



УДК 159.938.3:378

ДО ПРОБЛЕМИ ВИЗНАЧЕННЯ СУТНОСТІ СУБ'ЄКТА СПОРТИВНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

Приходько В.В., д. пед. н., професор,
завідувач кафедри теорії та методики спортивної підготовки
Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту

Шевяков О.В., д. психол. н., професор,
професор кафедри теорії та методики фізичного виховання
Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту

У статті проаналізовано наукові підходи до системи підготовки спортсменів. Розглянуто якості, властиві суб'єкту спортивної діяльності.

Ключові слова: спортивна діяльність, спортивна підготовка, спортивна майстерність, суб'єкт, особистість спортсмена.

В статье проанализированы научные подходы к системе подготовки спортсменов. Рассмотрены качества, присущие субъекту спортивной деятельности.

Ключевые слова: спортивная деятельность, спортивная подготовка, спортивное мастерство, субъект, личность спортсмена.

Prikhodko V.V., Shevyakov O.V. TO THE PROBLEM OF DETERMINING THE NATURE OF A SPONTANEOUS ACTIVITY SUBJECT

The article analyzes the scientific approaches to the system of training of athletes. It is considered the qualities inherent in the subject of sports activities.

Key words: sports activity, sports training, sports skill, subject, personality of athlete.

Постановка проблеми. Зміст підготовки спортсмена визначають особливості змагань [5, с. 120], що висувають вимоги до спрямованості багаторічного навчально-тренувального процесу, медико-біологічного і матеріально-технічного забезпечення тренувань, а також психологічної підтримки особи.

Між іншим, лише побічно ті відомі постаті, яких зазвичай пов'язують із формуванням теоретичних основ сучасного вітчизняного спорту [2; 5; 9; 10], звертались до теми спортивної діяльності, ролі і відповідальності суб'єкта, а саме спортсмена, у досягненні спортивного результату. Тож ця вкрай важлива тема до останнього часу не отримала свого наукового обґрунтування, не стала важливим орієнтиром для змісту і спрямованості практики виховання спортсменів від етапу початкової підготовки до етапу максимальної реалізації індивідуальних можливостей, збереження вищої спортивної майстерності [9, с. 312].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Поза увагою дослідників залишилась проблема суб'єкта спортивної діяльності, а науковці, звертаючись до теми індивідуалізації підготовки спортсменів, розглядають останніх лише як об'єкт впливу. «Система індивідуалізації передбачає ефективний розвиток аспектів підготовленості борця на основі раціонального (оптимального) управління підготовкою, таким чином будучи системою управління, і складається з тієї, що управляє (суб'єкт управління – тренер), і тієї, якою

управляють (об'єкт управління – спортсмен), підсистем» [4, с. 14].

Водночас в інших випадках науковці, навіть звертаючись до теми змагальної діяльності [1; 7], не приділяють уваги суб'єкту цієї діяльності, а саме особі діючого спортсмена, не вивчають її, оминають своєю увагою.

Зауважимо, що суб'єкт-об'єктний підхід у спортивній підготовці – це не окрема думка частини науковців, саме ця позиція диктується наявною спрямованістю вітчизняної теорії спорту, яка мала б виходити із загальногуманістичного підходу, а саме поважного ставлення до особи, адже визнано, що спортсмен – це не засіб досягнення результату, а мета його вихователів.

Зауважимо, що за темою формування суб'єкта спортивної діяльності публікацій вкрай мало. Серед небагатьох наявних за цією важливою проблемою робіт на особливу увагу заслуговують праці М. Коваленко, видані в останні роки.

Зокрема, авторка звертає увагу на постать важливого і впливового суб'єкта системи спортивної підготовки, яким є тренер. Вона зауважує: «Дуже сумнівно, що тренером зможе стати спортсмен, який ... дозволяє собі порушувати або навіть ігнорувати основні принципи тренувального процесу. Він просто не зможе вчити інших тому, у що так і не повірив сам» [3, с. 71].

Дворазовий олімпійський чемпіон у метанні молота Ю. Седих згадує час, коли спочатку він

тренувався у групі, якою керував один із викладачів кафедри легкої атлетики Київського державного інституту фізичної культури. «Траплялось, що тренер, призначивши чергове заняття, міг пропустити тренування, а спортсмени ... сприймали такі тренерські відлучки як школяри, у яких несподівано з'явився вільний урок, і з раддістю йшли зі стадіону» [3, с. 71].

