

**Заключение.** Современная система профессионального педагогического образования должно обеспечивать подготовку высококвалифицированных специалистов для всех звеньев системы физической культуры и спорта на основе реального спроса на их услуги, качественного педагогического сопровождения образовательной деятельности, формирования готовности к педагогической деятельности с учетом специфики реализуемых образовательных программ в различных типах образовательных, физкультурно-спортивных учреждений.

На всех этапах обучения в вузе необходимо создавать условия максимально приближенные к будущей профессионально-педагогической деятельности будущих учителей физической культуры. Включение в образовательный процесс студентов факультета физической культуры и спорта квазипрофессиональных и учебно-профессиональных форм деятельности позволяет создать условия для продуктивного взаимодействия преподавателей и студентов, обеспечивающих возможность формирования комплекса профессионально-значимых физкультурно-педагогических умений на основе освоения совокупности специальных знаний практико-ориентированного характера, методических навыков; устойчивой мотивации к активной познавательной деятельности; способности к эмпатии и рефлексии, трансформации их в последующей практической деятельности в профессиональные компетенции.

### Литература

1. Костюнина, Л. И. Нравственность как фактор повышения профессионализма будущих специалистов по физической культуре / Л. И. Костюнина, О. С. Назаренко, Е. Е. Панова // Теория и практика физической культуры. – 2020. – № 2. – С. 12-14.
2. Костюнина, Л. И. Формирование готовности будущих учителей физической культуры к преподаванию спортивной и оздоровительной видов гимнастики / Л. И. Костюнина, А. В. Кокурин, Н. А. Касаткина // Современные проблемы физического воспитания и безопасности жизнедеятельности в системе образования : Материалы II Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, Ульяновск, 07 декабря 2018 года / Под ред. Л.И. Костюниной, О.Л. Быстровой. Том 1. – Ульяновск: Ульяновский государственный педагогический университет им. И.Н. Ульянова, 2019. – С. 223-229
3. Лобачев, В.В. Педагогические условия формирования готовности будущих педагогов физической культуры к профессиональной деятельности : автореферат дис. ... кандидата педагогических наук : 13.00.01, 13.00.08 / Лобачев Виталий Владимирович; [Место защиты: Воронеж. гос. ун-т]. — Воронеж, 2007. – 24 с.
4. Машенко, В. Ю. Педагогическое моделирование как средство повышения эффективности формирования профессионально-педагогических компетенций будущих специалистов физической культуры / В. Ю. Машенко, Л. И. Костюнина // Актуальные проблемы физического воспитания студентов : Материалы Международной студенческой научно-практической конференции, Чебоксары, 17 февраля 2023 года. – Чебоксары: Чувашский государственный аграрный университет, 2023. – С. 167–170.
5. Чупанов, А. Х. Педагогические условия подготовки будущего учителя физической культуры к профессиональной деятельности / А. Х. Чупанов, З. М. Багаутдинов // Известия ДГПУ. Психолого-педагогические науки. – 2009. №3. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/pedagogicheskie-usloviya-podgotovki-budushchego-uchitelya-fizicheskoy-kultury-k-professionalnoy-deyatelnosti> (дата обращения: 14.10.2025).

УДК 796.077:159.9

## СТИЛИ РАЗРЕШЕНИЯ КОНФЛИКТОВ В МАССОВОМ СТУДЕНЧЕСКОМ СПОРТЕ НА ПРИМЕРЕ БАСКЕТБОЛА

**Л.И. Костюнина, Н.А. Зызина**

*Ульяновский государственный педагогический университет имени И.Н. Ульянова,  
Российская Федерация*

e-mail: likost@mail.ru,  
e-mail: zna1005@mail.ru

**Аннотация.** Работа посвящена исследованию стилей разрешения конфликтов в массовом студенческом спорте на примере баскетбола. В условиях активного участия студентов в спортивных соревнованиях возникают различные конфликты, как между участниками, так и между командами, тренерами и организаторами. В работе рассматриваются основные стили разрешения

конфликто в женской студенческой команде, такие как конкуренция, сотрудничество, компромисс, избегание и приспособление. Проведен анализ влияния данных стилей на командную динамику, спортивные результаты и общее психологическое состояние участников. Также проведено исследование методов профилактики конфликтов и их разрешения в контексте студенческого спорта. Результаты исследования могут быть полезны как для тренеров, так и для студентов, стремящихся к созданию более гармоничной атмосферы в спортивной среде и командах по видам спорта.

