

2. Драгнев, Ю.В. Професійний розвиток майбутнього вчителя фізичної культури у світлі реформування вищої фізкультурної освіти в Україні / Ю.В. Драгнев // Проблеми фізичного виховання і спорту. – № 12. – 2010. – С. 45-47.
3. Жулина, Г.В. К проблеме здоровья и здорового образа жизни человека. // Проблемы здоровья человека. Развитие физической культуры и спорта в современных условиях: Материалы межрегиональной научно-практической конференции, посвященной 55-летию ФФК СГУ. – Ставрополь: Изд-во СГУ, 2006. – С. 179 - 181.
4. Ирхин, В.Н. Актуальные проблемы подготовки будущих учителей в системе непрерывного педагогического образования к здоровьесберегающей деятельности / В.Н. Ирхин, Р.Е. Ковалева // Славянская педагогическая культура. - № 6. - 2007. - С. 140-142.
5. Постановление Правительства РФ от 26.12.2017 N 1642 (ред. от 28.09.2023) "Об утверждении государственной программы Российской Федерации "Развитие образования".
6. Фоменко, А.В. Значение здоровьесберегающей деятельности в высшем учебном заведении / А. В. Фоменко // Человек. Наука. Социум / науч-мед.журнал / гл.ред. Васюк А. Г. - Луганск, 2022.- №1(9). – С. 267-278.

УДК 159.923:331.101.3:706.035

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ И ИХ ВЛИЯНИЕ НА ПРОФЕССИОНАЛЬНУЮ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ БУДУЩИХ СПЕЦИАЛИСТОВ В ОБЛАСТИ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Е.Ф. Халандач, Е.М. Федоскина

Смоленский государственный университет спорта, Российская Федерация

e-mail: khalandach15@mail.ru

e-mail: vladf61@yandex.ru

Аннотация. В статье рассматриваются наиболее важные психологические качества профессионала в сфере адаптивной физической культуры: тип темперамента, эмоциональная устойчивость, спокойствие, уравновешенность, справедливость. Сравниваются качества будущих специалистов по АФК во взаимосвязи с длительностью их обучения по специальности.

Ключевые слова. Психологические качества, профессионал, темперамент, психологическая устойчивость, нейротизм, психотизм, адаптивная физическая культура.

PSYCHOLOGICAL ASPECTS AND THEIR IMPACT ON THE PROFESSIONAL ACTIVITY OF FUTURE SPECIALISTS IN THE FIELD OF ADAPTIVE PHYSICAL CULTURE

E.F. Khalandach, E.M.Fedoskina

Smolensk State University of Sports, Russian Federation

Abstract. The article discusses the most important psychological qualities of a professional in the field of adaptive physical culture: type of temperament, emotional stability, calmness, balance, justice. The qualities of future AFC specialists are compared in relation to the duration of their training in the specialty.

Keywords. Psychological qualities, professional, temperament, psychological stability, neuroticism, psychoticism, adaptive physical culture.

Психологический портрет – это комплексная психологическая характеристика человека, содержащая описание его внутреннего склада и возможных действий в определенных значимых обстоятельствах. Профессионально важные качества личности – это специфические способности профессионала, устойчивые характеристики специалиста, отвечающие его основной деятельности. Независимо от специфики труда общими

профессионально важными качествами личности являются добросовестность и эмоциональная стабильность, обеспечивающие успешность деятельности по любым критериям.

Физическая культура (ФК) как часть культуры человека и общества, направленная на обучение жизненно важным двигательным действиям и воспитанию физических качеств, что достигается во время педагогического процесса. Подготовка профессионалов в сфере ФК в том числе и адаптивной физической культуры (АФК) включает в себя не только освоение учебной программы с целью получения теоретико-методических знаний, формирования умений и навыков, но и психологическая подготовка к будущей деятельности.

Несмотря на различия психолого-педагогической деятельности в области физической культуры и АФК можно выделить те личностные качества, которые необходимы специалистам обеих групп. В качестве основных черт характера, обеспечивающими возникновение и поддержание благоприятных состояний педагога являются: дисциплинированность, добросовестность, активность, ответственность, исполнительность. К чертам характера, позволяющим педагогу оптимально чувствовать себя в ситуации конфликта, относятся: толерантность, внимательность, доброта. Добросовестность как проявление целеустремленности, обязательности и настойчивости считается надежным прогностическим признаком профессионализма. Эмоциональная стабильность как уравновешенность, склонность к спокойствию, самоконтролю связана с продуктивностью и удовлетворенностью работой. Чем выше уровень стабильности, тем лучше продуктивность и выше удовлетворенность. Профессионалы с низким уровнем стабильности (т.е. высоким уровнем нестабильности или нейротизма), как правило, испытывают значительно меньшую удовлетворенность объемом работы, отношениями с коллегами и зарплатой, а также переживают гораздо более сильный эмоциональный стресс [1]. Профессиональная деятельность, в том числе и специалиста АФК, сопряжена с профессиональными стрессами. Высокий уровень психологической устойчивости – это качество, включающее три компонента: принятие на себя безусловных обязательств, контроль и вызов, помогает человеку успешно разрешать стрессовые ситуации и сохранять при этом здоровье [2].