М. Коваленко зауважує, що часто конфлікти між спортсменом і тренером бувають спричинені різним баченням цих осіб на спрямованість підготовки до змагань. Так, відомий радянський хокеїст В. Фетисов, звертаючись до власного спортивного досвіду, пише: «У спортсменів є своя правда, у тренера – своя. Тренер дає схему. Саме ж розуміння гри йде вже від тебе, від партнерів. Насправді трапляються й випадки незгоди, починаєш сперечатись із тренером. Тренер каже: «Якщо ти мені доведеш, буде по-твоєму». Довів – гарно. Ні – трапляється, що відмовляєшся від свого. На час. Якби ми завжди були «слухняними» до думки тренера, не було б тієї гри у нашій ланці. Вона ж будувалась на нашому новому розумінні хокею» [3, с. 73]. Тут В. Фетисов гранично чітко вказує на незамінну роль мислячих і творчих, діяльних і відповідальних спортсменів, які вже сформувались, у досягненні результату діяльності.

У спорті чимало проблем виникає також унаслідок нерационально спланованої підготовки. Олімпійський призер з академічного веслування І. Ємчук згадував: «Після XV Олімпійських ігор було висунуто лозунг максимальних фізичних навантажень. Але точно визначити, де саме закінчуються ці можливі навантаження, а де починаються перевантаження, ніхто (тоді. – Авт.) не міг. І тому більшість науковців вважали, що слід тренуватися, незважаючи на самопочуття, бо воно, мовляв, необ'єктивний показник для спортсмена. (Між тим. – Авт.) ... як не наполягало керівництво збірної на жорсткому продовженні курсу на максимальні навантаження, ми діяли за своєю схемою. Точніше, схеми якраз і не було. Була планомірна робота, підпорядкована головним подіям сезону, була чітка індивідуалізація завдань, поступовість в усьому. Підсумки року підтвердили нашу правоту» [3, с. 73].

Трапляється і так, як після XX Олімпійських ігор у Мюнхені, коли функціонери з Міжнародної федерації гімнастики забажали поставити поза законом елементи, що їх виконувала радянська гімнастка О. Корбут. Ішлося про надскладні елементи, розроблені її тренером Р. Книшом, а О. Корбут виконувала їх на брусах і колоді. Олімпійська чемпіонка Л. Латиніна пише: «Як же, однак, могла прийти думка – адміністративним шляхом перекреслити творчість тренера і спортсмена? Поставити під питання новаторство у гімнастиці?»

[3, с. 76]. Звертаємо увагу на думку про спільну творчість (ідеться про діяльність обох суб'єктів), на якій саме й наголошує Л. Латиніна.

До факторів ризику сучасного спорту, які не лише спричиняють виникнення травм і захворювань, а й суттєво впливають на психофізичний стан і можливості суб'єкта спортивної діяльності, деякі автори зараховують:

- ранню спортивну спеціалізацію, унаслідок якої надмірні тренувальні і змагальні навантаження припадають на період пубертату;

- помилкову стратегію розвитку того або іншого виду спорту;

- необґрунтовану практику розширення жіночної частини олімпійської програми за рахунок таких видів спорту і змагальних дисциплін, які несуть загрозу для здоров'я спортсменок (важка атлетика, вільна боротьба, дзюдо, сучасне п'ятиборство, триатлон, марафонський біг, шосейні гонки у велоспорті, бокс та ін.);

- помилки тренерів у плануванні навантажень і занять, у підборі вправ та їх поєднанні;

- недостатню реабілітацію спортсменів і передчасне поновлення ними тренувальної і змагальної діяльності після перенесених захворювань і травм;

- хронічне недоїдання, вживання низькокалорійних продуктів, а також штучне зниження маси тіла (що особливо характерне для спортивної і художньої гімнастики, боксу, різних видів боротьби і важкої атлетики);

- недосконалість правил змагань і лібералізм суддів, які допускають жорстке протиборство між суперниками (серед іншого, у гандболі, футболі, хокеї із шайбою та ін.), що призводить до травм, яких можна було уникнути;

- недосконалість конструкції спортивних знарядь і спортивного взуття, травмонебезпечні покриття на стадіонах, спортивних майданчиках і у спортивних залах;

- нерационально обране оточуюче середовище для тренувальних занять і змагань спортсменів, невідповідний для них одяг, питний режим та інші фактори (спека, холод, нечисте повітря тощо) [8; 13].

