



ВЛИЯНИЕ СПОРТА НА ФОРМИРОВАНИЕ ЛИЧНОСТИ СТУДЕНТА НА ПРИМЕРЕ ЗАНЯТИЙ РЕГБИ В КРАСНОЯРСКОМ КРАЕ

Панов Е. В., Кокова Е. И., Фомин С. А., Сундуков А. С.

Введение. В настоящее время значительно возрос интерес к истории спорта Красноярского края, поскольку спорт является одной из качественных характеристик личности. Спорт признается одним из важных регуляторов общественной жизни, а также необходимым условием становления и развития студента как разносторонне и полноценно развитой личности.

Известно, что спорт можно рассматривать как одно из ведущих средств формирования и укрепления двигательных и физических качеств человека, в частности молодых людей. К этому списку, безусловно, можно добавить воспитание и развитие психических навыков, черт и свойств личности студента в процессе становления и развития личности. Физическая культура, как и профессиональный спорт, в первую очередь являются средством укрепления здоровья студента, физического совершенствования, одной из распространенных и продуктивных форм проведения досуга, стимулом повышения социальной активности. Помимо всего вышперечисленного они благотворно оказывают свое влияние на трудовую деятельность человека, нравственные и интеллектуальные качества; на процесс самопознания и самосовершенствования, на формирование воли. По словам специалистов, процесс регулярных и целенаправленных тренировок предполагает, в первую очередь, воспитание определенных умений и навыков, физических качеств, а также многих психических качеств, черт и свойств личности школьника и студента [6, 8, 10].



В самом процессе физического воспитания формирование психических качеств у студента происходит посредством моделирования жизненных ситуаций, «проиграть» которые можно только посредством физических упражнений, спортивных и, что весьма неувидительно, игровых моментов.

Занятия спортом помогают нам совершенствоваться и укреплять свой организм, развивать способности управления движениями и двигательными действиями. Отметим, что в первой отечественной монографии, написанной в н. XX в. и посвящённой психологии физической культуры, А.П. Нечаев заметил: «Пора, наконец, признать, что нельзя говорить о полном воспитании там, где отсутствует воспитание движений. Ловкость, выносливость и настойчивость, в известном смысле, могут быть названы мускульными добродетелями, а утомляемость, апатия, капризное настроение, скука, беспокойство, рассеянность и неуравновешенность – мускульными пороками» [12].

В процессе занятий спортом у студента закаляется воля, его характер, а также совершенствуется умение управлять собой, быстро и правильно ориентироваться в разнообразных сложных ситуациях, своевременно принимать решения, разумно рисковать или воздерживаться от риска асоциальных поступков [4]. Поскольку регби, среди прочих спортивных, является командной игрой, спортсмен тренируется рядом с товарищами и соревнуется с соперниками, и самое главное в процессе развития личности – он обязательно обогащается опытом человеческого общения и учится понимать других.

Именно благодаря занятиям спортом к людям приходит смелость, сила, быстрота и осмотрительность, умение не сдаваться и радоваться победе других – все эти лучшие волевые и физические качества, которыми спорт награждает каждого, согласно персональному вкладу, кто к нему



приобщается. Несомненно, велика роль спорта в воспитании «нового человека, гармонически сочетающего в себе духовное богатство, моральную чистоту и физическое совершенство». Примечательно отметить несколько известных цитат людей, целиком посвятивших себя этой деятельности и добившихся высоких результатов [1].

В Красноярском крае регби является одним из популярнейших видов спорта. По словам тренера по регби Леонида Тихоновича Сабина, «большой ошибкой является то, что у нас так мало внимания уделяется именно развитию студенческого спорта. Промежуточная ступень между детско-юношеским и профессиональным спортом – студенческий спорт развит довольно слабо, пропадает значительная часть резерва пополнения команд и происходит потеря талантливых ребят».

