

ҚАЗАҚСТАН РЕСПУБЛИКАСЫ ҒЫЛЫМ ЖӘНЕ ЖОҒАРЫ БІЛІМ МИНИСТРЛІГІ

«Л.Н. ГУМИЛЕВ АТЫНДАҒЫ ЕУРАЗИЯ ҰЛТТЫҚ УНИВЕРСИТЕТІ» КЕАҚ

**Студенттер мен жас ғалымдардың
«GYLYM JÁNE BILIM - 2024»
XIX Халықаралық ғылыми конференциясының
БАЯНДАМАЛАР ЖИНАҒЫ**

**СБОРНИК МАТЕРИАЛОВ
XIX Международной научной конференции
студентов и молодых ученых
«GYLYM JÁNE BILIM - 2024»**

**PROCEEDINGS
of the XIX International Scientific Conference
for students and young scholars
«GYLYM JÁNE BILIM - 2024»**

**2024
Астана**

УДК 001

ББК 72

G99

«GYLYM JÁNE BILIM – 2024» студенттер мен жас ғалымдардың XIX Халықаралық ғылыми конференциясы = XIX Международная научная конференция студентов и молодых ученых «GYLYM JÁNE BILIM – 2024» = The XIX International Scientific Conference for students and young scholars «GYLYM JÁNE BILIM – 2024». – Астана: – 7478 б. - қазақша, орысша, ағылшынша.

ISBN 978-601-7697-07-5

Жинаққа студенттердің, магистранттардың, докторанттардың және жас ғалымдардың жаратылыстану-техникалық және гуманитарлық ғылымдардың өзекті мәселелері бойынша баяндамалары енгізілген.

The proceedings are the papers of students, undergraduates, doctoral students and young researchers on topical issues of natural and technical sciences and humanities.

В сборник вошли доклады студентов, магистрантов, докторантов и молодых ученых по актуальным вопросам естественно-технических и гуманитарных наук.

УДК 001

ББК 72

G99

ISBN 978-601-7697-07-5

**©Л.Н. Гумилев атындағы Еуразия
ұлттық университеті, 2024**

7. Речкалова О. Л. Особенности психологической подготовки в различных видах спорта [Текст]: учебное пособие / О.Л. Речкалова. – Курган: Изд-во Курганского гос. ун-та, 2014 – 84 с.

8. Подгорная Ю.Н. Реализация модели психологической подготовки квалифицированных спортсменов в художественной гимнастике. - URL: http://lesgaft.spb.ru/sites/default/files/dissertation/autoref/avtoreferat_podgornaya_yu.n.pdf

9. Мельник Е.В. Психология тренера: теория и практика: методические рекомендации / Е.В. Мельник, Е.В. Силич, Н.В. Кухтова. – Витебск: ВГУ им. П.М. Машерова, 2014 – 58 с.

10. Двейрина О.А. Теория спорта: конспекты лекций, вопросы для самопроверки и задания по нирс. Учебно-методичское пособие/ спбгафк им. П.Ф. Лесгафта. 2003 - 106 с.

УДК 796.062

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ ДЛЯ СПОРТСМЕНОВ ЭТАПА НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ

Ивко Ирина Владимировна

Iruchka49@gmail.com

Студентка 1-го курса ОП 7М01408- Физическая культура и спорт

Евразийского национального университета им.Л.Н.Гумилева

Научный руководитель - Салиева А.Ж.

Аннотация. Данная научная статья о психолого-педагогическом сопровождении для спортсменов этапа начальной подготовки является теоретическим обзором важности данных аспектов, и их непосредственного влияния на спортивный результат. В работе представлены основные понятия, такие как: психологическая подготовка, педагогическая подготовка, этапы спортивного совершенствования, а также их роль и значимость для спортсменов.

Ключевые слова: *спортсмены, начальная подготовка, психологический аспект, педагогический аспект, спортивный результат.*

Annotation. This scientific article about psychological and pedagogical support for athletes at the initial training stage is a theoretical overview of the importance of these aspects and their direct impact on sports results. The work presents basic concepts such as: psychological preparation, pedagogical preparation, stages of sports improvement, as well as their role and significance for athletes.

