

УДК 796.86

**Педагогические аспекты внутриколлективного взаимодействия
фехтовальщиков на этапе спортивной специализации**

Шаламова Олеся Викторовна, кандидат педагогических наук

Чурин Виктор Михайлович, кандидат педагогических наук

Башилова Кристина Дмитриевна

*Национальный государственный Университет физической культуры,
спорта и здоровья имени П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург*

Аннотация. Отсутствие положительного контакта внутри коллектива и наличие недостаточных навыков саморегуляции приводят к пагубной перестройке, как целого коллектива, так и моментальному снижению спортивных результатов отдельного спортсмена. На сегодняшний день вопросы, касающиеся внутриколлективного взаимодействия между фехтовальщиками и их тренером, не теряют своей актуальности и должны поддаваться более глубокому анализу. В статье затронуты вопросы особенностей, уровней и степени влияния навыков саморегуляции на внутриколлективное взаимодействие между фехтовальщиками и их тренером на этапе спортивной специализации. Изучены и представлены основные компоненты, фигурирующие в процессе взаимодействия спортивного коллектива. Проверена эффективность разработанного комплекса педагогических средств, повышающих уровень саморегуляции эмоциональных проявлений во внутриколлективном взаимодействии между фехтовальщиками и их тренером на этапе спортивной специализации.

Ключевые слова: внутриколлективное взаимодействие, фехтование, уровень саморегуляции, групповая сплоченность, тренер, спортсмен, дыхательные упражнения, тренировочные занятия.

Intra-collective interaction of fencers at the stage of sports specialization

Shalamova Olesya Viktorovna, candidate of pedagogics sciences

Churin Victor Mikhailovich, candidate of pedagogical sciences

Bashilova Kristina Dmitrievna

Lesgaft National State University of Physical Education, Sport and Health, St. Petersburg

Abstract. The lack of positive contact within the team and the presence of insufficient self-regulation skills lead to a detrimental restructuring of both the whole team and an instant decrease in the athletic performance of an individual athlete. To date, issues related to the intra-collective interaction between fencers and their coach do not lose their relevance and should be subject to deeper analysis. The article deals with the issues of features, levels and degree of influence of self-regulation skills on the intra-collective interaction between fencers and their coach at the stage of sports specialization. The main components involved in the process of interaction of the sports team are studied and presented. The effectiveness of the developed complex of pedagogical tools that increase the level of self-regulation of emotional manifestations in the intra-collective interaction between fencers and their coach at the stage of sports specialization has been tested.

Keywords: intra-collective interaction, fencing, level of self-regulation, group cohesion, coach, athlete, breathing exercises, training sessions.

ВВЕДЕНИЕ. В процессе тренировочной деятельности фехтовальщики находятся в постоянном контакте, как с тренером, так и со своими сверстниками. Уровень взаимодействия между фехтовальщиками внутри коллектива, а также коллектива с тренером [1] определяет степень формирования сознательного и целеустремленного отношения к тренировочным занятиям, качеству роста спортивного результата, а также воспитанию черт личности, связанных с совместной деятельностью. Также наиболее важную установку внутри коллектива спортсменов определяет и степень эмоционального проявления отдельного индивида. Недоста-

точность проявления навыков саморегуляции эмоций пагубно отражается как на самой личности отдельного спортсмена, так и на всей группе в целом, провоцируя возникновение острых внутриколлективных конфликтов, тем самым снижая эффективность тренировочного процесса и как следствие ухудшение результативности соревновательной деятельности. В связи с вышеизложенным было принято решение изучить влияние уровня саморегуляции эмоциональных проявлений фехтовальщиков на внутриколлективное взаимодействие на этапе спортивной специализации.

МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ. В начале исследования с целью определения уровня взаимоотношений между тренером и фехтовальщиками, внутриколлективной сплоченности и выявления уровня саморегуляции было проведено анкетирование, также использовался опросник, направленный на определение собственной оценки индивидуального уровня развития волевой регуляции [2, 3, 4, 5].

