

Научное издание



ВЕСТНИК

Луганского национального университета
имени Тараса Шевченко

Серия 2

Физическое воспитание и спорт

№1(18)
2018



**КНИТА**

Издатель ГОУ ВПО ЛНР «Луганский национальный университет
имени Тараса Шевченко»
«Книга»

ул. Оборонная, 2, г. Луганск, 91011, т/ф (0642)58-03-20

№1(18) • 2018 ВЕСТНИК ЛУГАНСКОГО НАЦИОНАЛЬНОГО УНИВЕРСИТЕТА ИМЕНИ ТАРАСА ШЕВЧЕНКО

Министерство образования и науки
Луганской Народной Республики
Государственное образовательное учреждение
высшего профессионального образования
Луганской Народной Республики
«Луганский национальный университет имени Тараса Шевченко»

ВЕСТНИК



Луганского
национального
университета
имени Тараса Шевченко

Серия 2

Физическое воспитание и спорт

№ 1(18) • 2018

Сборник научных трудов

**КНИГА**

Луганск
2018

УДК 796(062.552)+8:378.4(477.61)ЛНУ
ББК 95.43(4Укр-4Луг)+75я5
В38

Учредитель и издатель
ГОУ ВПО «ЛНУ имени Тараса Шевченко»

Основан в 2015 г.

*Свидетельство о регистрации средства массовой информации
ПИ 000089 от 13 февраля 2017 г.*

РЕДАКЦИОННАЯ КОЛЛЕГИЯ:

Главный редактор

Трегубенко Е.Н. – доктор педагогических наук, профессор

Заместитель главного редактора

Сорокина Г.А. – доктор педагогических наук, профессор

Выпускающий редактор

Вострякова Н.В. – заведующий редакционно-издательским отделом

Редактор серии

Павлова Н.А. – кандидат педагогических наук, доцент

Состав редакционной коллегии серии:

- Вовк В.М.** – доктор педагогических наук, профессор
Германов Г.Н. – доктор педагогических наук, профессор
Горащук В.П. – доктор педагогических наук, профессор
Латышев С.В. – доктор наук по физическому воспитанию и спорту, профессор
Максименко Г.Н. – доктор педагогических наук, профессор
Максименко И.Г. – доктор наук по физическому воспитанию и спорту, профессор
Матвеев А.П. – доктор педагогических наук, профессор
Никитушкин В.Г. – доктор педагогических наук, профессор
Олейник В.А. – доктор медицинских наук, профессор
Ротерс Т.Т. – доктор педагогических наук, профессор
Собянин Ф.И. – доктор педагогических наук, профессор
Сышко Д.В. – доктор наук по физическому воспитанию и спорту, профессор

В38 **Вестник Луганского национального университета имени Тараса Шевченко** : сб. науч. тр. / гл. ред. Е.Н. Трегубенко; вып. ред. Н.В. Вострякова; ред. сер. Н.А. Павлова. – Луганск : Книта, 2018. – № 1(18) : Серия 2, Физическое воспитание и спорт. – 128 с.

Настоящий сборник содержит оригинальные материалы ученых различных отраслей наук и групп специальностей, а также результаты исследований научных учреждений и учебных заведений, обладающие научной новизной, представляющие собой результаты проводимых или завершенных исследований теоретического или научно-практического характера.

Адресуется ученым-исследователям, докторантам, аспирантам, соискателям, педагогическим работникам, студентам и всем, интересующимся проблемами развития научного знания.

*Издание включено в РИНЦ,
в Перечень рецензируемых научных изданий (приказ МОН ДНР № 433 от 8 мая 2018 г.)
Печатается по решению Ученого совета Луганского национального университета
имени Тараса Шевченко (протокол № 4 от 28 ноября 2018 г.)*

УДК 796(062.552)+8:378.4(477.61)ЛНУ
ББК 95.43(4Укр-4Луг)+75я5

© Коллектив авторов, 2018
© ГОУ ВПО ЛНР «ЛНУ имени
Тараса Шевченко», 2018

СОДЕРЖАНИЕ

Физическое воспитание

- Андросова А.П.** Практические рекомендации обучения старшеклассников в школах спортивного профиля по спортивному направлению «Плавание»5
- Васецкая Н.В., Николаева Е.А., Кострыкин В.Я.** Факторы, влияющие на эффективность физического воспитания студентов11
- Игнатова Т.А.** Психологические аспекты развития мотивации студентов к формированию здорового образа жизни16
- Павлова Н.А.** Формирование здоровьесберегающих компетенций в профессиональной подготовке будущих специалистов физической культуры20
- Ротерс Т.Т., Пшечук-Воронина Я.Ю.** Исследование двигательных и личностных качеств будущих хореографов на занятиях физической культурой в учреждениях среднего профессионального образования28
- Чорноштан А.Г.** Теоретические основы рейтингового оценивания спортивно-педагогической подготовки будущих специалистов по физическому воспитанию в условиях кредитно-модульной системы обучения34
- Шинкарев С.В., Шкурин А.И.** Развитие специальных физических качеств у прыгунов в высоту способом «фосбери-флоп»41

