation in the conditions of team change and satisfaction with professional activity among athletes with different experience in sports.

Резюме. Смена команды выступает серьезной социально-психологической проблемой для многих спортсменов, вызывая у них значительное психическое напряжение и оказывая влияние на общую эффективность совместной деятельности. В статье обсуждаются результаты исследования особенностей социально-психологической адаптации в условиях смены команды и удовлетворенности профессиональной деятельностью у спортсменов с разным стажем занятий спортом.

Актуальность. Среди множества стрессовых факторов в спорте, создающих значительную психическую напряженность для многих спортсменов, особое место принадлежит смене команды. Деятельность в новом коллективе сопряжена с процессом социально-психологической адаптации, в условиях которой спортсмен приспосабливается к новым обстоятельствам, выстраивает взаимоотношения в системах спортсмен – спортсмен, спортсмен – тренер. Как следствие, решение проблемы социально-психологической адаптации спортсменов, обеспечения совместимости в спортивном коллективе (Г. Д. Бабушкин, В. И. Казьмин, Ю. А. Коломейцев, Р. Л. Кричевский, Л. Лазаревич, А. В. Мальчиков, В. Параносич, Н. В. Поздняк, А. В. Родионов и др.) является приоритетным в контексте оптимизации межличностных отношений и повышения результативности командной деятельности в спорте (Б. А. Вяткин, Т. В. Гомельская, Е. Ю. Девяткина, А. Л. Журавлев, М. А. Новиков, Ю. В. Сысоев и др.).

Систематизация имеющихся в литературе данных о сущности рассматриваемого явления позволяет утверждать, что социально-психологическая адаптация в спорте – двусторонний процесс между спортсменом и новой для него социальной средой, отражающий приспособление как новичка к иным условиям деятельности, так и спортивного коллектива к новичку [1].

Во включении спортсмена в новый спортивный коллектив выделяют два основных этапа – первичная и вторичная адаптация. Первичная адаптация осуществляется в период первоначального включения юных спортсменов, которые, как правило, не имеют еще достаточного профессионального опыта, в деятельность спортивной группы. Вторичная адаптация – это приспособление спортсменов, имеющих профессиональный опыт реагирования на изменяющиеся условия спортивной деятельности или новый коллектив. Особенности профессиональной адаптации спортсменов могут быть обусловлены как общей спецификой спортивной деятельности, так и особенностями межличностных отношений на разных уровнях спортивного взаимодействия.

Цель работы – выявить особенности социально-психологической адаптации в условиях смены команды и удовлетворенности профессиональной деятельностью спортсменов с разным стажем занятий спортом.

Методы и организация исследования. Организованное нами исследование осуществлялось на базе факультета физического воспитания и туризма Брестского государственного университета имени А. С. Пушкина. Выборку составили 70 студентов-спортсменов дневной и заочной форм получения высшего образования ($n = 70$) игровых видов спорта. Из них 35 студентов-спортсменов

($n = 35$) со стажем занятий спортом до 5 лет и 35 студентов-спортсменов ($n = 35$) – свыше 10 лет.

Для достижения поставленной цели нами использовались следующие методики:

- «Социально-психологическая адаптация» (К. К. Платонова), предназначенная для определения уровня социально-психологической адаптации в спорте;
- «Удовлетворенность профессиональной деятельностью» (адаптирована к спортивной деятельности Ю. А. Коломейцевым), направленная на выявление степени удовлетворенности тренировочным и соревновательным процессом;
- методика оценки копинг-поведения WCQ (Р. Лазарус, С. Фолкмен), предназначенная для определения копинг-механизмов, способов преодоления трудностей в различных сферах психической деятельности.