Далее был проведен констатирующий эксперимент, направленный на установление наличия проблем внутри самого коллективного взаимодействия между фехтовальщиками и их тренером и влияния этих проблем на результативность тренировочных боев в период спортивной специализации. Эксперимент проводился в процессе тренировочной деятельности, где спортсмены беспрепятственно контактировали между собой и тренером без постороннего вмешательства.

На заключительном этапе исследования проведен педагогический (формирующий) эксперимент, в котором была проверена эффективность комплекса педагогических средств, разработанного с учетом полученных данных анкетирования и результатов констатирующего эксперимента, направленного на повышение уровня саморегуляции эмоциональных проявлений во внутриколлективном взаимодействии между фехтовальщиками и их тренером на этапе спортивной специализации.

В исследовании приняли участие фехтовальщики этапа спортивной специализации в количестве 20 человек (10 юношей и 10 девушек).

Исследование проводили на базе специализированной школы олимпийского резерва Выборгского района отделения фехтования в период с 01.10.2022 г. по 01.05.2023 г.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ. В результате констатирующего эксперимента, который проводился с применением соответствующих методик, были выявлены основные проблемы, препятствующие благоприятному установлению контакта между спортсменами в коллективе и повышению спортивного мастерства в спортивной деятельности: низкий уровень самоконтроля эмоций, отсутствие групповой сплоченности среди спортсменов и ярко выраженные конфликты с тренером.

Следующий этап исследования была разработка и проверка эффективности комплекса педагогических средств, направленных на повышение уровня саморегуляции эмоциональных проявлений во внутриколлективном взаимодействии между фехтовальщиками и их тренером на этапе спортивной специализации, путем проведения педагогического (формирующего) эксперимента. Таким образом были сформированы 2 группы по 10 человек, экспериментальная группа –

10 человек (5 юношей и 5 девушек), контрольная группа – 10 человек (5 юношей и 5 девушек). В тренировочный процесс экспериментальной группы на шесть месяцев был внедрен разработанный комплекс педагогических средств, который включал в себя дыхательные упражнения и тренировочные занятия, связанные с управлением дыханием; управлением тонусом мышц, движением; с управлением мысленными образами; со словесным воздействием, которые способствовали формированию навыков саморегуляции и контроля над собственными эмоциями у спортсменов-фехтовальщиков. Тренировочный процесс в контрольной группе воздействию не подвергался.

Результаты исследования, представленные на рисунке 1, свидетельствуют о том, что в экспериментальной группе произошли значительные изменения в показателях уровня групповой сплоченности до и после формирующего эксперимента. До формирующего эксперимента один респондент (10%) из 10 испытуемых (100%) оценил уровень групповой сплоченности как «ниже среднего», а остальные 9 респондентов (90%) оценили уровень группового сплочения как «средний». После проведения эксперимента результаты значительно улучшились: 5 респондентов (50%) из 10 оценили групповой уровень как «выше среднего» и оставшиеся 5 испытуемых (50%) оценили как «высокий» уровень. Это говорит о том, что применение специального разработанного комплекса педагогических средств в тренировочном процессе эффективно способствует повышению уровня внутриколлективного взаимодействия между спортсменами на этапе спортивной специализации.