Актуальные вопросы спортивной тренировки

- Дроздов Д.В., Фоменко А.В.** Создание профессиональных ситуаций как основа формирования профессиональных качеств тренера в процессе профессиональной подготовки46
- Елецкий С.Н.** Дидактические принципы в учебно-тренировочном процессе подготовки тхэквондистов54
- Ерёменко И.В., Ерёменко В.В.** Фехтование как средство проявления индивидуальности и определения стратегии самопрезентации личности61
- Загной Т.В.** Социально-психологические аспекты мотивации учебно-профессиональной деятельности студентов-спортсменов67
- Крещук Е.П.** Периодизация развития системы соревнований по лёгкой атлетике с учётом влияния процесса коммерциализации76
- Олефир А.В.** Мастерство и игровая подготовка как неотъемлемая часть тренировочного процесса спортивной игры ринго83
- Попелухина С.В.** Особенности хореографической подготовки в спорте на примере прыгунов на акробатической дорожке и спортсменов парно-групповых видов88

УДК 796.86:[159.923:316.61]

Ерёменко Игорь Владимирович,
преподаватель кафедры олимпийского
и профессионального спорта,
ГОУ ВПО ЛНР «Луганский национальный
университет имени Тараса Шевченко»
yeromenko9@mail.ru

Ерёменко Виктория Викторовна
преподаватель кафедры адаптивной
физической культуры и физической реабилитации
ГОУ ВПО ЛНР «Луганский национальный
университет имени Тараса Шевченко»
victoria.bluebird@mail.ru

Фехтование как средство проявления индивидуальности и определения стратегии самопрезентации личности

В статье рассмотрены прикладные аспекты социально-психологического феномена самопрезентации. Самопрезентация является достаточно новым феноменом в современном научном социально-психологическом дискурсе и в основном используется для обозначения спектра образов личности. В статье обосновывается предположение, что фехтование является тем видом единоборства, особенности освоения которого могут пригодиться для формирования целостного образа личности, который презентуется окружающим.

Ключевые слова: самопрезентация, личные границы, индивидуальность, коммуникативные дистанции, образ «Я», образ тела, фехтование, фехтовальные школы, фехтовальные тактики.

Исследования, находящиеся в научном дискурсе, достаточно актуальны, ведь сейчас личность предстает перед вызовами общества и интенсификации ее взаимодействий с окружающей средой, а следовательно, требует возможности для анализа информационного потока, который к ней поступает. Представление о личном и частном пространстве человека, а также уровень его привлечения к межличностным взаимодействиям требует постоянного рассмотрения.

С целью повышения эффективности межличностных взаимодействий и становления зрелой личности, специалисты вспомогательных профессий (к которым относим как психологов, так и тренеров) требуют согласования понятий, подходов и понимания процессов, сопровождающих становление личности. Поэтому нецелесообразно ограничивать исследования и практическую работу отдельным отраслевым направлением. Социально-психологический дискурс предполагает анализ всего спектра взаимодействия отдельной личности с различными социальными группами и слоями.

Заметим, что работа со спортивными командами делает возможным экспериментальные исследования межличностных взаимодействий в природных

условиях и позволяет личности овладеть собственным ролевым репертуаром в тренировочных и психологически безопасных для нее условиях.

Актуальность исследований самопрезентационного поведения личности обусловлена необходимостью согласования различных сфер профессиональной и личностной самореализации, потребностью в формировании целостного образа личности, который является базовой предпосылкой для эффективного и продуктивного взаимодействия человека с окружающей средой. Явление самопрезентации предоставляет толкование для особенностей обработки человеком как информационного потока, который поступает к ней из окружающей среды, так и ее понимание того, кем является он сам. Спортивная деятельность, при условии, что она является сознательным выбором, даёт возможность согласования ожиданий и возможностей личности как в отношении себя самой, так и относительно окружающих лиц.

Учитывая потребность интеграции всех составляющих реализации личности в целостную совокупность, возникает необходимость расширить спектр психологических, а именно социально-психологических, исследований влияющих спортивной деятельности личности на ее становление.

