

2. Губа В.П. Модельные характеристики комплектования студенческих волейбольных команд / В.П. Губа, П.В. Пустошило // Теория и практика физической культуры. – 2017. – № 6. – С. 26–27.
3. Труш А.И. Тренировка волейболисток высокой квалификации и факторы, обуславливающие спортивные результаты в волейболе / А.И. Труш // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2014. – № 4 (110). – С. 168–170.
4. Фактор Э.А. Комплексная оценка работоспособности волейболистов высокого класса / Э.А. Фактор, В.В. Дорофейников, О.И. Кияткин // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2019. – № 2 (168). – С. 159–163.
5. Эртман, Ю.Н. Соревновательная надежность как основа выделения нового амплуа в современном волейболе / Ю.Н. Эртман, А.Н. Гераськин // Омский научный вестник. – 2014. – № 4 (131) – С. 141–144.

REFERENCES

1. Babushkin, G.D. (2014), "The effectiveness of competitive activity of an athlete and ways to improve it", *Sports psychologist*, No. 1 (32), pp. 63–66.
2. Guba, V.P. and Pustoshilo, P.V. (2017), "Model characteristics of recruiting student volleyball teams", *Theory and practice of physical culture*, No. 6, pp. 26–27.
3. Trush, A.I. (2014), "Training of highly qualified volleyball players: factors that determine sports results in volleyball", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 4 (110), pp. 168–170.
4. Factor, E.A., Dorofeynikov, V.V. and Kiyatkin, O.I. (2019), "A comprehensive assessment of the performance of high-class volleyball players", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 2 (168), pp. 159–163.
5. Ertman, Yu.N. and Geraskin, A. N. (2014), "Competitive reliability as a basis for identifying a new role in modern volleyball", *Omsk Scientific Bulletin*, No. 4 (131), pp. 141–144.

Контактная информация: albena05@mail.ru

Статья поступила в редакцию 28.06.2021

УДК 796.073

ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПОДДЕРЖКА СОЦИАЛЬНОЙ АДАПТАЦИИ ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ СПОРТСМЕНОВ ПО ЗАВЕРШЕНИЮ СПОРТИВНОЙ КАРЬЕРЫ

Юруслан Ахметович Джаубаев, кандидат педагогических наук, доцент, Фатима Даутовна Джирикова, кандидат педагогических наук, доцент, Сабират Сайпудиновна Енокаева кандидат педагогических наук, доцент, Карачаево-Черкесский государственный университет, г. Карачаевск; Валерий Анатольевич Петьков, доктор педагогических наук, профессор, Кубанский государственный университет, г. Краснодар; Ирина Анатольевна Глуценко, кандидат педагогических наук, доцент, Невинномысский государственный гуманитарно-технический институт, г. Невинномысск

Аннотация

Проблема социальной адаптации спортсменов, завершающих спортивную карьеру является актуальной, поскольку в современных условиях, бывшие спортсмены при переходе в другую сферу деятельности сталкиваются с трудностями межличностной коммуникации и социального взаимодействия при выборе и реализации своего дальнейшего профессионального и жизненного пути. Целью исследования являлось научное обоснование и экспериментальная проверка авторского подхода к организации педагогической поддержки социальной адаптации высококвалифицированных спортсменов по завершению спортивной карьеры. Основная задача исследования заключалась в разработке и апробации эффективности педагогической поддержки социальной адаптации высококвалифицированных спортсменов по завершению спортивной карьеры. Научная новизна и теоретическая значимость исследования состоит в научном обосновании представлений о сущности, содержании и основных направлениях реализации педагогической поддержки социальной адаптации высококвалифицированных спортсменов по завершению спортивной карьеры. Показано, что разра-

ботка и реализация авторской программы педагогической поддержки социальной адаптации высококвалифицированных спортсменов по завершению спортивной карьеры обеспечивается реализацией содержания, включающей в себя комплекс мероприятий по решению личностных проблем спортсменов. Практическая значимость полученных результатов заключается в возможности использования материалов исследования при переходе спортсменов в другую сферу деятельности. Апробация разработанного подхода в условиях Карачаево-Черкесского университета обеспечила значительное повышение показателей уровня социальной адаптации спортсменов.

