

CZEŃSTOCHOWIEURL:<http://dlibra.bg.ajd.czest.pl:8080/dlibra/docmetadat a?id=5918&from=publication>

8. Hirsh-Pasek, K., Zosh, J., Golinkoff, R., Gray, J., Robb, M., & Kaufman, J. Putting education in «educational» apps: Lessons from the Science of Learning. *Psychological Science in the Public Interest*, 2015, P. 3–34.

DOI <https://doi.org/10.30525/978-9934-26-078-0-6>

КАТЕГОРІАЛЬНЕ ВИЗНАЧЕННЯ СУБ'ЄКТА СПОРТИВНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

Тарасова Н. В.

*аспірантка другого року навчання
кафедри психології та педагогічної освіти
Приватний заклад вищої освіти
«Міжнародний класичний університет імені Пилипа Орлика»
м. Миколаїв, Україна*

Наукові дослідження щодо формування та розвитку суб'єкта спортивної діяльності до останнього часу не набували особливої актуальності і як наслідок був відсутній орієнтир для направленості, змісту та практики підготовки спортсмена від етапу початкової підготовки до етапу максимальної реалізації індивідуальних можливостей та збереження вищої спортивної майстерності.

Ми вважаємо, що окрім завдань загальнофізичної, спеціальної, тактичної та інших видів підготовки, питання становлення суб'єкта спортивної діяльності потребують подальшого дослідження та впровадження у процес психологічної підготовки саме спортсменів підлітково-юнацького віку, оскільки цей вік є сенситивним для спортивних досягнень та підґрунтям для формування якостей, необхідних у професійному спорті.

На етапі початкової підготовки спортсмен може бути представлений як об'єкт управління, але при переході до наступних етапів спортивна майстерність підвищується і як результат відбувається набуття ним якостей суб'єкта спортивної діяльності. На нашу думку, саме суб'єкт може самостійно обирати оптимальні техніко-тактичні дії у тренувально-змагальному процесі, вміло розподіляти сили, відновлюватися

після невдалих виступів, брати відповідальність за результат спортивної боротьби зі своїми суперниками.

Зазначаємо, що у процесі становлення спортсмена як суб'єкта спортивної діяльності його особистість перетворюється з пасивного учасника процесу підготовки – на активного, і спортсмен вже є не тільки об'єктом різноманітних тренувальних впливів, а насамперед стає суб'єктом власного спортивного розвитку. Кожен спортсмен стає повноправним учасником процесу підготовки, котрий здатний до самостійного й відповідального вибору власного напрямку спортивного розвитку та може відігравати активну роль у всіх заходах, спрямованих на вдосконалення спортивної майстерності.

Ми погоджуємося з думкою Г. Д. Бабушкіна [1] і Л. А. Небитової [5] про те, що основною причиною низької результативності змагальної діяльності спортсмена є ставлення до нього як до «об'єкта» спортивної діяльності й управління ним зі сторони тренера або спортивного психолога, а не як до цілком самостійного «суб'єкта». І це тоді, коли головною ланкою, котра пов'язує всі напрямки наукових досліджень з проблеми багаторічної підготовки спортсменів є саме «суб'єкт» спортивної діяльності [3; 6].

Бабушкін Г. Д. [1, с. 170] вказує на те, що управління процесом становлення спортсмена як суб'єкта діяльності повинно носити індивідуальний характер, враховувати індивідуально-психологічні особливості особистості, оскільки цей процес зачіпає суто особистісні його характеристики (цілі, мотиви, потреби, ціннісні орієнтації тощо).

Висуваючи до спортсмена певні вимоги, спорт виступає як чинник, що визначає своєрідність розвитку його суб'єктності. Експериментально-теоретичне дослідження інтегральної індивідуальності спортсменів дозволило Б. О. Вяткіну та Г. В. Ложкіну дійти до важливого висновку – спорт як особлива і специфічна діяльність сприяє гармонізації індивідуальності спортсмена за рахунок формування специфічних для спорту багатозначних зв'язків між різними рівнями його індивідуальних властивостей, а саме через зміну інтенсивності та частоти їхнього прояву, а також виникнення нових зв'язків між ними [4, с. 90].