Фехтование, как образец спортивной деятельности, может быть исследуемо как с позиции индивидуального взаимодействия, так и командной динамики, является таким видом спорта, в котором от тактико-психологической подготовки спортсмена полностью зависит его техническая успешность, и служит для демонстрации субъектного становления личности спортсмена. Другим веским основанием для объединения исследований проявлений феномена самопрезентации в спортивной деятельности является рост актуальности прикладных социально-психологических исследований в современном научном дискурсе.

Спортивная деятельность, в основном, рассматривается как отдельная отрасль личностной реализации. Однако это не отражает реального положения вещей, ведь потенциал спортивной деятельности в образовательной, терапевтической сферах и аспектах социализации личности является значительно углубленным. Спортивная деятельность в психологическом аспекте не должна быть ограничена только подготовкой профессиональных спортсменов и преподавателей физического воспитания в профессиональной деятельности; так же как и занятия спортом не могут быть ограниченными занятиями по физическому воспитанию в курсе школьного образования или профессиональной спортивной деятельностью. Примером подобного изменения тенденций является распространение в социуме представлений о здоровом образе жизни, что собственно и является демонстрацией понимания необходимости спортивной деятельности за пределами образования или профессиональной деятельности.

Выбор личностью вида спорта может свидетельствовать не только об ее индивидуальных свойствах или конформности по отношению следования общественной моде на определенный вид спорта, но дает возможность для анализа и обработки глубоких личностных характеристик, таких как тип информационного метаболизма, межличностная ориентация, ролевая манера и образ себя и тому подобное. Анализ совокупности указанных факторов создает целостное представление о самопрезентации личности.

Именно игровое взаимодействие партнеров, будучи обусловлено изменением ролей (в случае фехтования это изменение инициативы и реакции, изменение ролей тренера–спортсмена в тренировочном спарринге), способствует лучшему осознанию личностью своего ролевого репертуара. А поскольку ролевой репертуар является одним из продуктов такого личностного конструкта, как самопрезентация, исследования игрового взаимодействия в процессе тренировок, ее интерпретация приобретает ключевое значение для процесса формирования презентации личности и ее коррекции.

Фехтование лучше всего подходит для анализа проявлений индивидуальности, потому что практика тренировок и поединков предусматривает борьбу ума, воли и эмоций спортсменов. Как замечает В. Аркадьев, человек раскрывает свои черты, способности и умения противостоять «вражеской» воле в процессе тактической и интеллектуальной борьбы, побуждает спортсмена быть постоянно готовым к внезапным психологическим и техническим ситуациям [1]. Поскольку фехтованием начинают заниматься в основном в подростковом и юношеском возрасте, то именно в этом возрасте личность меняет свои коммуникативные приоритеты и начинает более или менее сознательно управлять впечатлением о себе.

Феномен самопрезентации в научной литературе появился относительно недавно, он достаточно тщательно освещен в психологических работах, в частности вопрос ролевого взаимодействия в трудах И. Гоффмана, управление спортсменом созданным впечатлением о себе в работах М. Лири, и стратегии феномена в работах Т. Чигирина. Проблематика фехтования в основном рассматривается только в виде тактических инструкций в работах, посвященных освоению технических навыков [1], хотя стоит также отметить работы В. Летуновского, который предлагает использовать достижения фехтования для психотерапевтических интервенций [2].

Согласно определению, самопрезентация – любое поведение, направленное на создание, изменение или соблюдение впечатлений о личности в понимании других лиц. Будучи одним из основных факторов общественной жизни, презентация личности является определяющим фактором при выборе брачных партнеров, друзей, успешной карьеры и тому подобное.

Личностная самопрезентация является обобщающим понятием, объединяющим ролевой спектр личности, осознанную идентичность, составляющие образа «Я» и внутриличностные факторы, которые обуславливают эффективное освещение личностно релевантной информации в том объеме, который нужен для течения социальных взаимодействий.

К основным стратегиям самопрезентации исследователи относят такие: управление впечатлениями, само-мониторинг и само-верификация. В процессе личностного становления человеку необходимо не только сконструировать тот образ своего «Я», который будет предоставлен для публичного обозрения, но и проверить его на соответствие ожиданиям окружающей среды. Указанная проверка производится с помощью обратной связи, которую субъект получает от своих коммуникативных партнеров. Однако достаточно часто именно на этом этапе происходят и непонимание партнеров между собою (из-за несоответствия их кодировок сообщений) или неумение партнеров считывать ролевые

ожидания своих визави. Иногда такие недоразумения могут быть обусловлены отсутствием у партнеров организмического доверия (то есть, в терминах гуманистической психологии, понимание и принятие собственного естества).