**Ключевые слова:** студенческий спорт, баскетбол, спортсменки-баскетболистки, конфликт, психология спорта, стили разрешения конфликтов.

## STYLES OF CONFLICT RESOLUTION IN STUDENT SPORTS: THE CASE OF BASKETBALL

L.I. Kostyunina, N.A. Zyzina

*Ulyanovsk State Pedagogical University named after I.N. Ulyanov, Russian Federation*

**Abstract.** This work is devoted to the study of conflict resolution styles in mass student sports, using basketball as an example. In the context of active participation of students in sports competitions, various conflicts arise, both between participants and between teams, coaches, and organizers. The work examines the main conflict resolution styles in a female student team, such as competition, cooperation, compromise, avoidance, and adaptation. It analyzes the impact of these styles on team dynamics, sports performance, and the overall psychological state of the participants. The work also explores methods for preventing and resolving conflicts in the context of student sports. The results of the study can be useful for both coaches and students who want to create a more harmonious atmosphere in sports environments and teams.

**Keywords:** collegiate sports, basketball, female basketball players, conflict, sports psychology, and communication styles.

В условиях современного общества массовый студенческий спорт становится важной составляющей жизни молодежи. Он не только способствует физическому развитию, но и формирует социальные связи, командный дух и личностные качества студентов. Однако, с увеличением числа участников и разнообразием их целей, интересов и ожиданий, конфликты в спортивных командах становятся неизбежными [3, 4].

Баскетбол, как один из самых популярных командных видов спорта среди студентов, представляет особый интерес для изучения стилей разрешения конфликтов. Конфликты могут возникать как на уровне взаимодействия между игроками, так и в отношениях с тренерами и руководством команды. Эффективное разрешение конфликтов имеет решающее значение для поддержания гармонии в команде, повышения её результативности и создания позитивной атмосферы [2, 4].

Изучение стилей разрешения конфликтов в контексте массового студенческого спорта позволяет не только выявить наиболее эффективные подходы к управлению конфликтами, но и формирует навыки, которые будут полезны студентам в их дальнейшей жизни – как в профессиональной сфере, так и в личных отношениях.

Конфликты в спортивной среде могут быть вызваны различными факторами, такими как различия в целях, стилях общения, уровне подготовки или эмоциональной напряженности. Современные исследования в области спортивной психологии (в частности работы А. В. Родионова, 2020) подчеркивают, что эффективное разрешение конфликтов является важным условием для достижения высоких результатов и поддержания благоприятного психологического климата в команде. В связи с этим изучение стилей разрешения конфликтов в массовом студенческом спорте, в частности в баскетболе, представляется актуальной и практически значимой задачей, которая может существенно повлиять на динамику группы и её результаты [5].

**Цель исследования** – проанализировать различные стили разрешения конфликтов в массовом студенческом спорте на примере женских баскетбольных команд.

**Материал и методы.** Педагогическое исследование проводилось на базе студенческого спортивного клуба «Спарта» ФГБОУ ВО «Ульяновский государственный педагогический

университет им. И. Н. Ульянова». В исследовании приняли участие студентки 2–5 курса, включенные в состав женских сборных команд по баскетболу высших учебных заведений Ульяновской области, таких как Ульяновский государственный педагогический университет имени И.Н. Ульянова (УлГПУ), Ульяновский государственный университет (УлГУ) и Ульяновский государственный технический университет (УлГТУ), в количестве 24 человек.

Для организации педагогического исследования были использованы следующие методы: анализ состояния вопроса по литературным источникам; педагогическое наблюдение; методы изучения стилей разрешения конфликтов, а именно психологические тесты, на выявление конфронтации; педагогический эксперимент; метод математической обработки результатов. Наше внимание было сосредоточено на изучении и анализе стилей разрешения конфликта в процессе игры в баскетбол.

