

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ТРЕНЕРОВ В ОБЛАСТИ ЮНОШЕСКОГО СПОРТА

Финансовый университет при Правительстве Российской Федерации, г. Москва, Россия
«Financial University under the Government of the Russian Federation», Moscow, Russia



СКРЫГИН
Сергей Владимирович

Кандидат педагогических наук,
доцент кафедры «Физвоспитание»,
skrizalii2@yandex.ru,
тел. +7(926)7521033

SKRYGIN Sergey

PhD in pedagogy, associate Professor of «Physical Education»

***Ключевые слова:** чрезмерные тренировочные нагрузки, управление тренировочным процессом, юные спортсмены, перфекционизм, агрессия.*

Аннотация. В исследовании использовались аналитические и статистические методы. Определялась структура содержательных компонентов характера тренеров-преподавателей и их взаимосвязь с манерой руководства в процессе подготовки юных спортсменов. В статье выдвинута гипотеза, что переход к объективным условиям, которые позволят исключить методы форсированной подготовки в юношеском возрасте, возможен на основе применения системы контрольных соревнований для оценки общей физической готовности начинающих спортсменов. Исследовательская работа позволила уточнить информацию о содержательных качествах характера тренеров, имеющих целевую установку на быстрое достижение высокого спортивного результата за счет завышенных требований к спортсменам, а также преподавателей, нацеленных на совершенствование тренировочного процесса с применением адекватных физических нагрузок.

PSYCHOLOGICAL FEATURES OF TRAINERS OF YOUNG ATHLETES

***Keywords:** excessive training load, management of training process, young athletes, perfectionism, aggression.*

Abstract. The study used analytical and statistical methods. Psychological components of trainers' character were revealed in the work. We determined the relationships between the mental characteristics of teachers with the training methods. Hypothesis: athletes can avoid injury if the coach is able to use the statistical method for pedagogical control. The result of research: the structure of control competitions to determine the level of General physical training of young athletes.

Актуальность. В детско-юношеском спорте существует вероятность бесконтрольного использования тренировочных нагрузок около предельной величины [10]. Речь идёт о девиации превышающей меру допустимого в виде форсированной подготовки. Неоправданное увеличение интенсивности и объема физических нагрузок, как правило, используется для достижения максимального результата без учета физической и психической готовности спортсменов [6].

Причины такого явления кроются в противоречии между научно обоснованными принципами тренировки и умением их применять на практике; между ответственностью за здоровье занимающихся и желанием достичь успеха любой ценой.

По мнению ученых, одной из первых причин неадекватного тренерского руководства в подготовке спортсменов является стремление решить спортивную сверхзадачу, используя завышенные требования [2, 4, 6, 10]. Желание достичь

идеального результата в научных публикациях обозначается перфекционизмом [11]. Существует мнение, что это качество в педагогическом процессе может проявляться в положительном или отрицательном виде [4]. Деструктивный перфекционизм способен влиять на спортивную деятельность, что подтверждается результатами исследований [2]. Автор подчеркивает его связь с эмоциональным и физическим истощением начинающих спортсменов. В отличие от этого мнения в литературе опубликованы итоги научной работы с выводами о том, что спортивный перфекционизм может играть положительную роль и оказывать конструктивное влияние на тренировочный процесс [5].

Таким образом, для уточнения информации о положительном или отрицательном влиянии тренерского перфекционизма в подготовке юных спортсменов было организовано специальное исследование.

Цель исследования – дать рекомендации по организации учебно-тренировочного процесса юных спортсменов, на основании которых будут упразднены психологические причины, стимулирующие применение форсированного метода тренировки.

Для достижения данной цели в работе поставлены следующие задачи:

1. Изучить психологическую детерминацию преподавателей в области юношеского спорта для выявления положительных и отрицательных факторов, определяющих стиль управления тренировочным процессом.

2. Определить содержательные качества характера, которые мотивируют тренеров стремиться к спортивному успеху за счет завышенных требований, используя нагрузки чрезмерной величины.