Ключевые слова: спортивная карьера, социальная адаптация, педагогическая поддержка, спортсмены высокой квалификации.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2021.7.p80-85

PEDAGOGICAL SUPPORT FOR THE SOCIAL ADAPTATION OF HIGHLY QUALIFIED ATHLETES AT THE END OF THEIR SPORTS CAREER

Yuruslan Akhmetovich Dzhaubaev, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer, Fatima Dautovna Dzhirikova, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer, Sabirat Sayputdinovna Enokaeva, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer, Karachay-Cherkessia State University, Karachaevsk; Valery Anatolyevich Petkov, the doctor of pedagogical sciences, professor, Kuban State University, Krasnodar; Irina Anatolyevna Glushchenko, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer, Nevinnomyssk State Humanitarian and Technical Institute

Abstract

The problem of social adaptation of the athletes, completing the sports career is relevant, since in the modern conditions, the former athletes, when moving to another field of activity, face the difficulties of interpersonal communication and social interaction, when choosing and implementing their further professional and life path. The aim of the study was the scientific substantiation and experimental verification of the author's approach to the organization of pedagogical support for the social adaptation of highly qualified athletes at the end of their sports career. The main objective of the study was to develop and test the effectiveness of pedagogical support for the social adaptation of highly qualified athletes at the end of their sports career. The scientific novelty and theoretical significance of the research consists in the scientific substantiation of ideas about the essence, content and main directions of the implementation of pedagogical support for the social adaptation of highly qualified athletes at the end of their sports career. It is shown that the development and implementation of the author's program of pedagogical support for the social adaptation of highly qualified athletes at the end of a sports career is provided by the implementation of the content, which includes a set of measures to solve the personal problems of athletes. The practical significance of the results obtained lies in the possibility of using research materials during the transition of athletes to another field of activity. Approbation of the developed approach in the conditions of the Karachay-Cherkessia University provided a significant increase in the indicators of the level of social adaptation of athletes.

Keywords: sports career, social adaptation, pedagogical support, highly qualified athletes.

ВВЕДЕНИЕ

Феномен спортивной карьеры, отражающий важнейшую часть жизненного пути личности спортсмена, кризисы, возникающие в ней, выдвинули ее в число приоритетных социальных проблем спорта. В специальной литературе накоплен значительный материал, характеризующий различные состояния личности спортсмена, связанные с завершением спортивной карьеры и переходом в другую сферу деятельности, что обуславливает проблему социальной адаптации спортсменов.

Социальная адаптация бывших профессиональных спортсменов – это процесс их включения в систему социальных отношений, сложившихся в социуме и основанную на их интересах и потребностях. Содержательно социальная адаптация бывших профессиональных спортсменов представляет собой многоуровневую, многоэлементную систему социальных отношений, основной целью которых являются решение их личностных и

жизненных проблем.

Анализ литературных источников по проблеме исследования (П.Р. Агутов, В.А. Баранов, Л.И. Лубышева, Н.А. Воронов, А.А. Новиков и др.) выявил слабую научную работанность многих аспектов социальной адаптации высококвалифицированных спортсменов [1-3]. Данная проблема получила освещение в различных работах современных зарубежных ученых (Т. Вомра, С. Buzzichelli и др.) [4]. По данным этих исследователей, одной из личностных детерминант адаптации спортсменов к жизни после завершения спортивной карьеры может выступать социальная компетентность, иными словами готовность спортсмена применить свой опыт и знания в других сферах жизни.

МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

Опытно-экспериментальная работа осуществлялась в течение 3 лет в период 2018–2021 гг. и выстраивалась поэтапно. Базой исследования были выбраны следующие спортивные организации: Региональная общественная организация «Федерация спортивной борьбы Карачаево-Черкесской республики», «Клуб ветеранов спорта КЧР»; государственные образовательные учреждения дополнительного образования спортивной направленности «Детско-юношеская школа борьбы на поясах» и «Детско-юношеская школа по вольной борьбе и борьбе дзюдо». В этих организациях тренируются спортсмены и работают тренеры-преподаватели, подготовленные по разработанной нами методике социальной адаптации спортсменов.