Рост интереса к изучению различных аспектов студенческой жизни был характерен для всей мировой науки XX столетия, но особенно этот процесс усилился в последние десятилетия. Это обусловлено тем, что история студенчества в России остается малоизученной. Особенно это касается истории студенческой спортивной культуры, которая входит в общероссийскую, но при этом сохраняет свою индивидуальность. Тем не менее, аспекты спортивного и культурного развития, становления студентов – спортсменов остаются в большей степени малоизученными. Без познания основных элементов спортивной культуры невозможно понять полную картину социальных условий формирования личности, культурные и общественные взаимосвязи, становление и развитие новых тенденций в студенческом обществе среди спортсменов. Суммируя все вышесказанное, можно отметить, что выбранная тема исследования представляется актуальной.

Красноярские регбисты славятся не только победами, но и гостеприимством. Дважды Красноярск был удостоен чести принять матч



Кубка мира–2015. Федерация регби России поддержала инициативу нашего региона и в сентябре прошлого года на Центральном стадионе краевого центра произошла встреча команд из России и Уругвая. Таким образом, в Красноярском крае регби получило серьезное развитие. Многократные чемпионы международной спортивной арены, две сильнейшие команды страны – «Енисей–СТМ» и «Красный Яр» – по праву считаются гордостью нашего города. О массовой популярности регби в нашем крае говорит создание женского, детского и юношеского регби, а также частота и качество их побед на спортивных аренах разных уровней [3, 10, 11].

Методы и организация исследования. Для оценки эффективности использования на практике наших предложений нами были проанализированы основные, на наш взгляд, литературные источники по данной тематике. В дополнение к литературному анализу мы проводили опрос среди игроков студенческих команд. Он позволил нам выявить ключевые проблемы студенческого регби:

- отсутствие хороших стадионов или хотя бы одного стадиона с качественным газоном, раздевалками и сопутствующей инфраструктурой;
- мало энтузиастов и инициативных людей;
- организуется всего 3-4 турнира в течение года;
- плохая осведомлённость о том, что такое регби в студенческих кругах;
- нехватка квалифицированных специалистов;
- некачественный менеджмент организаторов соревнований;
- слабая мотивация спортсменов, некуда расти, отсутствие конкуренции.

Вот основные проблемы, которые были выявлены при изучении влияния занятий регби на личность студентов, да и не только регби. Это



касается оценки влияния на личность молодого человека занятий всеми малоразвитыми видами спорта

Результаты и их обсуждение. В результате проведенного теоретического исследования установлено, что спорт можно рассматривать как одно из ведущих средств формирования и укрепления двигательных и физических качеств человека, в частности молодых людей. К этому списку, безусловно, можно добавить воспитание и развитие психических навыков, черт и свойств личности студента в процессе становления и развития личности. Физическая культура, как и спорт, в первую очередь являются средством укрепления здоровья студента, физического совершенствования, одной из распространенных и продуктивных форм проведения досуга, стимулом повышения социальной активности.

Помимо всего вышеперечисленного они благотворно оказывают свое влияние на трудовую деятельность человека, нравственные и интеллектуальные качества; на процесс самопознания и самосовершенствования, на формирование воли. По словам специалистов, процесс регулярных и целенаправленных тренировок предполагает, в первую очередь, воспитание определенных умений и навыков, физических качеств, а также многих психических качеств, черт и свойств личности студента.

Постоянное сознательное преодоление трудностей, связанных с регулярными спортивными занятиями (например, борьба с нарастающим утомлением, ощущениями боли, которые в регби являются неотъемлемыми спутниками спортсменов) воспитывают волю, уверенность, способность уверенно и комфортно чувствовать себя в коллективе. В данном процессе закаляется воля и характер, совершенствуется умение управлять собой, а также быстро и правильно



ориентироваться в различных сложных ситуациях, своевременно принимать решения, разумно рисковать или воздерживаться от риска.