По мнению большинства экспертов-практиков, основным качеством специалиста, работающего с лицами, имеющими ограниченные возможности здоровья, должна быть ответственность, которая выражается в глубоком понимании поставленных целей, путей их достижения, профессионального поведения, в готовности доказательно объяснить свои действия [3]. Помимо этого, необходимо быть психически устойчивым, любить общаться с людьми и быть способным понять эмоции другого человека. Всё это обусловлено спецификой деятельности специалиста по АФК, которая подразумевает общение и ведение педагогической деятельности с людьми, чья потребностно-мотивационная сфера отличается от большинства людей, специалисту требуется большая выдержка, спокойствие, уметь замотивировать и заинтересовать подопечных, создав доверительные отношения. Среди таких качеств часто выделяют эмпатию, экстраверсию, терпимость.

Цель исследования – выявить уровень профессиональной психической подготовленности студентов, обучающихся по направлению "Адаптивная физическая культура".

Материал и методы. Для достижения цели было проведено тестирование для выявления психических качеств студентов 1-4 курсов направления Адаптивная физическая культура. Тестирование осуществлялось по тесту Айзенка, который был разработан автором в 1963 году и приобрел популярность, как опросник «ЕРІ». Он способен определить нейропсихическую лабильность, экстраверсию – интроверсию. В 1968г. к нему была добавлена шкала психотизма. С тех пор адаптированный тест Айзенка известен миру, как опросник «ЕРQ». Так же с помощью этих шкал есть возможность определить эмоционально-волевую стабильность личности и отнести человека к одному из четырех темпераментов: холерик, сангвиник, меланхолик, флегматик.

Результаты и их обсуждение. В исследовании приняли участие 60 человек (по 15 человек с каждого курса обучения 1,2,3,4). Студенты были объединены в 2 группы по 30 человек: группа студентов младших курсов (1 и 2 курс) и группа студентов старших курсов (3 и 4 курс).

В тестировании оценивались несколько показателей. По шкале «экстраверсия-интроверсия» большинство студентов являются экстравертами (56%). Экстраверты сосредотачивают свое внимание на других людях и окружающей среде, а не на своем внутреннем мире. Они обычно импульсивны, активны и общительны. Срединное положение занимают 36% (по 18% в каждой группе) от общего количества опрошенных студентов, являясь амбивертами. Амбиверты сочетают в себе качества, как экстраверта, так и интроверта, которые проявляются в зависимости от ситуации. Такие люди очень адаптивны, их поведение гибко, что позволяет найти оптимальное решение во многих ситуациях. Оставшиеся 8% из общего числа опрошенных студентов являются интровертами.

По шкале «психотизм» среди студентов младших курсов большинство (63%) имеют среднюю оценку, что указывает на среднюю конфликтность. Они могут проявлять, как и враждебность, так и заботу, их поведение ситуативно. В некоторые моменты они способны проявлять холодность и безразличие. У оставшейся части группы студентов младших курсов (37%) оценка по этой шкале низкая, свидетельствующая о низком уровне конфликтности, стремлении устанавливать теплые отношения с окружающими. В свою очередь среди студентов старших курсов низкая оценка по шкале «психотизм» встречается гораздо чаще у 17 человек (56%), что говорит о большей социальной приспособленности и готовности к спокойному и продуктивному решению конфликтов, в том числе в профессиональной сфере. Остальные 13 человек имеют среднюю оценку. Высокой оценки по шкале «психотизм» не выявлено ни в одной из групп.