Исследование включало в себя два этапа: 1) теоретический анализ проблемы; 2) экспериментальная работа по разработке педагогической поддержки социальной адаптации высококвалифицированных спортсменов по завершению спортивной карьеры. Содержание экспериментальной работы было направлено на реализацию авторской программы семинара для тренеров «Социальная адаптация и выбор жизненного пути спортсменов» рассчитанную на 110 часов. Программа включала в себя четыре цикла и реализовывалась в течение года. Первый цикл – лекционный, второй цикл – методический, третий – практический, четвертый – рефлексивный. Эффективность реализации разработанной программы оценивалась по уровневым показателям (высокий, средний, низкий) развития структурных компонентов социальной адаптации: когнитивный, волевой, мотивационный и личностно-деятельностный. Для каждого компонента были определены критерии, которые оценивались по пятибалльной шкале.

В исследовании были использованы методы: анализ специальной литературы, педагогическое наблюдение; интервью, анкетирование, опрос и беседы; методы психологической диагностики оценки; и беседы, анкетирования, количественный, качественный методы обработки результатов и др.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Анализ специальной литературы и сложившейся образовательной практики позволил выявить сущность социальной адаптации спортсменов завершающих свою карьеру в спорте и сформулировать понятие педагогической поддержки этого процесса.

Педагогическая поддержка социальной адаптации спортсменов завершающих свою карьеру в спорте представляет собой педагогически организованный процесс оказания им помощи по включению в систему социальных отношений, сложившихся в обществе с учётом их интересов, потребностей и устремлений в самореализации жизненных и профессиональных планов.

В ходе исследования нами установлены основные проблемы адаптации и самореализации спортсменов в период занятий спортом и после его завершения, к которым были отнесены следующие:

- адекватность восприятия спортсменами условий жизни в спорте и вне его;
- развитие личности средствами спортивной деятельности;

- вхождение человека в спортивный коллектив и принятую в нем систему отношений, взаимоотношение;
- формирование социально значимых свойств и черт характера, ключевых навыков в спорте и в повседневной жизни;
- приспособлением к существующим в обществе требованиям, ценностям, нормам поведения.

В начале эксперимента был проведен опрос 40 спортсменов высокой квалификации, завершивших свою карьеру. Его целью являлось выявление уровня удовлетворенности жизнью после завершения карьеры в спорте. В результате были получены следующие ответы: 64,1% респондентов – не удовлетворены своей жизнью; 19,9% – удовлетворены, но не полностью; 14,0% – удовлетворены. Многие респонденты указали на необходимость социальной адаптации к новой жизни и оказании им помощи в налаживании межличностных отношений и адаптации к трудовой деятельности.

Для выявления значимости для бывших спортсменов педагогической поддержки в социальной адаптации, оказываемой тренерами, была разработана анкета. В результате анкетирования было выяснено, что большая часть спортсменов (69,2%) – считают необходимым оказание им педагогической поддержки, со стороны тренера, так как он пользуются авторитетом, уважением и доверием со стороны спортсмена.

20,1% опрошенных считают, что поддержка необходима на протяжении всей спортивной карьеры; 11,7% респондентов видят её целесообразность только на завершающем этапе спортивной карьеры.

Анализ вопросов, относительно представлений о трудностях адаптации спортсменов показал, что в качестве факторов социальной дезадаптации респонденты определяют: трудности межличностного общения, проблемы со здоровьем (как следствия физических и психических перегрузок и полученных травм), профессиональные трудности, а также ряд таких психологических и коммуникативных качеств личности, как ранимость, обидчивость, высокая тревожность, упрямство, нерешительность в выборе цели и т.п.