Вот здесь требуются дополнительные тренировки личности по умению кодировать свои ролевые характеристики и считывать ожидания и характеристики партнера. Такие дополнительные тренировки выстраиваются на основе субъектного взаимодействия как наилучшего способа усвоения методов передачи и декодирования межличностной информации. Как замечает В. Аркадьев, фехтовальный поединок воспитывает у личности внимательность к движениям и сигналам противника [1].

Фехтовальный поединок богат многочисленными, разнообразными и неожиданными действиями партнеров, что делает его совершенной имитацией коммуникативных взаимодействий. Поэтому фехтовальные тренировки приспособливают человека к изменению коммуникативных дистанций (чередование нападений, защит, контратак) и регуляции своих ответов (адекватность реакций).

Несколько иная особенность фехтовальных тренировок освещена В. Летуновским, а именно – возможность создания целостного образа тела человека и целостного образа «Я» [2]. Переструктурирование воспринятых характеристик взаимодействия расширяет объем внимания фехтовальщика и приучает тщательно обрабатывать ситуацию социальных взаимодействий, разделять боевые действия на умышленные, вынужденные, инстинктивно-защитные, рефлексорные и инициативно-экспромтные (по классификации В. Аркадьева [1]), обогащает умение поведенческого анализа и интерпретации сигналов обратной связи, а также может основательно улучшить спектр личностных взаимодействий человека.

1. Фехтование придает возможность имитировать реальные ситуации взаимодействия и отрабатывать спектр различных реакций, а также учит спортсмена анализировать ситуацию (тактико-технический разбор поединков), что способствует росту личностной готовности к широкому спектру социальных взаимодействий.

2. Трудности в формировании самопрезентации обусловлены ложным толкованием или отсутствием обратной связи с целевой аудиторией, поэтому самопрезентация является зависимой от социальных навыков и социальной компетентности.

3. Эффективная самопрезентация – это гармоничное сочетание трех составляющих: ситуационного контекста, особенностей слушателей и личностных характеристик субъекта самопрезентации, то есть эффективной является та, что создает желаемые и благоприятные впечатления о субъекте, соответственно неэффективна та, которая создает нежелательные представления о субъекте.

4. Самопрезентация не обязательно является сознательной манипуляцией, часто она обнаруживает неосознанные автоматические реакции, которые запускаются определенными социальными ситуациями. Способность спортсмена воспринимать ситуацию взаимодействия во всей ее целостности и сформировать целостный образ своей личности не только улучшает уровень самовос-

приятия отдельного спортсмена (что является важным для личности во время ее становления), но и помогает ей воспринимать своих противников не только как объекты ее влияния, но и реально действующих и активных субъектов. Всё это способствует генерализации субъектных отношений вне ситуации конкретной тренировки.

Список литературы:

1. **Аркадьев В.А.** Тактика в фехтовании [Электронный ресурс] / В.А. Аркадьев. – Режим доступа: <http://txt.mshkolnik.m/docs/mdex-159381.html>
2. **Летуновский В.** Встречи с мечом : очерки терапевтического фехтования [Электронный ресурс] / В.В. Летуновский – Режим доступа: <http://hpsy.ru/public/x3728.htm>.
3. **Пезешкиан Н.** Психотерапия повседневной жизни: тренинг разрешения конфликтов / Н. Пезешкиан. – СПб. : Речь, 2001. – 288 с.
4. **Чигирин Т.А.** Самопрезентация: определение, виды, стратегии, техники [Электронный ресурс] / Т.О. Чигирин // Сборник научных трудов Института психологии имени Г.С. Костюка АПН Украины. Проблемы общей и педагогической психологии. – 2012. – Т. 24. – С. 245–253. – Режим доступа: http://nbuv.gov.ua/j-pdf/pzpp2012_24_may_23.pdf

**Єрьоменко І.В.,
Єрьоменко В.В.**

Фехтування як засіб прояву індивідуальності та визначення стратегії самопрезентації особистості

У статті розглянуті прикладні аспекти соціально-психологічного феномена самопрезентації. Самопрезентація є досить новим феноменом в сучасному науковому соціально-психологічному дискурсі, і в основному використовується для позначення спектра образів особистості. Цей феномен є особливо актуальним в дослідженнях особистісної зрілості. У статті обґрунтовується припущення, що фехтування є тим видом єдиноборства, особливо освоєння яким можуть стати в нагоді для формування цілісного образу особистості, який презентується оточуючим. Висловлено тезу про те, що усвідомлення особливостей соціально-психологічних взаємодій, яким відрізняється процес формування власного фехтувального стилю, покликаний сприяти ефективності цілого спектра особистісних взаємодій.