Чимало проблем для спортсменів виникають через використання заборонених (деяких фармакологічних та ін.) засобів і методів. З одного боку, їх застосування, встановлене допінг-контролем (як під час змагань, так і у позазмагальному тестуванні), веде до дискваліфікації, втрати доброго імені і публічного сорому, а нерідко – і до вимушеного передчасного завершення спортивної кар'єри. З іншого боку, використання допінгу та інших заборонених методів несе загрози (часто-густо надто серйозні) для здоров'я спортсменів – як під час їхніх виступів у спорті, так і після прощання із ним [3, с. 79].

Крім того, психологи констатують, що повна концентрація атлетів на спорті, від-



сутність інших інтересів і можливостей для їх задоволення спричиняють таке загрозливе для подальшого життя особи явище, яке отримало назву одномірної самоідентифікації. Вона проявляється у сприйнятті себе виключно як спортсмена, а не як різнобічно розвиненої людини, для якої спорт має бути частиною її соціального життя [8].

Таким чином, у зв'язку з відсутністю відповідних досліджень і слабкою професійною підготовкою щодо психолого-педагогічного забезпечення діяльності тренерів усе ще не актуалізованою є проблема переходу від ставлення до спортсмена як до об'єкта впливу до побудови відносин із ним як із суб'єктом, адже людина у спорті є не лише засобом для досягнення змагального результату.

Постановка завдання. Мета статті полягає у визначенні рис, властивих спортсмену – суб'єкту спортивної діяльності, як важливого результату впливу на особу молодої людини сучасної гуманістично організованої системи підготовки спортсменів.

Виклад основного матеріалу дослідження. Під суб'єктністю (К. Абульханова-Славська, Б. Ананьєв, Б. Ломов та ін.) мають на увазі центральне утворення людської реальності, яке інтегрує такі важливі характеристики особи, як рефлексивність, ініціативність і творчість, цілковито не властиві тій особі, котра самовизначилась як об'єкт стороннього впливу.

Для встановлення особливостей рис особи спортсмена як суб'єкта спортивної діяльності необхідно мати хоча б у загальному вигляді розуміння сутності самої спортивної діяльності. Серед найбільш відомих є дефініція, що була запропонована В. Плахтієнко і Ю. Блудовим: спортивна діяльність – це «багаторічний, активний, цілеспрямований на вищі спортивні досягнення процес удосконалення майстерності спортсмена» [11].

Як і будь-яка інша діяльність, спортивна діяльність предметна. Однак предмет її доволі своєрідний – це сама людина, яка займається спортом. Отже, об'єктом свідомості і волі є насамперед її тіло, внаслідок чого у спорті відбувається фактичне злиття суб'єкта й об'єкта діяльності. Специфічним є і продукт діяльності у спорті – спортивний результат, що передбачає обов'язковість змагань, де у важких і екстремальних умовах спортсмен виявляє свій арсенал фізичних, технічних, тактичних і психічних якостей [12]. Уточнимо, що екстремальність – це така якісно нова ситуація, адекватну та ефективну відповідь на яку спортсмен заздалегідь підготувати не може. Тому він вимушений включати «тут і тепер» мислення (не плутати із думанням, що є аналізом і застосуванням наявних знань) і ризикувати.

Характерною рисою спортивної діяльності є те, що вона нерівномірно розподілена у часі,

а також в окремі періоди спортивної підготовки і змагань за фізичними й емоційними навантаженнями, за рівнем відповідальності, а також за вимогами, що висуваються саме до суб'єкта. Інша її особливість полягає у прагненні до спортивної досконалості, яке впливає із взаємозв'язку фізичного і психічного розвитку особистості. Саме тому суб'єктна діяльність спортсмена, яка нібито спрямована лише на вдосконалення рухової активності, згідно з принципом зворотного зв'язку вдосконалює і саму особу.

Стверджуємо, що процес становлення суб'єкта спортивної діяльності як загальна схема має такий характер. Очевидно, що на етапі початкової підготовки, а також на етапах попередньої базової підготовки і спеціалізованої базової підготовки незалежно від віку, у якому розпочаті систематичні заняття, спортсмен є об'єктом педагогічного впливу. І лише на етапі підготовки до вищих спортивних досягнень, коли у свідомості спортсмена вже сформована дійсність його спортивної дисципліни як явища, що перебуває у розвитку, реалізується можливість набування спортсменом якостей суб'єкта.