Key words: *athletes, initial training, psychological aspect, pedagogical aspect, sports result.*

Актуальность. Детско-юношеский спорт, это начальное звено, с которого начинается карьера любого спортсмена. Именно на этом этапе спортсмена обучают всем базовым навыкам: технической, тактической, физической и психологической подготовке. Психолого-педагогическое сопровождение — это комплекс мероприятий, проводимый совместно тренером и психологом детско-юношеских спортивных школ для овладения знаниями, умениями, навыками, а также для оптимального психологического развития спортсменов. На начальном этапе подготовки основное внимание получают технические и физические навыки спортсмена, а также их развитие. Но стоит помнить, что без психической готовности, начинающий спортсмен вероятнее всего начнет паниковать, переживать, и загонит себя в стрессовое состояние, что негативно повлияет на его спортивный результат. После пары-тройки таких выступлений юный спортсмен рискует потерять желание и мотивацию тренироваться, а вскоре и вовсе решит бросить спорт. Именно поэтому очень важно начать вовремя уделять внимание психолого-педагогической подготовке спортсменов, на одном уровне с другими спортивными навыками [1].

Основателем Олимпийских игр современности является Пьер де Кубертен. Именно в его работах, в далеком 1913 году впервые появилось понятие «психология спорта». Его статьи

имели описательный характер, и послужили стимулом к изучению проблем спортивной психологии, но, к сожалению, детальной научной разработки тогда не получили. Глобальный рост спортивных достижений пришелся на период уже после второй мировой войны. Престиж спорта стал взлетать очень стремительно, что привело к новым волнам изучения забытого направления. В 1965 году в Риме прошел первый в истории психологии спорта конгресс. По его итогам было образовано Международное общество психологии спорта, которое стало доказательством признания спортивной психологии. Ценными и актуальными даже в современном мире являются известные всем труды И. М. Сеченова о управлении движениями через мысли и чувствование, труды П. Ф. Лесгафта о системах физического воспитания построенная на гигиенических, анатомических, психологических, и физиологических основах, исследования П. А. Рудиком о подражании и внушении в физическом воспитании, профессор А. Ц. Нечаев и его монография «Психология физической культуры» [2]. Данные исследователи внесли огромный вклад в эволюцию психолого-педагогического сопровождения для юных спортсменов.

В детско-юношеских спортивных школах существует четыре этапа многолетней подготовки спортсменов, разница которых в периоде подготовки, возрасте спортсменов, уровне мастерства и спортивных показателях спортсмена. Этап начальной подготовки занимает первое место, и длится 1-3 года. На начальном этапе основной целью тренировок будет являться подготовка юных спортсменов на следующий, более серьезный этап. Как правило основные базовые навыки спортсмены получают именно на данном этапе. Для детей, сдавших спортивные нормативы и проходящих под возрастной критерий далее начинается этап учебно-тренировочной группы, который продолжается 4-5 лет. Состав группы комплектуется из числа спортсменов, успешно прошедших первый этап. На втором этапе тренировки будут более тяжелые и серьезные, с переходящим акцентом от технической подготовки к физической. Затем спортсмены переходят на этап спортивного совершенствования, и могут находиться в нем 3-4 года. На данном этапе лучшие спортсмены начинают пополнять молодежные сборные команды республики. И замыкает список этап высшего спортивного мастерства, в котором спортсмен находится от 3 лет, и до бесконечности [3]. Это очень тяжелый во всех аспектах этап, который требует развитых волевых качеств, физической выносливости и высокой подготовленности, эмоциональной устойчивости и психологической зрелости. На последнем этапе от спортсмена требуют наиболее высоких спортивных результатов, с целью пополнения национальных сборных команд Республики Казахстан по видам спорта.

Психологическая подготовка подразумевает собой анализ, и нахождение закономерностей в определенных ситуациях во время подготовительного, соревновательного этапов спортивной тренировки [4]. Проведение экспериментов исследовательского характера для полноты предоставляемой картины. Серьезное внимание следует уделить нарушениям психосоматического типа, так как неуверенность в себе и самовнушение может являться корнем присутствующих проблем в психологической подготовке. На примере командных видов спорта, ситуация выглядит немного иначе, ведь для коллектива самое важное это сплоченность, взаимопонимание. Любое напряжение между участниками команды приведет к неудовлетворительному результату на спортивных соревнованиях.