Процедура анкетирования позволила определить, что успешность процесса социальной адаптации спортсменов определяется совокупностью таких социально значимых личностных качеств, как активность в достижении цели, уверенность, самостоятельность, доброжелательность, коммуникативность, здоровый оптимизм, жизнерадостность, твердость характера. Этот процесс во многом зависит от уровня положительной мотивации, социально-психологического комфорта, степени моральной и материальной удовлетворенности, сформированности направленности на общественную и трудовую деятельность в сфере спорта и физической культуры. Данные анкетирования свидетельствуют о том, что 37,9% респондентов не имеют даже представления о роде будущей деятельности после завершения спортивной карьеры. 29,7% респондентов считают, что по завершению спортивной карьеры им необходимо будет обучаться профессии, не связанной со спортом.

18,3% респондентов планируют посвятить себя тренерской деятельности, а 12,0% – имеют навыки работы по специальности, не связанной с физической культурой и спортом.

После завершения экспериментальной работы у 55,6% участвующих в ней спортсменов была отмечена потребность в индивидуальных консультациях, на которых обсуждались следующие вопросы: преодоление неудач в жизненном пути;

- варианты выхода из ситуаций жизненной неопределенности;
- способы достижения профессиональной востребованности и др.

Реализуемая тренером педагогическая поддержка была нацелена на выработку у спортсмена уверенности в своих силах и возможностях.

По прошествии года после завершения спортивной карьеры был проведен опрос 20 спортсменов – участников эксперимента. Его результаты следующие: 71,8% респондентов полностью удовлетворены своей жизнью. Большинство участников эксперимента

успешно реализовали свои знания, умения и опыт, приобретенные в процессе занятий спортом. 44,4 % связали своё профессиональное самоопределение со сферой физической культуры и спорта (административная работа – 11,5%, тренерская деятельность – 18,7% преподавательская работа в школе и учреждениях профессионального образования – 12,1%, судейство в спорте – 2,2%); 33,7% с работой в силовых структурах и охране, 11,9% реализовывают себя в бизнесе; в других областях – 10,0%.

Эффективность проведённой работы определялась по разработанной нами методике оценивания уровня (низкий, средний, высокий) развития структурных компонентов социальной адаптации спортсменов: когнитивного, волевого, мотивационного и личностно-деятельностного. Каждому структурному компоненту соответствовал определённый критерий. Полученные результаты сведены в таблицу 1.

Таблица 1 – Динамика социальной адаптации спортсменов в процессе эксперимента (в %)

Структурные компоненты социальной адаптации	В начале эксперимента			По завершению эксперимента		
	Уровни адаптации			Уровни адаптации		
	высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
Когнитивный	16,6	25,4	58,0	27,0	52,9	20,1
Волевой	22,9	16,3	60,8	68,9	16,3	14,8
Мотивационный	18,8	34,2	47,0	66,0	15,3	18,7
Личностно-деятельностный	14,7	23,0	62,2	40,5	45,3	14,2

Из таблицы следует, что в начале опытно-экспериментальной работы на низком уровне развития находились все структурные компоненты социальной адаптации спортсменов. По завершению опытно-экспериментальной работы в уровневых показателях всех структурных компонентам отмечены достоверные позитивные изменения.

Наибольшая динамика уровневых переходов с низкого на средний и высокий проявилась по показателям волевого компонента. На наш взгляд это свидетельствует о появлении желания спортсменов следовать поставленной жизненной цели и развитию уверенности в своих возможностях.

Рост показателей мотивационного компонента обусловлен появлением мотивов жизненного самоутверждения. Наименьшие показатели уровня развития отмечены в показателях когнитивного компонента. На наш взгляд это связано со слабой теоретической подготовкой спортсменов в области жизненного и профессионального самоопределения. Позитивные, но недостаточно динамичные изменения в показателях когнитивного и деятельностного компонентов нацеливают на организацию более качественной работы в области саморазвития и приобретения практического опыта жизненного самоопределения.

Анализ литературных источников и имеющегося опыта по исследуемой проблеме, рефлексия полученных в ходе эксперимента результатов позволили сформулировать основные выводы исследования.

ВЫВОДЫ

Содержательно социальная адаптация спортсменов завершающих свою карьеру в спорте представляет собой многоуровневую, многоэлементную систему социальных и межличностных отношений, основной целью которых являются решение их личностных, жизненных и профессиональных проблем.