Цей процес потрібно розглядати як загальний принцип, що відображає об'єктивно наявну тенденцію становлення суб'єкта спортивної діяльності. Насправді ж до викладеного неодмінно долучаються (і втручаються у процес набування суб'єктності) особливості обраного виду спорту, адже очевидно, що, приміром, специфіка змагань зі спортивної гімнастики і легкої атлетики, різних єдиноборств і спортивних ігор суттєво впливає на прояви суб'єктності. До цього долучаються також індивідуальні особливості особи спортсмена.

В. Платонов щодо цього зазначає: «Принципово важливим моментом (на цьому етапі. – Авт.) є забезпечення умов, за яких період максимальної схильності спортсмена до досягнення найвищих результатів (підготовлений ходом природного розвитку організму і функціональних перетворень унаслідок багаторічного тренування) збігається із періодом найбільш інтенсивних і складних у фізичному, техніко-тактичному, психологічному, координаційному аспектах тренувальних навантажень. За такого збігу спортсмену вдається досягти максимально можливих результатів, в інших випадках вони виявляються значно нижчими» [9, с. 274].

Очевидно, що тренер разом з іншими учасниками процесу спортивної підготовки (наголошуємо на визначальній ролі саме спортивного психолога) мають сприяти все більшому набуванню спортсменом стану суб'єктності. Це повною мірою торкається не тільки етапів максимальної реалізації індивідуальних можливостей і збереження вищої спортивної май-

стерності, а й також етапу відходу зі спорту вищих досягнень, коли особа повинна знайти і реалізувати себе у сім'ї, а також у професійній діяльності і кар'єрі.

В. Платонов, торкаючись далі періоду максимальної реалізації індивідуальних можливостей, пише: «Особлива увага має бути звернута на пошук резервів у сфері тактичної і психологічної підготовленості, тобто у тих аспектах майстерності, результативності у яких значною мірою визначається досвідом спортсмена, знаннями про сильні і слабкі риси головних суперників, що особливо важливо в єдиноборствах та спортивних іграх, однак може стати вирішальним також і в інших видах спорту, визначаючи характер тактичної і психологічної боротьби під час змагань. Необхідна також постійна робота над формуванням найбільш ефективної моделі змагальної діяльності, що спирається, зокрема, на індивідуальність спортсмена, сильні риси його підготовленості. У спортивних іграх вкрай важливо вивчити та вміло використовувати індивідуальні особливості партнерів по команді, спираючись на їхні сильні риси і згладжуючи недоліки» [9, с. 275].

Розкрити становлення особистості спортсмена як суб'єкта спортивної діяльності, розглянути у цілісному розвитку її різні особливості і прояви (комунікативні, емоційно-вольові та ін.), взяті у їхньому взаємозв'язку і взаємозумовленості разом із найбільш важливими об'єктивними характеристиками життєдіяльності загалом, дозволяє діяльнісний підхід. Особистість спортсмена у рамках цього підходу постає цілісним утворенням, що відображає соціальну сутність суб'єкта спортивної діяльності і таких, що виникають у цьому специфічному процесі, міжособистісних відносин.

Зауважимо, що спортсмен – це соціальний індивід, який (бажано) має поєднувати риси суспільно значущі, максимально розкриті й індивідуально неповторні саме у спорті. Реалізуючи власні якості у процесі багаторічних занять спортом, особистість постає щодо явищ і предметів як суб'єкт мислення, свідомості і діяльності, як джерело цілеспрямованої активності, що перетворює їх задля задоволення власних і суспільних потреб.

У процесі занять спортом людина долає супротив предметів і явищ. З одного боку, це фізичний супротив, який потрібно долати за рахунок м'язових зусиль, а з іншого – неодмінний прояв розумових і вольових зусиль для того, аби усвідомлювати сутність того, що пов'язане з відповідною дією та її здійсненням. У результаті цього особистість відкриває у предметах і явищах їхні природні властивості, а у собі – наявність потрібних можливостей, розширюючи у такий спосіб уміння управляти собою, розв'язувати не лише рухові, а й тактичні завдання і проблеми. Основний продукт

спортивної діяльності, який молодого людиною поступово формується і вдосконалюється, – це змагальний результат, що визначається відповідними «спортивними» здібностями особи.

У процесі тренування спортсмен повинен поступово оволодіти такими, що історично склались, способами виконання спортивних дій із відповідною переробкою сенсорної і перцептивної інформації, яку фіксує свідомість унаслідок здійснення тих чи інших рухів. Спортсмен, використовуючи власні природні можливості психічного відображення, «прив'язаного» до конкретної ситуації проектування, і «виробництва» потрібних м'язових рухів, техніко-тактичних дій і вольових зусиль, які з ними пов'язані, створює те, що може бути реалізоване ним у ході змагальної діяльності на певний момент [6, с. 97].