Организация исследования. Работа выполнялась в период с 2018 по 2019 г. на базе кафедры «Физвоспитание» Финансового университета. В исследовании приняли участие 18 специалистов

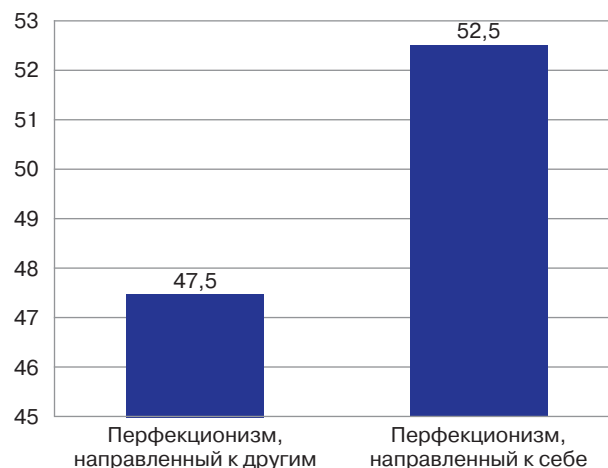


Рисунок – Процентное соотношение респондентов обладающих перфекционизмом различной направленности

начального уровня квалификации в возрасте от 30 до 40 лет, имеющие опыт работы с начинающими спортсменами в гимнастике, плавании и футболе.

На первом этапе проводилось анкетирование, которое позволило определить показатели перфекционизма по методу Фроста [11]. На основании рекомендаций автора перфекционизм рассматривался как конструктивный и деструктивный. Констатация неоднозначного проявления этого качества заставила задуматься о причинах, которые обеспечивают его положительное или отрицательное воздействие. Отвечая на этот вопрос, Тарасова Л.Е. на основании результатов собственного исследования выделила агрессивность как фактор, повышающий психологический риск в образовательной среде [9]. Принимая во внимание представленную выше информацию, на втором этапе исследования был проведен «тест агрессивности» по методике Л.Г. Почебут [3]. Затем методом корреляционного анализа [8] выявлялась статистическая зависимость показателей перфекционизма и агрессивности. Предполагалось, что результаты исследования

Таблица – Коэффициент корреляции показателей перфекционизма и агрессивных свойств личности в группе тренеров-преподавателей

Виды агрессии	Перфекционизм, направленный к другим	Перфекционизм, направленный к себе
Вербальная	0,718	-0,152
Физическая	0,743	-0,719
Предметная	0,673	0,123
Эмоциональная	-0,083	-0,777

Примечание: жирным шрифтом выделены статистически достоверные коэффициенты корреляции ($p < 0,05$)

позволят определить деструктивный вид перфекционизма на основании его взаимосвязи с элементами различного вида агрессии.

Методы исследования. Опросные методы [3, 11] («метод измерения перфекционизма» Фроста; «тест агрессивности» Л.Г. Почебут), изучение литературы, статистический анализ данных [8].

Результаты исследования. В процессе анкетирования для выявления направленности перфекционизма по методу Фроста [11] были получены результаты, представленные на рисунке.

Как видно на рисунке, респонденты разделились на две группы. Психологическая детерминация первой группы тренеров отличалась наличием перфекционизма, направленного к другим. Таких оказалось 47,5% от всей совокупности респондентов. В другой группе доминирующим качеством является перфекционизм, направленный на себя (52,5%).

После проведения «теста агрессивности» по методике Л.Г. Почебут [3] показатели перфекционизма и агрессии были обработаны методом корреляционного анализа [8]. Данные представлены в таблице.

Результаты, представленные в таблице, указывают на то, что агрессивные свойства личности имеют взаимосвязь с тем видом перфекционизма, который направлен на других. Это определяет значимую степень вероятности того, что специалисты с подобной детерминацией содержательных качеств характера могут действовать с деструктивной позиции, мобилизуя свой тренерский потенциал на достижение максимального результата с использованием завышенных требований. Подобное состояние можно расценивать, как причину целевой установки достичь идеального результата, применяя физические нагрузки чрезмерной величины.