Педагогическая поддержка социальной адаптации спортсменов завершающих свою карьеру в спорте представляет собой педагогически организованный процесс оказания им помощи по включению в систему социальных отношений, сложившихся в обществе с учётом их интересов, потребностей и устремлений в самореализации жизненных и профессиональных планов.

Эффективность педагогической поддержки социальной адаптации спортсменов завершающих свою карьеру в спорте обеспечивается реализацией авторской программы семинара для тренеров «Социальная адаптация и выбор жизненного пути спортсменов».

Программа обеспечивает повышение компетентности спортивных педагогов, и как следствие значительно повышает эффективность готовности спортсменов к самореализации жизненных и профессиональных планов и адаптации в социальной среде.

Полученные результаты свидетельствуют об эффективности организованной тренерами социальной поддержки спортсменов и проведённой экспериментальной работы.

ЛИТЕРАТУРА

1. Баранов, В.А. Спорт высших достижений: социологический анализ миссии и потенциала спорта / В.А. Баранов, Л.И. Лубышева // Теория и практика физической культуры. – 2021. – №3. – С. 3–9.
2. Воронов, Н.А. Влияние спортивной деятельности на становление личности человека / Н.А. Воронов // Эпоха науки. – 2018. – №15. URL: <http://eraofscience.com/EofS/Vypyski2018/15-sentjabr2018/41.pdf> (дата обращения: 01.07.2021).
3. Новиков, А.А. Основы спортивного мастерства. / А.А. Новиков – Москва : Советский спорт, 2012. – 256 с.
4. Bompa Tudor O. *Periodization: Theory and Methodology of Training.* / Tudor O. Bompa, Carlo A. Buzzichelli. – Sixth edition. – Champaign, IL : Human Kinetics, 2019. – 380 p.

REFERENCES

1. Baranov, V.A. Lubysheva, L.I. (2021), “Elite sports: mission, resource and progress survey and analysis”, *Theory and practice of physical culture*, No. 3, pp. 3–9.
2. Voronov, N.A. (2018), “Influence of sports activities on the formation of human personality”, *Age of Science*, No. 15, available at: <http://eraofscience.com/EofS/Vypyski2018/15-sentjabr2018/41.pdf> (date accessed: 01.07.2021).
3. Novikov A.A. (2012), *Fundamentals of sports skill*, Soviet Sports Press, Moscow.
4. Bompa, Tudor O. and Buzzichelli, Carlo A. (2019), *Periodization: Theory and Methodology of Training*, Sixth edition, Human Kinetics, Champaign, IL.

Контактная информация: valerype@mail.ru

Статья поступила в редакцию 29.07.2021

УДК 796/799

ДИНАМИКА СТРУКТУРНЫХ И ФУНКЦИОНАЛЬНЫХ ИЗМЕНЕНИЙ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА У СПОРТСМЕНОВ РАЗЛИЧНЫХ ВИДОВ СПОРТА

Александр Александрович Джумок, кандидат педагогических наук, доцент, Российский Государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма, Москва; Егор Романович Шутлов, аспирант, Московская Государственная академия физической культуры, Малаховка

Аннотация

Требования конкурентной среды в спорте на современном этапе выдвигают требования к увеличению объема тренировочной и соревновательной деятельности в процессе многолетней подготовки, причем начиная с самых ранних ее этапов. При этом систематическое воспроизведение основного соревновательного упражнения, начиная с младшего школьного возраста, то есть периода интенсивного развития организма ребенка, может выступать в качестве компрометирующего фактора патобиомеханической установки опорно-двигательного аппарата юного спортсмена. В представленной работе изучена динамика структурных и функциональных изменений опорно-двигательного аппарата юных спортсменов различных видов спорта, показано, что в возрастной динамике 8–13 лет у спортсменов, специализирующихся в теннисе и бадминтоне, сохраняется высокая частота их локализации с приоритетным представительством уплощения сводов стоп и асимметрии плечевого пояса, а у представителей футбола и легкой атлетики наблюдается их (структурные и функциональные изменения) снижение. При этом практическая значимость проведенного