Соревнования в регби проводятся по жестким правилам, которые обуславливают подготовку и сам ход соревновательной борьбы. Четко поставленные правила определяют психологическую настройку спортсмена, требуют проявлений физических качеств, волевых усилий, определённых свойств мышления, допустимого уровня эмоционального возбуждения, которые у регбистов, как и во многих других подобных видах спорта, должны проявляться весьма с ярко выраженной окраской. Именно данная необходимость многократного проявления всех свойств и качеств приводит к их развитию. Над этим студенты-спортсмены работают довольно плодотворно и формируют умение действовать в полную силу, выражаясь бытовым языком – «умение перебороть себя» [2]. Говоря об эмоциональном аспекте, следует отметить, что здесь развивается навыки по управлению настроением, умению справиться с чрезмерным волнением, и в целом овладеть умением самоуправления и самоконтроля. Интересно, что все эти действия выполняются спортсменами-регбистами весьма сознательно, чтобы достичь лучшего результата в соревнованиях. Тем самым можно констатировать факт, что, совершенствуясь в спорте, студент совершенствуется всесторонне, что благоприятно влияет на его становление и развитие личности не только как спортсмена, но и как отдельного индивида.

Бытует мнение, что в спорте самосовершенствование касается лишь физического развития. Данный факт является весьма ложным и неоправданным. Подобный аргумент не раз заводит в заблуждение тех, кто обладает благородной силой от природы. Занятия физической культурой и спортом положительно влияют на формирование личности и на профилактику развития вредных привычек у молодых людей [7, 8, 9].



Спортивные психологи определили волевые качества, которые необходимы спортсменам для преодоления препятствий, возникающих в процессе их деятельности [5].

Инициативность и самостоятельность – проявление воли, которая характеризуется личным творчеством и быстротой мышления в действиях, направленных на достижение цели, устойчивостью по отношению к внушающим влиянием других людей и их действий. Поскольку регби это контактная игра, определенно, без данных качеств нельзя обойтись даже регбисту-профессионалу. Данные волевые качества, которые довольно продуктивно развиваются при занятии физической культурой и спортом в студенческие годы, несомненно, пригодятся в будущем. Многие студенты-регбисты занимали и продолжают занимать ответственные должности не только на городском уровне, но также и на уровне нашей страны [10].

А это, в свою очередь, требует принятия ответственности за свои действия и решения, умения работать в обществе и сохранять свою эмоциональную устойчивость. Можно сделать вывод, что сводить использование физической культуры и спорта в ВУЗе только как средства поддержания здоровья студента, повышения уровня его отдельных физических качеств является категорически неверным и неполным.

Следствие подобной спортивной подготовки при занятиях игрой в регби более разносторонне, так как в процессе ее весьма естественно происходит воспитание и самовоспитание целого ряда необходимых студенту в жизни психических качеств, черт и свойств личности, о которых уже упоминалось выше.

Основной результат исследования заключается в выводе о том, что систематические занятия спортивной игрой регби являются эффективным средством физического развития студента как спортсмена



любого уровня, укрепления и охраны его здоровья, сферой общения и проявления социальной активности, и, конечно, влияют на авторитет, трудовую деятельность, на структуру ценностных ориентаций и помогают в процессе воспитания и становления всесторонне развитой личности.

Заключение. В процессе исследования мы выяснили, что помимо физического развития, благодаря занятиям спортом (на примере регби) у студентов формируются и такие качества как стрессоустойчивость, способность быстро принимать решения в нестандартных ситуациях, умение анализировать и адекватно оценить ситуацию.

Была отмечена важная роль тренеров в жизни студентов-спортсменов. С одной стороны была установлена положительная тенденция развития взаимоотношений – на протяжении всего рассматриваемого периода складывался семейный тип отношений между главными участниками – тренером и студентами-спортсменами – в период спортивно воспитательного и тренировочно-игрового процессов. Тренер-наставник и студенты всегда были рады идти навстречу и помочь друг другу, в том числе и в личных делах. С другой стороны, в силу ряда объективных причин, за весь рассматриваемый период тренера поочередно сменяли друг друга, что также нашло свое отражение на формировании взаимоотношений в данной области. Поэтому, основной задачей тренера было создать и поддерживать дружескую атмосферу у студентов на протяжении не только всего тренировочного процесса, но и за пределами игрового поля. Чтобы между студентами не происходили конфликты как внутри команды, так и между соревнующимися клубами. Проводились многочисленные агитационные работы по всем направлениям: в школах, высших учебных заведениях, а также в регбийных клубах. Студенты стали часто посещать лекции, не пропускать тренировочный процесс.