З метою всестороннього розгляду спортсмена як суб'єкта спортивної діяльності нами виділено суб'єктні функції, котрі він виконує:

– **інтегруюча функція**, пов'язана з організацією цілісності внутрішніх умов розвитку спортсмена з зовнішніми умовами, які опосередковані конкретним засобом взаємодії з тренером-викладачем;

– **функція структурування діяльності**, що має на меті, насамперед, визначення контуру активності суб'єкта. У процесі входження у ситуацію формуються домагання особистості та диференціюється простір активності, тобто визначається, що буде робити сам суб'єкт, і на що він очікує ззовні. Структурування діяльності суб'єктом – це визначення складу дій, операцій й учинків для реалізації того, що покладається як мета, найбільш прийнятної їх послідовності, підбір засобів для праці та забезпечення зовнішніх умов діяльності;

– **функція саморегуляції діяльності**. Під саморегуляцією розуміємо розподіл вольових зусиль спортсмена з метою підтримки необхідного темпу і якості під час тренувальних занять та змагань. Саме завдяки саморегуляції долаються негативні психічні стани, дозуються зусилля відповідно до завдань спортивної діяльності. Варто також зазначити, що саморегуляція неможлива без розвитку рефлексивних здібностей спортсмена та якостей, що забезпечують автономність її функціонування;

– **функція забезпечення своєчасних дій**, тобто оволодіння механізмами регуляції часу, що дає змогу спортсменові поєднувати у свідомості вимоги часу, що йдуть ззовні, з власними можливостями та обмеженнями;

– **функція гарантування певної якості роботи**. Механізмом гарантування є відповідальність. Вона передбачає ідентифікацію внутрішніх цінностей особистості з нормами моралі та права групи (команди), колективу і суспільства. Відповідальність завжди внутрішньо обумовлена мотивами, потребами і цілями особистості та залежить від її внутрішньої позиції;

– **функція інтенціональності**, котра передбачає поступове усвідомлення набутого досвіду й бачення свого майбутнього, що відбувається у процесі самореалізації та оптимального внутрішнього зростання особистості [2].

Аналіз наукового досвіду щодо проблеми розвитку суб'єкта дозволив нам встановити, що в якості суб'єкта спортивної діяльності виділяються такі показники: розвиток, цілісність, активність, соціальність, цілепокладання, свобода вибору та відповідальність за нього, самореалізація, саморегуляція.

Найвищу потребу особистості як суб'єкта спортивної діяльності становить задоволення її гострого бажання успішної публічної самореалізація, прагнення проявити власний потенціал. Чим вищі цілі ставить перед собою спортсмен, тим вищими повинні бути його ступінь активності і мобілізації психічних можливостей. Без

урахування психічних проявів у спортивній діяльності неможливо досягти повної реалізації потенціалу спортсмена. При цьому саме психічні прояви потрібно розглядати як системуутворюючий чинник мобілізації функціональних ресурсів та резервів для досягнення поставлених спортсменом цілей. Лише через вищезазначене особистість спортсмена характеризується системністю, цілісністю та стійкістю своїх якостей [5].

Таким чином, спорт як специфічний вид діяльності представляє собою один із найважливіших напрямків самореалізації та самоствердження особистості. Формування особистості спортсмена відбувається у процесі спортивної діяльності завдяки прагненню до фізичного удосконалення, що виражається у перетворенні його особистості, психічних здібностей, емоцій, волі, мисленні в екстремальних ситуаціях, дій на межі людських можливостей. У процесі занять спортом людина створює себе сама, керує своїми природними можливостями, набуває соціальних якостей, вчиться взаємодіяти з оточуючими.

Особистість, яка здатна не тільки використовувати існуючі предмети та ідеї, а й виробляти та змінювати їх, створювати нові, являється суб'єктом діяльності. Суб'єкт як носій свідомості, самосвідомості характеризується здібностями до саморегуляції, самореалізації згідно своїм задумам та намірам. Категорія суб'єкта виступає центром координації всіх психічних процесів, станів і властивостей. Діяльність суб'єкта характеризується як форма активності суб'єкта, що організовує та реалізує засоби існування його суб'єктності.

Отже, для розвитку спортсмена як суб'єкта спортивної діяльності під час навчально-тренувального процесу тренерам необхідно користуватися не тільки принципами спортивного тренування, а й іншими психологічними технологіями, які допоможуть суб'єкту в освоєнні діяльності, її кваліфікованому виконанні та досягненні високих спортивних результатів.

Література:

1. Бабушкин Г. Д. Психологическое сопровождение становления спортсмена субъектом деятельности: постановка проблемы. *Физическая культура и спорт. Омский научный вестник*. 2013. № 3 (119). С. 170.
2. Волянюк Н. Ю. Анализ философско-психологических учений о человеке как о субъекте. Педагогіка, психологія та медико-біологіні проблеми фізичного виховання і спорту: Зб. наук, пр. за ред. Єрмакова С. С. *Харків: ХДАДМ (XXIII)*. 2002. № 28.

3. Воронова В. И. Психология спорта: Навчальний посібник. К.: *Олімпійська література*. 2007.
4. Ложкин Г. В., Вяткин Б. А. Интегральная индивидуальность человека в спортивной деятельности. *Наука в олимпийском спорте*. 2002. № 1. С. 90.
5. Небытова Л. А. Спортсмен как субъект спортивной деятельности. *Интеграция образования*. 2007. № 1.
6. Приходько В. В., Шевяков О. В. До проблеми визначення сутності суб'єкта спортивної діяльності. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія психологічні науки*. 2017. Вип. 3. Том 1.