

84–92.

2. Zhukova, A. (2014), “Beyond reality”, *Our youth*, No. 20, pp. 54–55.
3. Mironov, I.S., Pravdov, M.A. and Mitrofanova, G.N. (2019), “Cybersport in the student environment: problems and prospects for development”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 1 (167), pp. 208–212.
4. Mironov, I.S. and Pravdov, M.A. (2018), “Cybersport reality and prospect”, *Shuya Session of Students, Postgraduate Students*, materials of the XI International Scientific Conference, Shuya, pp. 121–123.
5. Pankina, V.V. and Khadieva, R.T. (2016), “Cybersport as a phenomenon of the XXI century”, *Physical culture. Sport. Tourism. Motor recreation*, Vol. 1, No. 3, pp. 34–38.
6. Sivovolov, D.L. and Zaitseva, E.V. (2022), “Cybersport. Is there a place for him at the university”, *Strategies for the Development of Social Communities, Institutions and Territories*, VIII International Scientific and Practical Conference, Ural University Publishing House: Ekaterinburg, Vol. 1. pp. 316–320.

Контактная информация: zhanna.kiss@inbox.ru

Статья поступила в редакцию 15.11.2023

УДК 37.037.2

ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В ПРОЦЕССЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ СТУДЕНТОВ К СОРЕВНОВАНИЯМ С УЧЕТОМ НОРМИРОВАНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ НАГРУЗКИ

Александр Анатольевич Ковалёв, кандидат технических наук, старший научный сотрудник, Балтийский федеральный университет им. И. Канта, Калининград, Борис Юрьевич Комиссаров, кандидат педагогических наук, методист, Владислав Викторович Садовников, методист, Максим Борисович Владимиров, методист, Калининградское региональное отделение общественно-государственного объединения «Всероссийское физкультурно-спортивное общество «Динамо», Калининград, Александр Николаевич Ларин, заместитель начальника кафедры, Пермский военный институт войск национальной гвардии Российской Федерации, Пермь

Аннотация

Статья рассматривает актуальную проблему психологической подготовки студентов к соревнованиям с учётом нормирования физической нагрузки. Психологическая подготовка студентов должна не ограничиваться мотивацией и эмоциональными состояниями, в ней должен быть комплекс психологических особенностей, который отражает их в целом состояние. Важно отметить, что педагогическое действие в процессе подготовки к психологической работе включает комплексный анализ качеств, которые составляют психологическую подготовку. Совершенствование тренера и его психологического образования необходимы для правильного интегрирования результатов исследований психологов, правильного применения результатов на практике и извлечения ценности для ежедневного труда.

Ключевые слова: нормирование, двигательная активность, дозирование, спорт высших достижений, психологическая подготовка, педагогическая деятельность, тренер, студент.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2023.11.p197-200

PEDAGOGICAL ACTIVITY IN THE PROCESS OF PSYCHOLOGICAL PREPARATION OF STUDENTS TO COMPETITIONS TAKING INTO ACCOUNT RATIONING OF PHYSICAL ACTIVITY

Alexander Anatolyevich Kovalev, candidate of technical sciences, senior researcher, Immanuel Kant Baltic Federal University, Kaliningrad, Boris Yurievich Komissarov, candidate of pedagogical sciences, methodologist, Vladislav Viktorovich Sadovnikov, methodologist, Maxim Borisovich Vladimirov, methodologist, Kaliningrad Regional branch of the public-state association "All-Russian Physical Culture and Sports Society "Dynamo", Kaliningrad, Alexander

Nikolaevich Larin, deputy head of the department, Perm Military Institute of the National Guard of the Russian Federation

Abstract

The article considers the actual problem of psychological preparation of students for competitions, taking into account the rationing of physical activity. Psychological preparation of students should not be limited to motivation and emotional states, it should have a set of psychological characteristics that reflects their overall state. It is important to note that pedagogical action in the process of preparation for psychological work includes a comprehensive analysis of the qualities that make up psychological training. The improvement of the coach and his psychological education is necessary for the proper integration of the results of psychologists' research, the correct application of the results in practice and the extraction of value for daily work.

Keywords: rationing, motor activity, dosing, sports of the highest achievements, psychological training, pedagogical activity, coach, student.

Спорт высших достижений является сложной профессиональной деятельностью, которая требует от студентов огромного напряжения всей их духовной, физической силы. Спорт считается специальной профессией, которую можно овладеть далеко не всем, таким образом, большинство проблем в спорте должны решаться в науке – психологии.

Студент должен психологически быть готов к любой деятельности, и если есть психологическое желание к деятельности, то есть предшествующая психологическая подготовка.