Саме ця здатність спортсмена як суб'єкта активно приймати рішення, а також здійснювати власні дії у просторі і часі відповідно до мінливої ситуації, що виникла, яка, як зазначалось, буває важкою і навіть екстремальною, свідчить про наявність того особливого виду активності, котрий має назву «спортивна діяльність». Тому, по-перше, немає підстав розглядати такого спортсмена лише як об'єкт впливу; по-друге, у процесі його діяльності внаслідок отримуваних впливів відбуваються суттєві зміни психологічної структури особистості.

Найвищу потребу особистості як суб'єкта спортивної діяльності становить задоволення її гострого бажання успішної публічної само-реалізації закладених природою і вихованих у неї можливостей і прагнення проявити свій потенціал. Чим вищі цілі ставить перед собою певний спортсмен, тим вищими мають бути його ступінь активності і мобілізація психічних можливостей: без виявлення супутніх моториці психічних проявів під час спортивної діяльності неможливо досягти повної реалізації можливостей певної особи. При цьому саме психічні прояви потрібно розглядати як системоутворюючий фактор мобілізації функціональних ресурсів і резервів для досягнення поставлених особою цілей. Лише через вказане особа спортсмена характеризується системністю, цілісністю і стійкістю своїх якостей [6, с. 97].

Стан цілісності особистості як суб'єкта діяльності забезпечує інтеграція її емоцій, мотивів і волі. Головна роль мотивів – це внутрішня мобілізація усіх потрібних здібностей, функціональних можливостей і накопиченого досвіду, спрямування їх на досягнення визначених цілей і бажаних результатів спортивної діяльності. Емоції і мотиви змушують спортсмена проявити відповідні риси характеру, а воля, що реалізується через вольові зусилля, здійснює реалізацію діяльності за допомогою цих рис характеру особи.



Відомо, що воля є внутрішнім джерелом діяльнісних покликів і проявів людини, регулятором її свідомої активності. Основні завдання, що належать до виховання волі у процесі спортивної діяльності, яка народжується і вдосконалюється, полягають у тому, щоб забезпечити:

- формування мотиваційних, інтелектуальних і моральних основ, що забезпечують волеволі прояви стосовно певної діяльності (на думку філософа Г. Гегеля, воля – це реалізаційний аспект процесу мислення особи. – *Авт.*);

- усебічний розвиток волеволі якостей, потрібних у кожному виді діяльності (цілеспрямованість, настирливість, рішучість, самовладання тощо);

- формування на цій основі стрижневих рис характеру, які проявляються не тільки в умовах спортивної (змагальної) діяльності, а й у різноманітних ситуаціях життєдіяльності загалом [6, с. 97].

Зауважимо, що розвиток особистості спортсмена як суб'єкта діяльності не може розглядатись окремо від команди, в якій він тренується, від системи відносин, у які він вступає у ході підготовки та змагань. Залежно від специфіки виду спорту (спортивної спеціалізації), а також процесу змагань взаємні відносини учасників команди можуть мати характер або співробітництва, або взаємодії. При цьому визначальною умовою характеру взаємодії є міра організованості команди (у командних та ігрових видах спорту) або особливостей суперництва із своїм супротивником. Відомо залежність взаємодії у команді також від її кількісного складу. За своєю суттю цей зв'язок характеризує необхідну для спортсмена частку його участі у досягненні перемоги, є відображенням власної участі у здобутій перемозі.

Виокремлюють деякі основні критерії управління командною діяльністю спортсменів у командах, зараховуючи до їх числа рівень прагнень, групову згуртованість, потребу у спілкуванні і фізичну взаємодію. Утворюючи найбільш важливі характеристики особистості як суб'єкта діяльності, вони:

- забезпечують спортсмену стійкий рівень надійності і успішності;

- створюють відчуття зіграності і спільності членів команди, прояв міжособистісного тяжіння і взаємних симпатій, що формують атмосферу взаєморозуміння і цілісність команди як мікросоціуму;

- дають здатність координувати свої дії із партнерами [6, с. 97–98].

