

УДК 796.011

**Оптимизация коммуникативных отношений в процессе
физкультурно-спортивной деятельности студентов вузов**

Волкова Людмила Михайловна, кандидат педагогических наук, профессор

Морозов Александр Анатольевич, кандидат педагогических наук, доцент

Вольский Василий Васильевич, кандидат педагогических наук, доцент

Стригельская Ирина Юрьевна, кандидат педагогических наук, доцент

Санкт-Петербургский государственный университет гражданской авиации,

Санкт-Петербург

Аннотация. В статье акцентируется внимание на создании условий улучшения коммуникативных отношений студентов через активное использование в физкультурно-спортивной деятельности элементов состязаний, эстафет, спортивных игр. Коммуникации способствуют росту двигательной активности студентов, признание сверстников мотивирует к достижению успеха, участию в академических мероприятиях, развитию спортивных интересов. Сегодня актуальна для рынка труда проблема подготовки квалифицированных специалистов с набором личностных качеств. В работе показана заинтересованность студентов в использовании спортивных состязаний в процессе физического воспитания. Выявлены положения межличностных отношений, их влияние на студенческую жизнь. Концентрация внимания на оптимизации коммуникаций в физкультурно-спортивной деятельности даст возможность реализовать интересы студентов, будет способствовать формированию убеждений в значимости физической культуры для жизненных и профессиональных целей, поможет преподавателям эффективно выстраивать учебно-воспитательный процесс.

Ключевые слова: коммуникация, студенты, физическая культура, состязания.

**Optimization of communicative relations in the process of physical culture and
sports activities of university students**

Volkova Lyudmila Mikhailovna, candidate of pedagogical sciences, professor

Morozov Alexander Anatolyevich, candidate of pedagogical sciences, associate professor

Volsky Vasily Vasilyevich, candidate of pedagogical sciences, associate professor

Strigelskaya Irina Yurievna, candidate of pedagogical sciences, associate professor

St. Petersburg State University of Civil Aviation, St. Petersburg

Abstract. The work focuses on creating conditions for improving students' communicative relations through the active use of elements of competitions, relay races, and sports games in physical culture and sports activities. Communication contributes to the growth of students' motor activity, peer recognition motivates them to achieve success, participate in academic events, and develop sports interests. Today, the problem of training qualified specialists with a set of personal qualities is relevant for the labor market. The paper shows the interest of students in the use of sports in the process of physical education. The positions of interpersonal relations and their influence on student life are revealed. Focusing on optimizing communications in physical culture and sports activities will make it possible to realize the interests of students, will contribute to the formation of beliefs in the importance of physical culture for life and professional goals, will help teachers effectively build the educational process.

Keywords: communication, students, physical education, competitions.

ВВЕДЕНИЕ. Коммуникативные отношения играют важную роль в студенческой среде, влияют на уровень комфорта, стабильности и успеха студентов в учебном процессе [1]. Один из основных аспектов коммуникаций – это отношения, складывающиеся между студентами, создание социальной сети и поддержка со стороны сверстников, выработка правил взаимодействия. Учебная среда может быть стрессовой для многих студентов, особенно для тех, кто начинает обучение в университете [2]. Создание дружеских отношений помогает сверстникам поддерживать и мотивировать друг друга, делиться опытом, учиться вместе и решать проблемы вместе. Коммуникативные отношения способствуют развитию социаль-

ных навыков студентов, навыков взаимодействия, решения конфликтов и управления отношениями, что является важным как для личного развития студентов, так и для их будущих профессиональных достижений [3, 4].

Коммуникации способствуют росту активности студентов, поддержка со стороны сверстников мотивирует к достижению успеха, участию в академических мероприятиях, развитию спортивных интересов. Оптимальный уровень коммуникации способствует развитию лидерских навыков и формированию будущих профессиональных связей, благодаря которым студенты могут получить доступ к дополнительным возможностям, таким, как участие в волонтерских организациях, исследовательских проектах, стажировках и т.д., что потенциально открывает им двери к будущему карьерному росту. Сегодня актуальна для современного рынка труда проблема подготовки квалифицированных специалистов, которые работают в условиях цифровизации, автономных систем, информационного моделирования, но главный элемент любой сферы деятельности – это человек-профессионал с набором личностных качеств [5, 6].