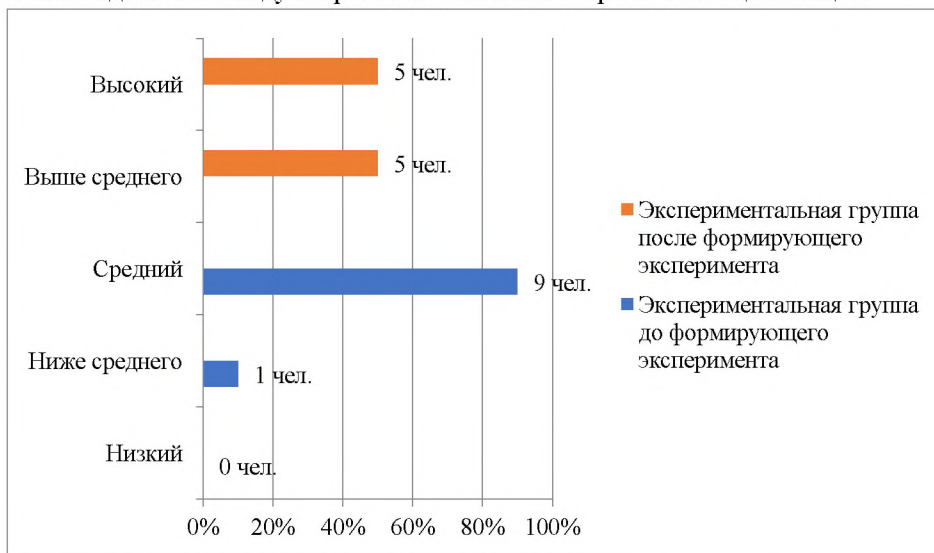


Рисунок 1 – Показатели данных уровня групповой сплоченности до и после проведения формирующего эксперимента в экспериментальной группе

На рисунке 2 видно значительное повышение показателей измерений взаимоотношений между спортсменами и тренером в тренировочной деятельности в экспериментальной группе после формирующего эксперимента. Особенно выражена разница в показателях гностического параметра. Здесь можно судить о том, что спортсмены стали оценивать своего тренера как специалиста высокого уровня,

который способен подготовить каждого из них на достойном уровне к важным соревнованиям на пике формы и с учетом индивидуальных особенностей. По остальным показателям также наблюдается существенное повышение, что говорит об эффективности использования разработанного комплекса.

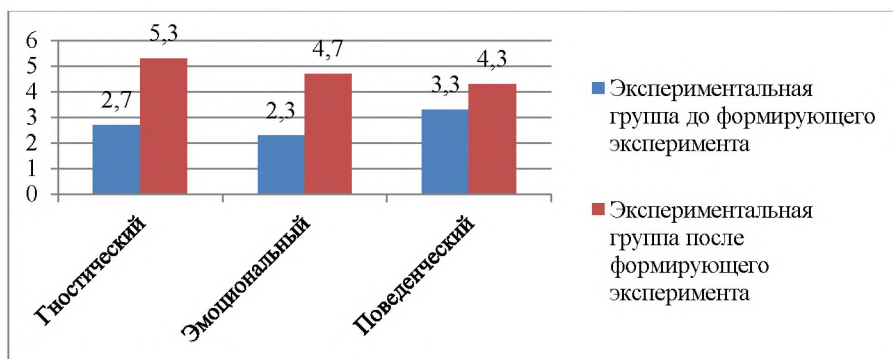


Рисунок 2 – Показатели данных измерений взаимоотношений между тренером и спортсменом до и после проведения формирующего эксперимента в экспериментальной группе (балл)

Данные на рисунке 3, свидетельствуют, что показатели, характеризующие уровень волевой саморегуляции в тренировочной деятельности после проведения формирующего эксперимента, в экспериментальной группе значительно повысились по всем трем параметрам. Таким образом, применение разработанного комплекса средств в тренировочном процессе, может повышать способности в саморегулировании собственных эмоций и способствовать улучшению спортивного результата в процессе тренировочных боев. Также наглядно видно, что уровень волевой саморегуляции у спортсменов экспериментальной группы достиг высокого значения. В полученных данных контрольной группы достоверных различий не выявлено.