Психологическая готовность студентов к соревнованию с учётом нормирования физической нагрузки должна ограничиваться их мотивацией, эмоциональным состоянием, она должна включать в себя комплекс психологических характеристик, отражающих их состояние в целом. Поэтому педагогическая деятельность в процессе психологической подготовки включает комплексную диагностику качеств, составляющих психологическую готовность студентов и их коррекцию с целью приведения к оптимальному «боевому» состоянию [1].

Весь процесс подготовки студентов к соревнованиям с учётом нормирования физической нагрузки осуществляется не просто тренером, а психологами. Однако для грамотного руководства тренеру нужно быть психологически подготовленным самому. В условиях спорта тренер должен иметь знания не только о психологии спорта, но также о возрастных, педагогических, социально-медицинских, медицинских разделах психологии. Необходимо сказать, что само знание не гарантирует успеха, оно должно быть структурировано в определенной системе, часто тренеры высокого уровня лучше развиты в интеллектуальных качествах. Повышение квалификации тренера и его психологического образования необходимы для правильного интегрирования результатов исследований психологов, правильного применения результатов на практике и извлечения ценности для ежедневного труда. Тренеру необходимо изучить основы психологической психологии, чтобы готовиться к решению возникающих проблем и ответить на вопросы [2].

Главное лицо, осуществляющее подготовку студентов (далее – спортсмен) к соревнованиям с учётом персонификации двигательной активности, является педагог (далее – тренер). Проблема изучения личности тренера не перестает быть актуальной и сегодня привлекает всё больше внимания специалистов.

У тренера есть определенный стиль педагогической деятельности руководителя. Социальная психология выделяет авторитарное, демократическое и либеральное руководство. Психологи отмечают повышение авторитарности представителей тренерских профессий по сравнению со специалистами других специальностей. Это объясняется тем, что руководство и управление в ситуациях стресса, характерные для педагогических действий в процессе психологии подготовки спортсменов к соревнованиям посредством нормирования физической нагрузки, требуют достаточно строгого контроля за поведением атлетов в командном и индивидуальном спорте [3].

Авторитарный менеджмент строится на том, чтобы тренер принял единоличное решение, основанное на своём опыте, и не учитывал мнения спортсмена и членов коллектива. В своих требованиях тренер такого стиля управления выражает свои требования в виде категоричных указаний, в формах общения главным образом доминируют замечания, отрицания, наказания.

В общем, тренер, который достигает успеха, является человеком, который может достойно себя вести в соответствии с конкретной ситуацией и различиями характера спортсмена.

Психологи утверждают, что не бывает сильного спортсмена с легкими характерами. Исходя из сказанного, одна из важнейших профессиональных задач педагогического процесса тренера – создание оптимального взаимодействия спортсмена с целью достижения максимального результата для него [4].

Тренеры, которые практикуют либеральное руководство, отличаются тем, что предпочитают не учебную работу, а информационную. Тренеры этого стиля управления постоянно колеблются, часто изменяют свое мнение, ищут помощь у сильнейших людей. В сложных ситуациях тренер теряет свое самообладание, и не может принять адекватное решение по спортсмену. Особенно это видно в соревнованиях, когда возникают стрессовые состояния, когда нужно брать на себя ответственность.

Психологи утверждают, что демократический стиль в целом считается наиболее удачным, но в высшем спорте существует множество представителей исключительно авторитарных стилей. Многие спортивные деятели считают, что психологическая подготовка спортсменов к соревнованиям с учётом нормирования физической нагрузки должна преобладать в авторитарном стиле управления [3].

Как уже отмечалось выше, спортсмены считают, что у тренера в педагогической деятельности одним из важных качеств, является самообладание. Спортсмены желают видеть в нём человека, который может принимать важнейшие решения в сложных ситуациях, желают сохранить гибкость, не терять контроль над собой, решая сложные тактические задачи. [2].

Таким образом, спорт высших достижений является экстремальным видом деятельности. Высокие требования к результатам соревновательной деятельности спортсменов, долговременная и творческая подготовка с привлечением специалистов с учётом персонификации двигательной активности ставит новые задачи по психологической подготовки, так как спортсменам, находящимся в стрессовой ситуации, нежелательна чрезмерная эмоциональная реакция тренера, выраженная излишняя возбудимость, агрессивность в соревнованиях.