С другой стороны, перфекционизм, направленный на себя, имеет отрицательные корреляционные связи с показателями агрессивности. Это указывает на то, что тренеры, обладающие такими качествами, для достижения спортивного успеха способны быть неудовлетворенными своими профессиональными действиями, акцентируя внимание на совершенствовании педагогических подходов. Перфекционизм, направленный на себя, можно оценить как конструктивный, мотивирующий повышать эффективность тренировочного процесса с учетом адаптационных возможностей спортсменов, минуя метод форсированных нагрузок.

Заключение. Выше теоретического интереса в поиске причин неадекватного тренерского руководства является практический аспект сохранения здоровья начинающих спортсменов и создание благоприятных условий в процессе реализации их способностей. Для сдерживания инициативы тренеров, которые нацелены применять форсированные физические нагрузки, необходимо разработать систему контрольных соревнований на базе детско-юношеских школ. В эту систему должны входить состязания для оценки уровня базовой готовности. Только те начинающие спортсмены, которые достигают необходимого уровня общей физической подготовки, могут быть допущены к соревнованиям по специальности. Контрольные соревнования должны планироваться регулярно в течение подготовительного периода через определённый промежуток времени. Они организуются с целью утверждения в работе детско-юношеского тренера рациональной структуры тренировочных нагрузок с общефизической направленностью [7].

Выводы. Наличие перфекционизма, направленного на себя, в характере тренера является конструктивным фактором в работе с начинающими спортсменами. Эта способность мотивирует преподавателя повышать собственное педагогическое мастерство для достижения спортивного успеха.

Тренер с доминированием в своем характере перфекционизма, направленного на других, обладает деструктивным потенциалом. Его целевая направленность на достижение спортивного результата с завышенными требованиями не является положительным фактором воспитания, что непосредственно влияет на итоги спортивной деятельности. Это подтверждают результаты другого педагогического эксперимента, представленного в научной литературе [1].

Избавиться от деструктивной тенденции перфекционизма с элементами агрессивности возможно, изменив мотивационную составляющую в работе тренерского состава. Вместо соперничества, противостояния и корысти необходимо утверждать ценности, основанные на ответственности, гуманизме и профессиональном достоинстве. В результате практического применения представленных в работе рекомендаций могут быть решены несколько наиболее важных для юношеского спорта задач: использование специальных нагрузок допустимого объема и интенсивности;

применение необходимого количества упражнений общефизической направленности; упразднение идеи форсированной подготовки юных спортсменов.

Литература

1. Гараян, Н.Г. Перфекционизм и психические расстройства (обзор зарубежных эмпирических исследований) / Н.Г. Гараян // Современная терапия психических расстройств. – 2006. – № 1. – С. 31-41.
2. Горская, Г.Б. Психологическое обеспечение многолетней подготовки спортсменов: учебное пособие / Г.Б. Горская. – Краснодар: КГУФКСТ, 2008. – 220 с.
3. Платонов, Ю.П. Основы этнической психологии: учеб. пособие / Ю.П. Платонов. – СПб. : Речь, 2003. – С. 383-385.
4. Рогалева, Л.Н. Влияние спорта и установок тренера на личность юного спортсмена: автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01/ Рогалева Людмила Николаевна. – Москва, 1999. – 19 с.
5. Распопова, А.С. Особенности взаимосвязи перфекционизма и личностных свойств спортсменов / А.С. Распопова // Молодые ученые-2010: материалы Всерос. форума. – Москва : Физическая культура, 2010. – 286 с.
6. Скрыгин, С.В. Структура тренировочных нагрузок специальной направленности бегунов-спринтеров 3-4 годов обучения в учебно-тренировочных группах спортивных школ: автореф. ... дис. канд. пед. наук: 13.00.04 / Скрыгин Сергей Владимирович. – Москва, 1992. – 23 с.
7. Скрыгин, С.В. Рациональная структура тренировочных нагрузок как основа управления адаптационными возможностями юных бегунов на короткие дистанции / С.В. Скрыгин // Физическая культура, спорт и здоровье в современном обществе: сб. науч. тр. / Воронеж : Издательско-полиграфический центр «Научная книга», 2015. – С. 366-369.
8. Спортивная метрология : учебник для вузов / В.В. Афанасьев, И.А. Осетров, А.В. Муравьев, П.В. Михайлов ; отв. ред. В.В. Афанасьев. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Издательство Юрайт, 2019. – 209 с.
9. Тарасова, Л. Е. Агрессия педагога как фактор психологического риска в образовательной среде / Л.Е. Тарасова // Известия Саратовского университета. Новая серия. Акмеология образования. Психология развития. – 2011. – № 2. – С. 41-47.
10. Чрезмерные нагрузки вредят детско-юношескому хоккею. Выдержки из интервью доктора СДЮШОР «Динамо» – Круглов [Электронный ресурс] – URL: <http://komanda2.ru/> (Дата обращения: 25 октября 2018).