**Результаты и их обсуждение.** В исследовании использовался тест Томаса под редакцией Н. В. Гришиной [1], направленный на выявление определенных стилей разрешения конфликтной ситуации. Данный тест проводился с представителями женских сборных команд высших учебных заведений Ульяновской области, среди них: Ульяновский государственный педагогический университет, Ульяновский государственный университет и Ульяновский государственный технический университет.

На основе данных, представленных в таблице 1, можно сделать следующие выводы о распределении стилей разрешения конфликтов среди студенток-спортсменок трех университетов (УлГПУ, УлГУ, УлГТУ):

**Соперничество.** Наименьший процент студенток, выбирающих стиль соперничества, наблюдается в УлГПУ (5%). В УлГУ и УлГТУ этот стиль более распространен (35% и 30% соответственно), что может указывать на более конкурентную среду или склонность к доминированию в конфликтных ситуациях.

**Сотрудничество.** Стиль сотрудничества наиболее популярен среди студенток УлГПУ (40%), что свидетельствует о стремлении к совместному поиску решений и учету интересов всех сторон. В УлГУ и УлГТУ этот стиль также достаточно распространен (30% и 35%), но в меньшей степени, чем в УлГПУ.

**Компромисс.** Процент студенток, выбирающих компромисс, примерно одинаков во всех трех университетах (20–25 %). Это указывает на умеренную склонность к поиску взаимовыгодных решений.

**Избегание.** Наименьший процент студенток, предпочитающих избегание, наблюдается в УлГУ (5 %). В УлГПУ и УлГТУ этот стиль также мало распространен (10 % и 8 % соответственно), что говорит о невысокой склонности студентов уходить от конфликтов.

**Приспособление.** В УлГПУ приспособление как стиль разрешения конфликтов выбирают 25 % студенток, что значительно выше, чем в УлГУ и УлГТУ (по 5 %). Это может указывать на большую склонность студенток УлГПУ к уступкам в конфликтных ситуациях.

Таблица 1 – Распределение стилей разрешения конфликтов среди женских студенческих команд по баскетболу (в %)

Стиль разрешения конфликтов	УлГПУ	УлГУ	УлГТУ
Соперничество	5	35	30
Сотрудничество	40	30	35
Компромисс	20	25	22
Избегание	10	5	8
Приспособление	25	5	5

Таким образом, по стилям разрешения, студентки Ульяновского государственного педагогического университета чаще склонны к сотрудничеству и приспособлению, что может говорить о более гармоничном и гибком подходе к разрешению конфликтов. В Ульяновском государственном университете и Ульяновском государственном техническом университете выше доля студентов, выбирающих соперничество, что может свидетельствовать о более конкурентной или конфронтационной среде. Компромисс как стиль разрешения конфликтов умеренно популярен во всех университетах, что указывает на общую тенденцию к поиску баланса интересов. Избегание как стиль наименее популярен, что говорит о невысокой склонности студенток-баскетболисток уклоняться от конфликтных ситуаций.

Также нами была проанализирована частота возникновения конфликтных ситуаций в студенческих женских баскетбольных командах (таблица 2).

*Ульяновский государственный педагогический университет:*

- Разногласия по тактике. Члены команды могут иметь разные взгляды на стратегию игры, что приводит к спорам и конфликтам. Возможно, отсутствует четкое лидерство или согласованность в принятии решений.

- Личные амбиции. Наличие личных амбиций может создавать конкуренцию внутри команды, что негативно сказывается на командной динамике и приводит к конфликтам.

Конфликты в команде носят как профессиональный (тактический), так и личный характер (амбиции), что требует работы над командной сплоченностью и улучшением процессов принятия решений.

Таблица 2 – Частота конфликтных ситуаций в командах

Наименование ВУЗа	Количество конфликтов за месяц	Основные причины конфликтов
УлГПУ	12	Разногласия по тактике, личные амбиции
УлГУ	10	Недостаток коммуникации, давление со стороны тренера
УлГТУ	6	Распределение игрового времени, ошибки в игре

*Ульяновский государственный университет:*

- Недостаток коммуникации. Плохая коммуникация между игроками или между игроками и тренером может приводить к недопониманию, ошибкам и конфликтам;

- Давление со стороны тренера. Тренер оказывает чрезмерное давление на игроков, это может вызывать стресс, недовольство и конфликты внутри команды.