ЛИТЕРАТУРА

1. Косенков О.Н. Критериально-алгоритмическая система цифровой платформы управления энергетическим балансом человеческого организма / О.Н. Косенков, А.А. Шейнин // Балтийский морской форум. – 2020. – С. 203–210.
2. Инновации в физическом развитии курсантов посредством персонификации двигательной активности / С.А. Кривилев, А.Г. Павлов, С.В. Тухто [и др.] // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2022. – № 5 (207). – С. 495–498.
3. Шейнин А.А. Особенности управления двигательной активностью человека с применением рангового анализа частоты сердечных сокращений / А.А. Зайцев, А.А. Шейнин // Восток – Россия – Запад. Физическая культура, спорт и здоровый образ жизни в XXI веке. – 2021. – № 1 (203). – С. 33–38.
4. Методика подбора рациона питания в системе физической подготовки курсантов на основе рангового анализа / А.В. Бугаев, В.Н. Лавренчук, А.Н. Шарипов [и др.] // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2022. – № 1 (203). – С. 482–486.

REFERENCES

1. Kosenkov, O.N. and Sheinin, A.A. (2020), “Criterion-algorithmic system of the digital platform for managing the energy balance of the human body”, *Baltic Sea Forum*, pp. 203–210.

2. Larin, A.N., Krivilev, S.A., Pavlov, A.G., Tukhto, S.V. and Sheinin, A.A. (2022), “Innovations in the physical development of cadets through the personification of motor activity”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 207, No. 5, pp. 495–498.

3. Sheinin, A.A. and Zaitsev, A.A. (2021), “Features of human motor activity management using rank analysis of heart rate”, *Vostok – Russia – Zapad. Physical culture, sports and healthy lifestyle in the XXI century*, Vol. 203, No. 1, pp. 33–38.

4. Sheinin, A.A., Bugaev, A.V., Lavrenchuk, V.N., Sharipov, A.N. and Larin, A.N. (2022), “Methodology for selecting a diet in the system of physical training of cadets based on rank analysis”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 203, No. 1, pp. 482–486.

Контактная информация: larsan59@mail.ru

Статья поступила в редакцию 20.10.2023

УДК 378.4:004

КАЧЕСТВО ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА СТУДЕНТАМИ МЛАДШИХ И СТАРШИХ КУРСОВ ПРИ ОБУЧЕНИИ В ДИСТАНЦИОННОМ ФОРМАТЕ

Елена Алексеевна Кокорина, кандидат педагогических наук, доцент, **Екатерина Валентиновна Петренко**, кандидат медицинских наук, доцент, **Алтын Александровна Дюсенова**, кандидат медицинских наук, доцент, *Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург*

Аннотация

Дистанционное обучение широко применяется в университете физической культуры им. П.Ф. Лесгафта для студентов с индивидуальным графиком обучения. В работе рассматривается качество освоения дисциплин медико-биологического профиля студентами младших и старших курсов, обучающимися с использованием дистанционных образовательных технологий по направлению подготовки 49.03.01 – Физическая культура. Сравнивались итоговые оценки, полученные за семестр студентами первого курса, изучавшими дисциплину «Анатомия человека», и студентами третьего курса, изучавшими дисциплину «Спортивная морфология». Обе дисциплины требуют знания строения тела человека, топографии и функции его органов. Результаты исследования показали, что студенты третьего курса, изучавшие дисциплину «Спортивная морфология», завершили обучение с более высокой итоговой суммой баллов, чем студенты первого курса, изучавшие дисциплину «Анатомия человека». При освоении учебных дисциплин студенты старших курсов анализируют учебный материал, связывая учебные темы с примерами из спортивной деятельности, активно ищут ответы на возникающие у них вопросы; первокурсники же участвуют в процессе обучения более пассивно. Проведение кратких итоговых опросов в конце практических занятий должно активизировать первокурсников при освоении нового учебного материала.

Ключевые слова: дистанционное обучение, освоение медико-биологических дисциплин.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2023.11.p200-204

QUALITY OF MASTERING THE EDUCATIONAL MATERIAL BY JUNIOR AND SENIOR STUDENTS, STUDYING IN A DISTANCE FORMAT

Elena Alekseevna Kokorina, candidate of pedagogical sciences, docent, **Ekaterina Valentinovna Petrenko**, candidate of medical sciences, docent, **Altyn Aleksandrovna Dyusenova**, candidate of medical sciences, docent, *Lesgaft National State University of Physical Education, Sport and Health, St. Petersburg*

Abstract

Distance learning is widely used at the P.F.Lesgaft University of Physical Culture for students with an individual training schedule. A study was conducted on the quality of mastering the disciplines of the medical and biological profile by junior and senior students studying with the use of distance educational technologies in the direction 49.03.01 – Physical culture. The final grades obtained during the semester by