Ответственное место в команде занимает спортивный тренер, который будет безоговорочным лидером для юных спортсменов. Тренер должен уметь находить индивидуальный подход к каждому своему спортсмену, знать темперамент и характер детей. На своем личном примере нужно мотивировать спортсменов, учить взаимоотношениям в спортивной команде, правильно выстраивать доверительные отношения. Юные спортсмены сильно обращают внимание на то, как тренер ведет себя в обществе, какие поступки совершает, как ведет разговоры с людьми. Делая таким образом наставника предметом восхищения, юные спортсмены будут ровняться на тренера, копируя его поведение. Таким образом, личность тренера будет играть основную роль в становлении спортсмена, формировании личности самого спортсмена.

Педагогическая подготовка – это комплекс мероприятий, основной целью которых является гармонически развитая, сформированная личность спортсмена. Чтобы достичь конечной цели, педагог применяет различные виды и методы воспитания, которые в совокупности повлияют на целостность спортсмена [5]. К видам воспитания относятся: нравственное, патриотическое, экологическое, этическое, трудовое воспитания. Педагоги четко и грамотно справляются с поставленными задачами, но важно также обращать внимание на самовоспитание спортсмена, или саморефлексию. Попытки педагога будут бесполезны, если спортсмен не испытывает желания становиться лучше, познавать новое, учиться чувствовать и слышать свои чувства и желания еще лучше. Несмотря на юный возраст, спортсмен группы начальной подготовки должен иметь достаточный набор волевых качеств, чтобы самостоятельно отрабатывать и закреплять полученные знания. Поэтому, показатель успешности будет зависеть только от спортсмена, и оказывать влияние на его результативность в спортивных тренировках и соревнованиях.

Именно взаимосвязь между педагогическим и психологическим сопровождением в спорте будет решающим элементом развития спортивных показателей на начальном этапе подготовки. В этой взаимосвязи выделяется много аспектов: адаптация к индивидуальным потребностям ребенка, мотивация и обратная связь от спортсмена к тренеру и наоборот, управление стрессом и тревогой, развитие навыков саморегуляции, формирование позитивного обучающего окружения. Дополняя друг друга, эти аспекты обеспечивают эффективный комплексный подход к юному спортсмену.

Выводы. Принято полагаться на ошибочные суждения, и недооценивать процесс начальной подготовки спортсменов. Это самый первый этап, где на соревнованиях от юных участников не ждут высоких показателей и мировых рекордов. Но анализ литературных источников показывает, что для дальнейшего развития основной фундамент требуется заложить именно на этапе начальной подготовки, и возвращать из спортсмена полноценную гармонично развитую личность с первых тренировочных дней. Все эти навыки и привитые особенности воспитания помогут юному спортсмену в будущем, когда он будет характерно выделяться среди соперников более высоким уровнем стрессоустойчивости, волевыми качествами, и правильным распределением баланса между физическими качествами, техническим мастерством, тактической стратегией и психологической устойчивостью

Таким образом, статья о психолого-педагогическом сопровождении спортсменов на начальном этапе подготовки играет важную роль в дальнейшем развитии спортивной практики и теории, обеспечивая базу знаний и рекомендаций для улучшения тренировочного процесса и достижения лучших результатов.

Список использованных источников

- 1 Чернышев, В. В. Психологическая подготовка спортсменов в различных видах спорта: Учеб. пособие. Физическая культура и спорт, 2008, С.15-28
- 2 Anderson, E., & Cunningham, G. B. (2009). The socialization of elite tennis players in the UK: A comparative analysis of the organizational and coaching environments. *Sociology of Sport Journal*, 26(3), 415-434.
- 3 Якименко, В. П. (2018). Педагогические условия успешной подготовки будущего специалиста в области физической культуры и спорта. *Физическое воспитание в вузе*, 46-50.
- 4 Whitson, D., & Macintosh, D. (Eds.). (2014). *The Routledge companion to sport and exercise psychology: Global perspectives and fundamental concepts*. Routledge.
- 5 Фомичев, В. А. (2012). Педагогическая поддержка личностного развития студентов в учебно-тренировочном процессе. *Вестник Московского университета. Серия 13. Педагогика и психология*, (1), 19-34.