В команде основная проблема связана с коммуникацией и управлением. Необходимо улучшить взаимодействие между членами команды и пересмотреть методы работы тренера.

*Ульяновский государственный технический университет:*

- Распределение игрового времени. Конфликты из-за распределения игрового времени могут возникать, если игроки чувствуют несправедливость или недостаток возможностей для участия в играх;

- Ошибки в игре. Конфликты, связанные с ошибками, могут быть вызваны взаимными обвинениями или недостаточной поддержкой между игроками.

Конфликты в команде носят в основном профессиональный характер и связаны с организационными и игровыми аспектами. Необходимо работать над справедливым распределением ролей и созданием поддерживающей атмосферы в команде.

В целом, каждая из команд сталкивается с уникальными проблемами, требующими индивидуального подхода. Работа над коммуникацией, справедливостью и командной динамикой может значительно снизить количество конфликтов и улучшить результаты команд.

На основе данных нашего исследования и теоретических работ российских ученых (Н. В. Гришиной, А. Я. Анцупова, А. И. Шипилова и др.) можно предложить следующие рекомендации, представленные в таблице 3, которые помогут положительно повлиять на процесс выстраивания положительного коммуникативного взаимодействия внутри женской баскетбольной команды [1, 3, 5].

Таблица 3 – Характеристика стилей взаимодействия членов женских баскетбольных команд высших учебных заведений Ульяновской области и рекомендации по устранению конфликтных ситуаций

Наименование ВУЗа	Характеристика	Меры
УлГПУ	Преобладают стили «сотрудничество» (40%) и «приспособление» (25%), что свидетельствует о стремлении к гармонии и учету интересов всех сторон. Однако высокая частота конфликтов (12 за месяц) указывает на наличие проблем, связанных с «тактическим разногласиям» и «личными амбициями». Команда демонстрирует наибольшее количество конфликтов, что связано как с профессиональными, так и с личными причинами.	1. Развитие лидерских качеств. Внедрение тренингов по лидерству и управлению командой, чтобы снизить влияние личных амбиций на командную динамику. 2. Совершенствование процессов принятия решений. Использование методов мозгового штурма и коллективного обсуждения для выработки единой тактики. 3. Работа над сплоченностью. Проведение тимбилдинговых мероприятий для укрепления доверия и взаимопонимания между игроками.
УлГУ	Доминируют стили «соперничество» (35%) и «сотрудничество» (30%), что отражает конкурентную среду и стремление к лидерству. Основные причины конфликтов — «недостаток коммуникации» и «давление со стороны тренера». Команда сталкивается с конфликтами, вызванными недостатком коммуникации и давлением со стороны тренера.	1. Улучшение коммуникации. Внедрение регулярных встреч для обсуждения проблем и предложений, а также тренингов по эффективной коммуникации. 2. Пересмотр методов работы тренера. Обучение тренера методам мягкого управления и поддержки, чтобы снизить давление на игроков. 3. Развитие культуры сотрудничества. Поощрение командной работы через совместные проекты и обсуждения.
УлГТУ	Наименьшее количество конфликтов (6 за месяц) и умеренное распределение стилей (соперничество - 30%, сотрудничество - 35%) указывают на более сплоченную команду. Основные проблемы связаны с «распределением игрового времени» и «ошибками в игре», что требует справедливого распределения ролей и создания поддерживающей атмосферы. Команда имеет наименьшее количество конфликтов, но они связаны с распределением игрового времени и ошибками в игре.	1. Справедливое распределение ролей. Разработка четких критериев распределения игрового времени, чтобы избежать недовольства среди игроков. 2. Создание поддерживающей атмосферы. Внедрение системы взаимной поддержки, где игроки помогают друг другу исправлять ошибки. 3. Работа над психологической устойчивостью. Проведение тренингов по управлению стрессом и эмоциями для снижения конфликтов, связанных с ошибками в игре.