Ключові слова: самопрезентація, особисті кордону, індивідуальність, комунікативні дистанції, образ «Я», образ тіла, фехтування, фехтувальні школи, фехтувальні тактики.

Yeromenko I.V.,
Yeromenko V.V.

Fencing as an approach to individuality and determining the self-presentation strategy of the person

The article deals with the applied aspects of the socio-psychological phenomenon of self-presentation. Self-presentation is a fairly new phenomenon in modern scientific socio-psychological discourse, and is mainly used to refer to the spectrum of personality images. The article proves the supposition that fencing is the kind of combat, the features of mastering which can be useful for the formation of an integral image of the person, which is presented to others.

Key words: *self-presentation, personal boundaries, individuality, communicative distances, the image of "I", body image, fencing, fencing schools, fencing tactics.*

СВЕДЕНИЯ ОБ АВТОРАХ

Андросова Алена Павловна, кандидат педагогических наук, доцент кафедры теории и методики физического воспитания Института физического воспитания и спорта ГОУ ВПО ЛНР «Луганский национальный университет имени Тараса Шевченко», г. Луганск, ЛНР.

Вовк Виктор Михайлович, доктор педагогических наук, профессор, заведующий кафедрой здоровья человека и физической реабилитации Института физического воспитания и спорта ГОУ ВПО ЛНР «Луганский национальный университет имени Тараса Шевченко», г. Луганск, ЛНР.

Васецкая Наталья Валериевна, ст. преподаватель кафедры физического воспитания Института физического воспитания и спорта ГОУ ВПО ЛНР «Луганский национальный университет имени Тараса Шевченко», г. Луганск, ЛНР.

Дроздов Дмитрий Вячеславович, ст. преподаватель кафедры спортивных дисциплин Института физического воспитания и спорта ГОУ ВПО ЛНР «Луганский национальный университет имени Тараса Шевченко», г. Луганск, ЛНР.

Елецкий Сергей Николаевич, преподаватель кафедры олимпийского и профессионального спорта Института физического воспитания и спорта ГОУ ВПО ЛНР «Луганский национальный университет имени Тараса Шевченко», г. Луганск, ЛНР.

Ерёменко Игорь Владимирович, преподаватель кафедры олимпийского и профессионального спорта Института физического воспитания и спорта ГОУ ВПО ЛНР «Луганский национальный университет имени Тараса Шевченко», г. Луганск, ЛНР.

Ерёменко Виктория Викторовна, преподаватель кафедры адаптивной физической культуры и физической реабилитации Института физического воспитания и спорта ГОУ ВПО ЛНР «Луганский национальный университет имени Тараса Шевченко», г. Луганск, ЛНР.

Загной Татьяна Владимировна, старший преподаватель кафедры спортивных дисциплин Института физического воспитания и спорта ГОУ ВПО ЛНР «Луганский национальный университет имени Тараса Шевченко», г. Луганск, ЛНР.

Игнатова Татьяна Алексеевна, старший преподаватель кафедры физического воспитания ГОУ ВПО ЛНР «Луганский национальный университет имени Владимира Даля», г. Луганск, ЛНР.

Кобелев Сергей Юрьевич, ассистент кафедры здоровья человека и физической реабилитации Института физического воспитания и спорта ГОУ ВПО ЛНР «Луганский национальный университет имени Тараса Шевченко», г. Луганск, ЛНР.

Научное издание

Коллектив авторов

ВЕСТНИК

ЛУГАНСКОГО НАЦИОНАЛЬНОГО УНИВЕРСИТЕТА ИМЕНИ ТАРАСА ШЕВЧЕНКО

Сборник научных трудов

Главный редактор – *Е.Н. Трезубенко*
Выпускающий редактор – *Н.В. Вострякова*
Редактор серии – *Н.А. Павлова*
Дизайн обложки – *Р.В. Дьяченко*
Компьютерная верстка – *Р.В. Жила*

Подписано в печать 3.12.2018. Бумага офсетная. Гарнитура Times New Roman.
Печать ризографическая. Формат 70×100 1/16. Усл. печ. л. 10,40.
Уч.-изд. л. 10,92. Тираж 400 экз. Заказ № 140.

Издатель

ГОУ ВПО ЛНР «Луганский национальный университет
имени Тараса Шевченко
«Книга»
ул. Оборонная, 2, г. Луганск, 91011. Т/ф: (0642)58-03-20
e-mail: knitaizd@mail.ru