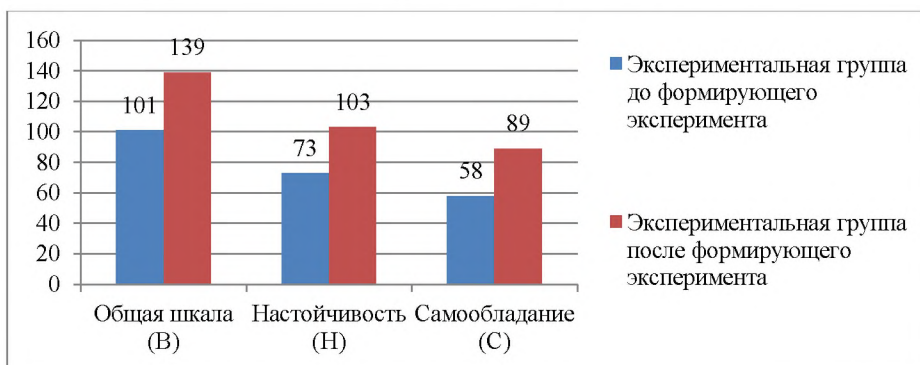


Рисунок 3 – Показатели результатов определения уровня волевой саморегуляции до и после проведения формирующего эксперимента в экспериментальной группе (балл)

ВЫВОДЫ. Таким образом, в проведенном исследовании изучено влияние уровня саморегуляции эмоциональных проявлений фехтовальщиков на внутриколлективное взаимодействие на этапе спортивной специализации. Выявлено, что в

коллективе спортсменов был низкий уровень дружеских взаимоотношений, дисбаланс контроля собственных чувств и эмоций, а со стороны тренера проявлялся дискомфорт и как следствие – снижение спортивных результатов своих спортсменов. Путем внедрения комплекса педагогических средств, направленного на повышение уровня саморегуляции эмоциональных проявлений во внутриколлективном взаимодействии в тренировочный процесс фехтовальщиков, удалось повысить показатели, характеризующие групповую сплоченность, уровень взаимоотношений между тренером и спортсменами, а также улучшить волевой самоконтроль в пределах тренировочной деятельности спортсменов на этапе спортивной специализации.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Федоров В. Г., Крылов А. И., Закревская Н. Г. [и др.]. Взаимодействие в системе физического образования. Санкт-Петербург : Санкт-Петербургский политехнический университет Петра Великого, 2018. 181 с.
2. Волков И. П. Социометрические методы в социально-психологических исследованиях. Ленинград : Ленинградский Государственный ордена Ленина и ордена трудового красного знамени университет имени А.А. Жданова, 1970. 88 с.
3. Фетискин Н. П., Козлов Г. М., Мануйлов Н. П. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. Москва : Издательство Института Психотерапии, 2005. 490 с.
4. Ханин Ю. Л. Психология общения в спорте. Москва : Физкультура и спорт, 1980. 208 с.
5. Зверков А. Г. Эйдман Е. В. Диагностика волевого самоконтроля (опросник ВСК) // Практикум по психодиагностике. Психодиагностика мотивации и саморегуляции. Москва : МГУ, 1990. С. 116–124.

REFERENCES

1. Fedorov V. G., Krylov A. I., Zakrevskaya N. G. [et al.] (2018), Interaction in the system of physical education, St. Petersburg, Peter the Great St. Petersburg Polytechnic University.
2. Fetiskin N. P. (2005), Socio-psychological diagnostics of personality development and small groups, Moscow, 490 p.
3. Volkov I. P. (1970), Sociometric methods in socio-psychological research, Leningrad State Order of Lenin and Order of the Red Banner of Labor University named after A.A. Zhdanova, Leningrad, 88 p.
4. Khanin Yu. L. (1980), Psychology of communication in sports, Moscow, 208 p.
5. Zverkov A. G. (1990), "Diagnosis of volitional self-control (VSK questionnaire)", *Workshop on psychodiagnostics*, Moscow, pp. 116–124.

Информация об авторах:

Шаламова О.В., доцент кафедры теории и методики фехтования им. К.Т. Булочки, shov2006@mail.ru

Чурин В.М., старший преподаватель кафедры теории и методики фехтования им. К.Т. Булочки, churin.vm@yandex.ru

Башилова К.Д., магистрант кафедры теории и методики фехтования им. К.Т. Булочки, kristose@yandex.ru

Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

Поступила в редакцию 21.02.2024.

Принята к публикации 20.03.2024.