Результаты и их обсуждение. В результате эмпирического исследования было обнаружено, что фактически у половины от общего числа принявших участие в исследовании спортсменов – высокий уровень социально-психологической адаптации (54 %), у трети спортсменов – выраженный уровень (33 %), у восьмой части спортсменов – низкий уровень (13 %). Более трети респондентов удовлетворены профессиональной деятельностью (39 %), треть спортсменов вполне удовлетворены (31 %), четвертая часть респондентов не вполне удовлетворены (23 %), и не удовлетворены профессиональной деятельностью – 7 %. У большинства респондентов средний уровень конфронтационного копинга, принятия ответственности, планирования решения проблемы и положительной переоценки, у половины спортсменов средний уровень самоконтроля и бегства-избегания, низкий уровень дистанцирования.

Сравнительный анализ спортсменов с разной продолжительностью занятий спортом выявил, что спортсмены со стажем профессиональной деятельности до пяти лет менее адаптированы к профессиональным требованиям, чем спортсмены с более продолжительным стажем профессиональной деятельности. Так, почти у половины спортсменов со стажем до пяти лет выявлен высокий уровень социально-психологической адаптации (46 %), у трети – выраженный уровень (34 %), у пятой части – низкий уровень (20 %). У большей части спортсменов со стажем свыше 10 лет отмечен высокий уровень социально-психологической адаптации (63 %), у трети – выраженный уровень (31 %), низкий уровень – у 6 %.

Результаты исследования демонстрируют, что спортсмены со стажем занятий спортом до пяти лет менее удовлетворены профессиональной деятельностью, чем спортсмены с более продолжительным стажем спортивной деятельности. Так, 46 % спортсменов со стажем занятий спортом до пяти лет удовлетворены профессиональной деятельностью, четвертая часть спортсменов не вполне удовлетворены (26 %), седьмая часть спортсменов вполне удовлетворены (14 %), и не удовлетворены – 14 %, в то время как 91 % спортсменов с более продолжительным стажем профессиональной деятельности удовлетворен профессиональной деятельностью и лишь 6 % не удовлетворены ею.

У трети спортсменов с меньшим стажем профессиональной деятельности отмечен высокий уровень дистанцирования, чаще низкий уровень самоконтроля

и поиска социальной поддержки, у них снижена значимость эмоциональной вовлеченности в проблемную ситуацию, поэтому они практически не обращаются за поддержкой к другим членам спортивного коллектива и имеют низкий уровень контроля поведения. У большей части спортсменов со стажем свыше 10 лет обнаружен низкий уровень дистанцирования, у трети спортсменов высокий уровень самоконтроля и чаще высокий уровень поиска социальной поддержки, для них значима проблемная ситуация, по мере необходимости они обращаются за поддержкой к другим членам спортивного коллектива и имеют высокий уровень контроля своего поведения.

Достоверность различий выявленных особенностей социально-психологической адаптации между двумя группами респондентов – спортсменов с разным стажем профессиональной деятельности подтверждалась при помощи метода математической статистики – t-критерия Стьюдента.

Так, применение статистического метода расчета t-критерия Стьюдента для методики исследования социально-психологической адаптации позволило выявить наличие статистически значимых различий между двумя группами респондентов – спортсменов с разным стажем профессиональной деятельности: $t_{ЭМП} = 2,8$ при критическом $t = 2,65$ при $p \leq 0,01$.

Применение статистического метода расчета t-критерия Стьюдента для методики исследования удовлетворенности профессиональной деятельностью позволило выявить наличие статистически значимых различий между двумя группами респондентов – спортсменов с разным стажем профессиональной деятельности: $t_{ЭМП} = 3,2$ при критическом $t = 2,65$ при $p \leq 0,01$.

