

**Личностные характеристики спортсмена как фактор успешности  
студенческой спортивной деятельности**

**Научный руководитель – Тратинко Татьяна Валентиновна**

***Захаркевич Анастасия Петровна***

*Студент (специалист)*

Белорусский государственный университет, Факультет философии и социальных наук,  
Минск, Беларусь

*E-mail: zaharchik.n@gmail.com*

В качестве главного и приоритетного направления в высшем учебном заведении признается профессиональное образование, однако немаловажная роль принадлежит спортивной деятельности молодого человека, в ходе которой происходит овладение специальными знаниями и умениями, а также способами их рационального применения для самосовершенствования [1].

Необходимо отметить, что спортивная деятельность в составе студенческих спортивных команд, а так же в индивидуальном студенческом спорте, имеет направленность на достижение высоких спортивных результатов. При этом тренировочный процесс сопряжен со значительными физическими нагрузками, сопровождаемыми дискомфортом, болью, преодолением себя, утомлением и все это на фоне учебной деятельности, которая так же несет за собой, эмоциональное перенапряжение и физическую усталость

Развитие студенческого спорта способствует сохранению целостности физкультурно-спортивного движения. Этой проблеме были посвящены работы таких ученых, как В.У. Агеев, Л.В. Аристова, В.М. Выдрин, С.И. Гуськов, В.И. Жолдак, Т.М. Каневец, В.В. Кузин, С.Г. Сейранов, Ю.П. Мичуда, В.Н. Платонов и др.

Учитывая все особенности студенческого спорта, необходимо отметить, что эффективность и успешность студентов-спортсменов, обусловлена рядом факторов.

1. Грамотное планирование и разработка методики учебно-тренировочного процесса студентов-спортсменов с учётом календаря соревнований, учебного процесса, уровня их физического и функциональной подготовленности, а так же использование комплексного подхода при включении неспецифических видов упражнений, авторитетность и правильный стиль руководства, основополагающую роль в которых играет грамотность и квалификация тренера, сопряженная с опытом тренировочной деятельности в высшем учебном заведении,.

2. Грамотное психологическое сопровождение, одно из направлений которого направлено на развитие личности и психических процессов спортсмена. Данное направление психологической подготовки ставит своими задачами развитие мотивов, воли, чувств, способностей, характера, реализацию качеств темперамента и других психических особенностей, а так же формирование и динамику специализированного восприятия, предстартовых состояний, психической устойчивости и надежности спортсмена [2, с. 52]. Это личностные детерминанты студентов-спортсменов, степень выраженности которых должна находиться и поддерживаться на высоком уровне.

3. Психологическая подготовленность - это один из факторов, в значительной степени определяющий достижения спортсменов и команды в целом. Как утверждает А.Ц. Пуни, психологическая готовность к соревнованию определяется как уверенность спортсмена в своей подготовленности, в своих силах, в стремление достичь поставленной цели [3, с. 84].

Лучшая психологическая подготовленность будет являться решающим фактором, дающим возможность наиболее эффективно показать физическую, техническую, тактическую и теоретическую подготовленность спортсмена.

В исследовании взаимосвязи психологической подготовленности и мотивов к занятию спортом у спортсменов студенческих команд приняли участие спортсмены БГУФК (волейбол) и спортсмены БГУ (волейбол и баскетбол), в общем количестве 50 человек. В числе респондентов были как девушки, так и парни в возрасте от 17 до 23 лет.

В ходе исследования применялись методики: «Психологическая подготовленность» (Опросник Гордона-Ямпольского) и методика «Изучение мотивов занятий спортом» (В. И. Тропникова).

В ходе исследования были проанализированы результаты, характеризующие психологическую подготовленность студентов-спортсменов.

По шкале «устойчивость к стрессорам» был выявлен наиболее характерный уровень для испытуемых - средней уровень устойчивости 45 человек (90%). Это объясняется тем, что высокие требования, предъявляемые к физиологическим и психологическим возможностям организма студентов-спортсменов, в ситуации непрерывного тренировочного и соревновательного процесса, которые и так испытывают повышенную физическую и психоэмоциональную нагрузку в период обучения в высшем учебном заведении.

По результатам шкалы «способность к самоконтролю, саморегуляции наиболее характерным уровнем данного показателя является средний уровень 33 человека (66%) что говорит о осознанном понимании и оценивании своего эмоционального состояния, умении влиять на него, умении перестроиться в ходе борьбы, а так же о контроле за своими действиями. Что так же влияет на результативность выступления как самого игрока, так и команды в целом.

По результатам шкалы «волевая активность» выявлено, что максимальный уровень данного показателя является наиболее характерным для данных испытуемых 34 человека (68%), что говорит о высокой целеустремленности, настойчивости и упорстве, инициативности и самостоятельности, о высокой потребности достижения успеха, а так же потребности в борьбе, что является наиболее важными качествами для игровых видов спорта.

По итогам изучения мотивов занятий спортом, необходимо отметить, что наиболее выраженными мотивами для спортсменов студенческих команд являются мотивы «физического совершенства» (3,8), «развития характера и психических качеств» (3,7), «эстетического удовольствия и острых ощущений» (3,6).

Наименее выраженными мотивами являются мотивы «материальных благ» (2,2), «приобретения полезных для жизни умений и знаний» (2,3), «потребность в одобрении» (2,4).

Так же, если сравнить отдельно представителей по секциям «волейбол» и «баскетбол», мотивы спортивной деятельности почти не различаются по своей значимости для испытуемых, что, на наш взгляд, обусловлено одинаковой спецификой игрового командного вида спорта.

Для установления взаимосвязи между показателями психологической подготовленности и мотивами спортивной деятельности студентов-спортсменов использовался коэффициент корреляции Спирмена.

Полученные данные показывают, что существует прямая взаимосвязь между мотивами студентов-спортсменов и психологической подготовленностью их к спорту, а именно, между:

- «устойчивостью к стрессорам» и мотивами «приобретения полезных для жизни умений и знаний» и мотивом «познания».
- «способность к самоконтролю, саморегуляции» и мотивом «познания».
- «волевой активностью» и мотивом «эстетического удовольствия и острые ощущения».

Таким образом, психологическая подготовленность, являясь важным элементом соревновательной, тренировочной спортивной деятельности, влияет на процесс и высокий результат, тесно взаимосвязана с мотивами занятия спортом, содействует активизации

мотивации у студента-спортсмена.

### Источники и литература

- 1) 1. Цакоев, А.А. Эффективность занятий физической культурой студентов ВУЗа / А.А. Цакоев // Вестник Университета. – Москва: Изд-во ФГБОУ ВПО «Государственный Университет Управления». – 2012. – №7. – С. 287-291.
- 2) 2. Дьяченко, М.И. Кандыбович, А.А. Пономаренко, В.А. Готовность к деятельности в напряженных ситуациях / М.И. Дьяченко, А.А. Кандыбович, В.А. Пономаренко. – Минск: Университетское изд-во, 2005. – 126 с.
- 3) 3. Пуни, А.Ц. Психологическая подготовка к соревнованию в спорте / А.Ц. Пуни. – Москва: ФиС, 1969. – 253 с.