11. Ясная, В.А. Апробация шкал измерения перфекционизма на российской выборке. Психологическая диагностика / В.А. Ясная, С.Н. Ениколопов. – 2009. – №1. – С. 101-120.

Literature

1. Garanyan, N.G. Perfectionism and mental disorders (review of foreign empirical studies) / N.G. Garanyan // Modern therapy of mental disorders. – 2006. – № 1. – P. 31-41.
2. Gorskaya, B.B. Psychological support of many years of training athletes: a tutorial / G. B. Gorska – Krasnodar: KGUFKST, 2008. – 220 p.
3. Platonov, Yu.P. Fundamentals of ethnic psychology: a tutorial / Yu.P. Platonov. – SPb. : Speech, 2003. – P. 383-385.
4. Rogalev, L.N. Influence of sports and installations of a coach on the personality of a young athlete: abstract of a dis. ... candidate of psychological sciences: 19.00.01. – Moscow, 1999. – 19 p.
5. Raspopova, A.S. Features of the relationship of perfectionism and personal properties of athletes / A. S. Raspopova // Young scientists-2010: materials of All-Russia forum. – Moscow: Physical culture, 2010. – 286 p.
6. Skrygin, S.V. The structure of the training loads of special orientation runners-sprinters 3-4 years of study in the training groups of sports schools: abstract of a dis. ... dis. Cand. ped. Sciences: 13.00.04 / Skrygin Sergey Vladimirovich. – Moscow, 1992. – 23 pp.
7. Skrygin, S.V. Rational structure of training loads as a basis for managing the adaptive capabilities of young short-distance runners / S.V. Skrygin // Physical culture, sport and health in modern society: Coll. scientific tr. / Voronezh: Publishing and Printing Center «Scientific Book», 2015. – P. 366-369.
8. Sports metrology: a textbook for high schools / V.V. Afanasyev, I.A. Osetrov, A.V. Muravyev, P.V. Mikhailov; rep. ed. V.V. Afanasyev. – 2nd ed., Corr. and add. – Moscow : Yurait Publishing House, 2019. – 209 p.
9. Tarasova, L.E. Aggression of a teacher as a factor of psychological risk in the educational environment / L.E. Tarasova // News of Saratov University. New series. Acmeology of education. Developmental psychology. – 2011. – № 2. – P. 41-47.
10. Excessive loads harm the youth hockey. Excerpts from an interview with the doctor of Dynamo Sports School – Kруглов [Electronic resource] – URL: <http://komanda2.ru/> (Treatment date: October 25, 2018).
11. Yasnaya, V.A. Approbation of perfectionism measurement scales on the Russian sample. Psychological diagnosis / V.A. Clear, S.N. Enikolopov. – 2009, №1. – P. 101-120.