Многие преподаватели стали отмечать у студентов-регбистов заметные успехи: они перестали пропускать учебу, а совмещение ее с тренировками позволило улучшить усидчивость, терпимость ко многим предметам, что также повлияло на повышение успеваемости и развитие личности занимающихся этим видом спорта. Таким образом, с окончательным формированием и развитием регбийных клубов в Красноярском крае, у студенчества формировалось положительное отношение к спортивной деятельности.

Список литературы.

1. Апциаури Л.Ш. Спорт как социальное явление и фактор социализации личности // Теория и практика физической культуры. – 2013 – № 1. – С. 22-34.
2. Гладких Д.Г. Влияние спортивной деятельности на развитие личности спортсмена. Красноярск, 2009. – 30 с.
3. Карпухин О.И. Самооценка молодежи как индикатор ее социокультурной идентификации. // Социологические исследования. – 2015. - № 12. – С. 33-49.
4. Кокова Е.И., Кудрявцев М.Д., Копылов Ю.А. Коррекция девиантного поведения учащихся школьного возраста средствами физической культуры и спорта // монография. – Красноярск: КГТЭИ, 2010. – 262 с.
5. Колокольцев М. М. Физическая культура, спорт как социальные феномены общества: ретроспектива, реальность и будущее: Материалы Всероссийской с международным участием электронной студенческой научной конференции. / М. М. Колокольцев – Иркутск: ФГБОУ НИ ИрГТУ, Том 1.- 2013. – 392с.
6. Кудрявцев М.Д. Педагогическая технология организации личностно-ориентированной физкультурно-образовательной



деятельности учащихся начальной школы // учебно-методическое пособие – Москва: АПК и ПРО, 2004 . - 210 с.

7. Кудрявцев М.Д., Крамида И.Е., Ермаков С.С. Влияние обучения в высшем учебном заведении на компьютерные вредные привычки студентов. Физическое воспитание студентов. - 2016. - № 5. - С. 17-23. 10.15561/20755279.2016.0503.

8. Кудрявцев М.Д., Крамида И.Е., Ермаков С.С., Осипов А.Ю., Динамика развития личностных компонентов здорового образа жизни у относительно здоровых студентов // Физическое воспитание студентов. - 2016. - № 6. - С. 26-33. 10.15561/20755279.2016.0603

9. Муллер, А.Б. Физическая культура: Учебник и практикум для СПО / А.Б. Муллер, Н.С. Дядичкина, Ю.А. Богащенко. – Люберцы: Юрайт, 2016. - 424 с.

10. Рахимова Е. А. Физическая культура в образе жизни // Актуальные вопросы общественных наук: социология, политология, философия, история: сб. ст. по матер. VI междунар. науч.-практ. конф. – Новосибирск: СибАК, 2011.

11. Сабинин Л.Т. Социализация подростков через приобщение к занятиям спортом на примере регби. – Красноярск: ИАС СФУ, 2009. – 217 с.

12. Чукалина Я.В. Актуальные проблемы развития физической культуры и спорта в Российской Федерации // Научное сообщество студентов XXI столетия. Гуманитарные науки: сб. ст. по мат. XLII междунар. студ. науч.-практ. конф. № 5(42). URL: [https://sibac.info/archive/guman/5\(42\).pdf](https://sibac.info/archive/guman/5(42).pdf) (дата обращения: 25.09.2017).



Сведения об авторах:

***Панов Евгений Валентинович, кандидат педагогических наук, доцент,
начальник кафедры физической подготовки***

***ФГКОУ ВПО «Сибирский юридический институт Министерства
внутренних дел России»***

pan_69@mail.ru

***Кокова Елена Ивановна, кандидат педагогических наук, доцент
кафедры физической подготовки***

***ФГКОУ ВПО «Сибирский юридический институт Министерства
внутренних дел России»***

kokovaei@mail.ru

***Фомин Сергей Анатольевич, старший преподаватель кафедры
физической подготовки***

***ФГКОУ ВПО «Сибирский юридический институт Министерства
внутренних дел России»***

pan_69@mail.ru

***Сундуков Александр Сергеевич, доцент кафедры валеологии,
Сибирский федеральный университет***

kumid@yandex.ru