Применение статистического метода расчета t-критерия Стьюдента для методики оценки копинг-поведения WCQ свидетельствует:

- конфронтационный копинг: $t_{ЭМП} = 0,5$ при критическом $t = 1,99$ для $p \leq 0,05$ – отсутствие статистически значимых различий между спортсменами с разным стажем профессиональной деятельности;

- дистанцирование: $t_{ЭМП} = 2,9$ при критическом $t = 2,65$ для $p \leq 0,01$ – наличие статистически значимых различий между респондентами с разной продолжительностью занятий спортом;

- самоконтроль: $t_{ЭМП} = 4,5$ при критическом $t = 2,65$ для $p \leq 0,01$ – наличие статистически значимых различий между спортсменами с разным стажем профессиональной деятельности;

- поиск социальной поддержки: $t_{ЭМП} = 5,8$ при критическом $t = 2,65$ для $p \leq 0,01$ – наличие статистически значимых различий между респондентами с разной продолжительностью занятий спортом;

- принятие ответственности: $t_{ЭМП} = 1,1$ при критическом $t = 1,99$ для $p \leq 0,05$ – отсутствие статистически значимых различий между спортсменами с разным стажем профессиональной деятельности;

- бегство-избегание: $t_{ЭМП} = 1,5$ при критическом $t = 1,99$ для $p \leq 0,05$ – отсутствие статистически значимых различий между респондентами с разной продолжительностью занятий спортом;

- планирование решения проблемы: $t_{Эмп} = 1,2$ при критическом $t = 1,99$ для $p \leq 0,05$ – отсутствие статистически значимых различий между спортсменами с разным стажем профессиональной деятельности;

- положительная переоценка: $t_{Эмп} = 1,1$ при критическом $t = 1,99$ для $p \leq 0,05$ – отсутствие статистически значимых различий между респондентами с разной продолжительностью занятий спортом.

Таким образом, применение статистического метода расчета t-критерия Стьюдента для методики оценки копинг-поведения WCQ позволило выявить наличие статистически значимых различий между группами спортсменов со стажем профессиональной деятельности до 5 лет и свыше 10 лет по шкалам «дистанцирование», «самоконтроль», «поиск социальной поддержки» – $t_{Эмп} = 2,9$, $t_{Эмп} = 4,5$, $t_{Эмп} = 5,8$ при критическом $t = 2,65$ при $p \leq 0,01$.

Выводы. Полученные эмпирические данные свидетельствуют, что у некоторых спортсменов имеют место нарушения активного процесса приспособления к новым условиям профессиональной деятельности. Данный факт можно рассматривать в качестве серьезного фактора, оказывающего негативное влияние на индивидуальную эффективность и, как следствие, на общую результативность групповой совместной деятельности. В этой связи очевидна необходимость расширения проблемного поля исследования, которое вполне может затрагивать, например, содержательные аспекты социально-психологической адаптации спортсменов к смене команды под влиянием стажа занятий спортом в разрезе не только горизонтального уровня спортивных взаимоотношений (спортсмен – спортсмен), но и вертикального уровня взаимодействия (спортсмен – тренер), а также рассматриваться во взаимосвязи с другими составляющими профессиональной адаптации спортсменов.

Список использованной литературы

1. Коломейцев, Ю. А. Взаимоотношения в спортивной команде / Ю. А. Коломейцев. – М. : Физкультура и спорт, 1984. – 128 с.

А. Н. ГЕРАСЕВИЧ¹, Е. Г. ПАРХОЦ¹, И. А. НОЖКА²

¹Брест, Брестский государственный университет имени А. С. Пушкина

²Барановичи, Барановичский государственный университет

ПРИКЛАДНЫЕ АСПЕКТЫ ПРИМЕНЕНИЯ МЕТОДА АНАЛИЗА ВАРИАбельНОСТИ СЕРДЕЧНОГО РИТМА ДЛЯ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ И МОЛОДЕЖИ

Summary. The paper presents the results of the search for applied aspects of the application of the method of analysis of heart rate variability (HRV) based on their experimental confirmation. In a physiological experiment with the participation of schoolchildren (more than 900) and students (more than 700) the importance of applying the HRV analysis method in the process of physical education, determining individual HRV indicators, in particular the stress index, using the HRV method