Проблема оптимизации межличностного общения студентов в вузе может решаться и в процессе физкультурно-спортивной деятельности через активное использование элементов состязаний, эстафет, спортивных игр [7]. Наличие поддерживающих отношений на физкультурно-спортивных занятиях может помочь студентам адаптироваться к среде, успешно учиться, повысить мотивацию к двигательной деятельности, поднять уверенность в себе. Практика доказывает, что знания студенту могут передать книги, компьютер, другие средства информационных технологий, а вот убеждение – только через общение, коммуникацию.

Таким образом, развитие положительных взаимоотношений важно для создания здоровой и поддерживающей среды студентов, изучение данного вопроса помогает преподавателям эффективно выстраивать учебно-воспитательный процесс.

МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ: анализ литературы по изучаемой тематике, опрос, наблюдение, тестирование, математическая статистика. В опросе участвовали студенты, будущие диспетчеры, специалисты по техобслуживанию воздушных судов, по управлению воздушным движением, а также профессорско-преподавательский состав нефизкультурных вузов Санкт-Петербурга (всего 189 человек). Работа выполнена на кафедре физической и психофизиологической подготовки Санкт-Петербургского государственного университета гражданской авиации (СПбГУ ГА).

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ. Была поставлена задача – выяснить мнение студентов, будущих специалистов гражданской авиации, об эффективности упражнений игрового характера, их роли в укреплении межличностного общения и их целесообразности. Проведенный опрос показал, что физическими упражнениями, способствующими укреплению взаимодействия, 63% респондентов считают спортивные игры, эстафеты, соревнования. Будущие авиаторы полагают, что хорошая физическая подготовка специалиста влияет не только на его здоровье, но и на работоспособность человека, что уменьшает принятие ошибочных решений при какой-либо экстренной ситуации. Игровые виды спорта, соревнования, различные эстафеты, по мнению респондентов, имеют особое значение в профессиональной подготовке, они учат быстро принимать решения, повышают помехо-

устойчивость, и специалисты, управляющие воздушным движением (пилот, диспетчер), будут более стрессоустойчивыми, например, при большом наплыве воздушных судов, при плохих погодных условиях и т.п.

Анализ заинтересованности студентов в занятиях игровыми видами активности представлен на рисунке 1.

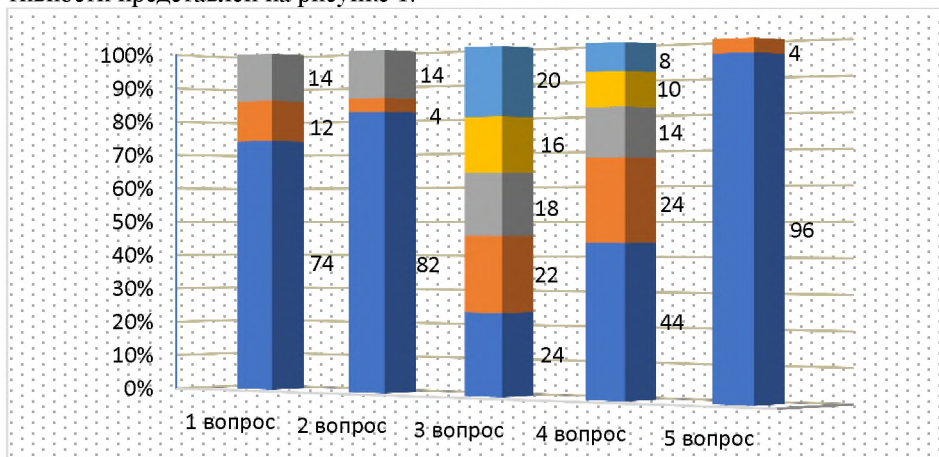


Рисунок 1 – Заинтересованность студентов в занятиях игровыми видами активности, %