Следующая оценочная шкала «нейротизм». Нейротизм – это черта личности, которая характеризуется беспокойством, возбудимостью, тревожностью и неуверенностью в себе. В группе студентов младших курсов у 55% средняя оценка по данной шкале, что говорит о средней психической устойчивости. Большую часть времени их эмоциональное и психическое состояние довольно стабильно, но некоторые события (особо важные) могут быть причиной быстрой смены состояния. У 30% оценка высокая, что указывает на низкую психическую устойчивость, эмоциональную нестабильность и быстрой смене эмоций. У оставшихся 15% самая благоприятная оценка по этой шкале – низкая, поскольку такие люди имеют высокую психическую устойчивость, эмоционально стабильны и могут поддерживать постоянное настроение. Среди студентов старших курсов низкая оценка встречается гораздо чаще - у 45% опрошенных. У такой же части опрошенных оценка по этой шкале средняя, и лишь у 10% высокая оценка по шкале «нейротизм».

Заключительным показателем является тип темперамента. Под темпераментом понимают свойство личности, являющееся наиболее важным для составления психологического портрета (и самым заметным проявлением), потому что оно, в общем и целом, отображает работу психики – заторможенную или более подвижную. Одни люди медлительны, спокойны, невозмутимы – их эмоциональные состояния сменяются очень редко. Другие же порывисты, быстры, склонны к бурным эмоциональным реакциям. Как правило, достаточно понаблюдать сравнительно небольшое количество времени за человеком, чтобы практически безошибочно определить, какой у него тип темперамента.

Наиболее популярной является следующая классификация темпераментов: Флегматик (сильная, уравновешенная, инертная нервная система; невозмутим, неспешен, внешне скуп на проявление эмоций, имеет устойчивое настроение); Холерик (сильная, неуравновешенная нервная система; порывистый, быстрый и вместе с тем неуравновешенный, стремительно меняется настроение и возникают эмоциональные

вспышки); Меланхолик (слабая нервная система; склонен в постоянному переживанию и пережевыванию событий своей жизни и остро реагирует на внешние факторы, эмоционально раним и повышено впечатлителен); Сангвиник (сильная, уравновешенная, подвижная нервная система; подвижный, с быстрой реакцией на все события, происходящие вокруг него, если он мотивирован, то достаточно продуктивен, однако не может пересилить себя, если работа ему кажется неинтересной и скучной). Среди общего количества опрошенных студентов большинство оказалось меланхоликами – 47%, 30% - сангвиники, 15%- холерики и 8%- флегматики.

Таблица 1

Результаты исследования психологических характеристик студентов 1-4 – х курсов, обучающихся по направлению подготовки «Адаптивная физическая культура»

Параметр исследования		Группа	
		Младшие курсы	Старшие курсы
Активность	Экстраверт	32%	24%
	Амбиверт	18%	18%
	Интроверт	6%	2%
Нейротизм	Низкая	15%	45%
	Средняя	55%	45%
	Высокая	30%	10%
Психотизм	Низкая	37%	56%
	Средняя	63%	44%
	Высокая	-	-
Темперамент	Сангвиник	10%	20%
	Холерик	10%	5%
	Меланхолик	36%	11%
	флегматик	2%	6%

Опираясь на изученные шкалы и результаты исследования, можно теоретически создать модель идеального специалиста в сфере АФК. Так он должен быть сангвиником (допустимо флегматик), экстравертом (допустимо амбиверт) с низкой оценкой по шкале психотизм и нейротизм.

Заключение. Психологические качества играют важную роль в успешной деятельности специалиста. Понимание и развитие этих качеств способны помочь стать специалисту более эффективным в работе, поэтому процессе подготовки специалистов необходимо всячески содействовать развитию их коммуникативных навыков, умению решать конфликтные и спорные ситуаций в сфере АФК. Давать возможность приобретать практический опыт, что повышает уверенность в своих силах и дает полное представление о будущей профессиональной деятельности. Удовлетворенность профессиональной деятельностью, высокая профессиональная эрудиция, педагогический оптимизм, жизнерадостность, отсутствие тревожности – вот составляющие эмоциональной устойчивости, эмоциональной уравновешенности специалиста по адаптивной физической культуре, сформированность которых значительно повысит его профессиональную компетентность.

Литература

- 1.Salgado, J. F. The Five Factor Model of Personality and Job Performance in the European Community [Text] / J. F. Salgado // Journal of Applied Psychology. -1997. - Vol. 82. - № 1. - P. 30-43.
- 2.Евсеев С.П. Введение в специальность. История, организация и общая характеристика адаптивной физической культуры / С. П. Евсеева. – 2е изд., испр. и доп. – М.: Советский спорт, 2005. – 296 с.
- 3.Чесноков, Н.Н. Компетентность специалиста по адаптивной физической культуре/ Чесноков Н.Н. Балашова В.Ф. // Высшее образование в России. - 2009. №3. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/kompetentnost-spetsialista-po-adaptivnoy-fizicheskoy-kulture> (дата обращения: 04.10.2023).