**Заключение.** Исследование показало, что стили разрешения конфликтов, возникающих в процессе игры в баскетбол студенток-спортсменок и их причины варьируются в зависимости от особенностей команды и внешних условий. Для улучшения командной динамики взаимодействия и повышения соревновательной успешности необходимо учитывать специфику каждой команды, индивидуально-типологические особенности каждого игрока, стиль тренерской работы. Работа над коммуникацией, справедливостью и сплоченностью, а также внедрение современных методов управления конфликтами, предложенных отечественными учеными, могут стать ключом к успеху студенческих спортивных команд по видам спорта.

Наше исследование подтверждает важность учета стилей разрешения конфликтов в спортивной среде, а его результаты могут быть использованы тренерами и руководителями студенческих спортивных команд для разработки индивидуальных программ по управлению конфлик-

тами; повышения уровня командной сплоченности и эффективности соревновательной деятельности; создания условий для личностного развития и роста спортивного мастерства игроков через развитие навыков коммуникации и сотрудничества.

#### Литература

1. Гришина, Н. В. Психология конфликта и конфликтология: общие задачи в области теории и практики / Н. В. Гришина // Конфликты в образовании : материалы Всероссийской научно-практической заочной конференции, Ярославль, 01 октября – 29 2009 года. – Ярославль: Ярославский государственный педагогический университет им. К.Д. Ушинского, 2009. – С. 6–12.
2. Зызина, Н. А. Анализ характерологических особенностей личности спортсменов-баскетболистов массовых разрядов / Н. А. Зызина, Л. И. Костюнина // Проблемы и перспективы физического воспитания, спортивной тренировки и адаптивной физической культуры : Материалы VI Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. В 2-х томах, Казань, 21 февраля 2025 года. – Казань: Поволжский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, 2025. – С. 233–238.
3. Конфликты в спортивно-педагогическом взаимодействии : Методическое пособие / С. Д. Неверкович, В. В. Баранников, С. А. Баранцев [и др.]. – Москва : Московский городской центр спортивно-методического и медико-биологического обеспечения Москомспорта, 2005. – 44 с.
4. Кузнецова, Е. Д. Психологическая совместимость членов баскетбольной команды как фактор успешной соревновательной деятельности / Е. Д. Кузнецова, А. С. Кузнецова // Актуальные проблемы физической культуры и спорта в современных социально-экономических условиях : Материалы Международной научно-практической конференции, Чебоксары-Ташкент, 25 января 2024 года. – Чебоксары: Чувашский государственный аграрный университет, 2024.
5. Родионов, В. А. Спортивная психология : учебник для вузов / В. А. Родионов, А. В. Родионов, В. Г. Сивицкий ; под общей редакцией В. А. Родионова, А. В. Родионова, В. Г. Сивицкого. – Москва : Издательство Юрайт, 2025. – 366 с.

УДК 796.011.1

### ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА КАК СРЕДСТВО ПРОФИЛАКТИКИ ГИПОДИНАМИИ У СТУДЕНТОВ

**Д.М. Кривецкая, П.П. Жих**

*Гродненский государственный университет имени Янки Купалы, Республика Беларусь*  
e-mail: sviristvolka@gmail.com

**Аннотация.** В статье рассмотрены медико-биологические основы профилактики гиподинамии средствами физической культуры и представлены результаты опроса студентов Гродненского государственного университета имени Янки Купалы. Полученные данные подтверждают низкий уровень двигательной активности у части респондентов и необходимость внедрения системных мер по формированию мотивации к регулярным занятиям физическими упражнениями.

**Ключевые слова:** гиподинамия, профилактика, физическая культура, студенты, двигательная активность, сидячий образ жизни.

### PHYSICAL CULTURE AS A MEANS OF PREVENTING HYPOKINESIA AMONG STUDENTS

**D.M. Kriveckaya, P.P. Zhikh**

*Yanka Kupala State University of Grodno, Republic of Belarus*

**Abstract.** The article examines the biomedical foundations of hypokinesia prevention through physical culture and presents the results of a survey conducted among students of Yanka Kupala State University of Grodno. The findings confirm the low level of physical activity among part of the respondents and emphasize the need to implement systematic measures aimed at fostering motivation for regular physical exercise.

**Keywords:** hypokinesia, prevention, physical culture, students, physical activity, sedentary lifestyle.