Выявлено (1-й вопрос): 74% респондентов считают необходимым использовать игровые виды активности для общей подготовки, 12% не считают нужным их использовать, 14% затруднились ответить. 2-й вопрос: физическая подготовка в игровых видах активности играет важную роль для 82% опрошенных, 4% считают, что она второстепенна, 14% не дали точного ответа. 3-й вопрос распределял по значимости физическую, техническую, теоретическую, тактическую и психологическую подготовки в игровых видах активности. В итоге получилось соотношение 24%: 22%: 18%: 16%: 20%. По результатам очевидно, что каждый вид подготовки в игровых видах активности играет свою собственную значимую роль.

4 вопрос включал причины, побуждающие заниматься игровыми видами. Для 44% респондентов это желание поддерживать уровень физической подготовленности; 24% – потребность в движениях; 14% – желание приобрести жизненные умения и навыки; 10% – улучшить спортивную форму; 8% – желание получить спортивный разряд. 5 вопрос заключался в желании специалиста гражданской авиации иметь доступ к игровым видам активности после работы: 96% респондентов ответили «за» и 4% «против». Подчеркнем, что данный подход уже используют, например, в центрах организации воздушного движения, где каждый специалист после длительной непрерывной работы может поиграть в настольный теннис, бадминтон, волейбол, баскетбол.

В учебном процессе в группах профессиональной физической подготовки студентов факультета летной эксплуатации (ФЛЭ) СПбГУ ГА акцентированное внимание по различным разделам учебной программы уделялось использованию средств и методов коллективно-игрового характера. Исследование проводилось в I семестре 2023/2024 учебного года. В конце семестра на базе экспертной оценки студентов ФЛЭ и профессорско-преподавательского состава СПбГУ ГА были вы-

явлены основные результаты изменения межличностных отношений и их влияние на студенческую жизнь, которые способствовали:

- развитию навыков коммуникации, сотрудничества, умения работать в коллективе, повышению уровня ответственности за результат своей деятельности;
- росту поддержки и взаимопомощи друзей, преподавателей, что помогло многим студентам справиться с проблемами, стрессом, адаптироваться к новой обстановке;
- повышению мотивации и активности участия в учебных мероприятиях, форумах, соревнованиях, олимпиадах, волонтерстве, исследовательских проектах и т.п.;
- улучшению успеваемости. Взаимоотношения помогали студентам приобретать новые знания и легче усваивать учебный материал, а наличие друзей уменьшало стресс. Межличностные отношения становились фундаментом для создания долгосрочных дружеских и профессиональных отношений;
- воспитанию целеустремленности, формированию сильного желания победы на спортивных состязаниях, преодолевая те или иные преграды;
- развитию лидерских навыков. Контактируя, студенты развивали свои навыки руководства, делегирования и командной работы, взаимодействие позволяло научиться профессионально коммуницировать и работать в коллективе, развивать организаторские таланты и умение принимать решения.

Наш эксперимент подтверждает, что акцентированное использование в процессе физкультурно-спортивной деятельности упражнений коллективно-игрового характера (эстафет, спортивных игр, состязаний) способствует оптимизации межличностного общения в коллективе.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ. Проблема оптимизации межличностного общения в процессе физкультурно-спортивной деятельности студентов является важным аспектом университетского образования. В исследовании акцентировалось внимание на создании условий улучшения межличностных отношений студентов через активное использование в физкультурно-спортивной деятельности элементов состязаний, эстафет, спортивных игр. Наличие стабильных отношений на физкультурно-спортивных занятиях помогает студентам адаптироваться к среде, поддерживать и мотивировать друг друга, делиться опытом. Коммуникации способствуют повышению мотивации к двигательной активности, развитию спортивных интересов, улучшают эмоциональное состояние студентов. Передача положительных эмоций, умение разговаривать и слушать других, положительно взаимодействовать помогает студентам чувствовать себя принятыми и понятыми. Эти навыки являются важными для будущей карьеры и успеха в жизни.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Вольский В. В., Емельянец С. Л. Социально-психологическое воздействие спорта на массовое сознание людей // Научные труды Северо-Западного института управления РАНХиГС. 2020. Т. 11, № 1 (43). С. 47–50.
2. Евсеев В. В., Волкова Л. М., Поздеева Е. Г. Физическая культура в самооценках студентов: социологические аспекты анализа // IV промышленная революция: реалии и современные вызовы. Санкт-Петербург, 2018. С. 282–287.

3. Даценко А. А., Сивашенко П. П. Формирование физкультурно-спортивной активности студентов на основе самовоспитания и самосовершенствования // Известия Российской военно-медицинской академии. 2020. Т. 39, № S2. С. 90–92.
4. Шалупин В. И., Морщинина Д. В., Карпушин В. В. Мотивационные факторы самостоятельных занятий физической культурой студентов // Научный вестник МГТУГА. 2013. № 191. С. 125–128.
5. Волкова Л. М., Голубев А. А., Евсеев В. В. Профессиональная подготовка специалистов коммуникационной сферы в гражданской авиации // Актуальные проблемы современной политической науки. Санкт-Петербург, 2021. С. 89–95.
6. Устинова О. Н., Волкова Л. М., Дасько М. А., Голубев А. А., Даценко А. А., Васильев Д. А. Цифровизация образования в современных условиях // Ученые записки университета П.Ф. Лесгафта. 2021. № 3. С. 433–436.
7. Деметьев К. Н., Залеснов Ю. А. Эффективность игровых видов спорта для подготовки специалиста гражданской авиации // Наука и образование в условиях цифровой трансформации. Казань, 2023. С. 55–57.

REFERENCES

1. Volsky V. V., Emeliantsev S. L. (2020), «The socio-psychological impact of sports on the mass consciousness of people», *Scientific papers of the Northwestern Institute of Management of the RANEPА*. Vol. 11, No. 1 (43), pp. 47–50.
2. Evseev V. V., Volkova L. M., Pozdeeva E. G. (2018), «Physical culture in students' self-assessments: sociological aspects of analysis», *IV Industrial Revolution: realities and modern challenges*, St. Petersburg, pp. 282–287.
3. Datsenko A. A., Sivashchenko P. P. (2020), «Formation of physical culture and sports activity of students on the basis of self-education and self-improvement», *Proceedings of the Russian Military Medical Academy*, Vol. 39, No. S2, pp. 90–92.
4. Chalupin V. I., Morchinina D. V., Karpushin V. V. (2013), «Motivational factors of independent physical education of students», *Scientific bulletin of MGTUG*, No. 191, pp. 125–128.
5. Volkova L. M., Golubev A. A., Evseev V. V. (2021), «Professional training of specialists in the communication sphere in civil aviation», *Actual problems of modern political science*, St. Petersburg, pp. 89–95.
6. Ustinova O. N., Volkova L. M., Dasko M. A., Golubev A. A., Datsenko A. A., Vasiliev D. A. (2021), «Digitalization of education in modern conditions», *Scientific notes of P.F. Lesgaft University*, No. 3, pp. 433–436.
7. Dementiev K. N., Zalesnov Yu. A. (2023), «The effectiveness of game sports for the training of a civil aviation specialist», *Science and education in the context of digital transformation*, Kazan, pp. 55–57.

Информация об авторах:

Волкова Л.М., профессор кафедры физической и психофизиологической подготовки, volkovaalm@bk.ru <https://orcid.org/0000-0003-1066-337X>

Морозов А.А., доцент кафедры физической и психофизиологической подготовки, anatoli4@inbox.ru <https://orcid.org/0009-0001-9068-3567>

Вольский В.В., доцент кафедры физической и психофизиологической подготовки, www1962@mail.ru <https://orcid.org/0009-0008-0760-7004>

Стригельская И.Ю., доцент кафедры физической и психофизиологической подготовки, iris16_02@mail.ru <https://orcid.org/0000-0001-6266-8725>

Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

Поступила в редакцию 22.02.2024.

Принята к публикации 18.03.2024.