Включення особи спортсмена до складу суб'єкта спільної діяльності (мається на увазі діяльність в одній команді) передбачає його участь в організації і регуляції спільних дій під час змагань, у напрацюванні спільної програми техніко-тактичних дій. У спортсмена як суб'єкта командної діяльності мають формуватись

особливі індивідуальні якості, від яких залежить погодженість дій у складі групи: здатність, бажання та вміння співвідносити свої цілі і дії із цілями і діями спортивної команди на основі встановлення визначених відносин, вміння мобілізувати активність не тільки у бажаному для особи, а й у потрібному для групи спортсменів напрямі. При цьому потрібно проявляти ініціативу, рішучість і дисциплінованість.

Висновки з проведеного дослідження. Підсумовуючи, можемо зробити такі висновки.

1. Прагнення людини до фізичної досконалості у процесі її спортивної діяльності проявляється у численних якісних перетвореннях особи спортсмена, його психічних здібностей, емоцій і волі, здібностей до мислення в екстремальних умовах змагальної діяльності, дій на межі людських можливостей. У процесі занять спортом молода людина «створює» сама себе і оволодіває своїми природними властивостями, вона має набувати й важливі соціальні якості, має вчитися повноцінно жити й поза спортом, у суспільстві.

2. Саме та особистість, яка здатна не лише присвоювати світ предметів та ідей, а й створювати та перетворювати їх, стає суб'єктом діяльності. Суб'єкт як носій свідомості і самосвідомості, на відміну від об'єкта впливу, характеризується здатністю до саморегуляції, самореалізації згідно із своїми задумками і прагненнями. Самовизначаючись через включення у діяльність, він до неї не може бути зведений. Діяльність постає як значуща форма активності суб'єкта, яка організує і реалізує різноманітні способи існування його суб'єктності, це повною мірою стосується і спортивної діяльності.

3. Суб'єкт спортивної діяльності, якому властиві вказані у статті риси та якості, є неодмінною умовою досягнення особою максимально можливих для неї змагальних результатів. Вказане дозволяє стверджувати, що одним із найбільш важливих результатів впливу на особу різних елементів багаторічної системи спортивної підготовки якраз і має бути становлення та вдосконалення спортивної діяльності, носієм якої є її суб'єкт.

4. Лише суб'єкт, який не тільки чітко виконує вказівки тренера, а й сам може швидко аналізувати мінливу ситуацію змагань і приймати своєчасні рішення, обирати оптимальні техніко-тактичні дії та їх якісно виконувати, вмело розподіляти сили на період змагань і відновлювати стан психоемоційної сфери після тимчасових невдач, саме цей суб'єкт спортивної діяльності здатен не тільки брати відповідальність за власні імпровізації, а й долати своїх суперників приблизно однакових здібностей і стану спортивної форми.

5. У ході подальшого вдосконалення змісту підготовки спортсменів, не оминаючи

вдосконалення навчально-тренувального процесу як її основи, потрібно розробити та забезпечити використання нових положень теорії спорту, що пов'язані із формуванням суб'єкта спортивної діяльності. Саме становлення суб'єкта спортивної діяльності є запорукою досягнення особою максимально можливих змагальних результатів.

6. Зазначене актуалізує потребу надійного психолого-педагогічного супроводу спортсменів із боку як тренерів, так і психологів для забезпечення процесу вивчення і формування, становлення і корекції особи спортсмена.

7. Вихідним положенням для розробки теоретичних основ такого супроводу має стати особистісно орієнтований підхід у спорті, заснований на пріоритеті використання внутрішнього потенціалу суб'єкта, на праві особи самостійно і свідомо робити вибір і нести за нього відповідальність.

8. Сутність психологічного супроводу полягає у систематичному наданні суб'єкту діяльності засобів і прийомів, оволодіння якими дозволяє йому активно оволодівати власною поведінкою, змінювати непродуктивні структури діяльності і виводити себе на більш високий рівень розвитку. Це є запорукою досягнення найбільших із можливих спортивних результатів, а також основою формування психічно і соціально здорової особи громадянина.

9. Отже, повноцінна реалізація психофізіологічного потенціалу особистості спортсмена, формування його як суб'єкта спортивної діяльності, котрий має навички самопізнання і рефлексії, здатний відновлювати відчуття віри у себе і свої можливості, підтримувати високий рівень резистентності до впливу суми зовнішніх і внутрішніх дестабілізуючих стрес-факторів, а також забезпечувати здатність до емоційної гнучкості, висувають особливі вимоги до подальшого вдосконалення всебічної, зокрема психолого-педагогічної, компетентності тренера.

Перспектива подальших досліджень полягає у більш глибокому й багатоаспектному вивченні структури особи суб'єкта спортивної діяльності, включаючи особливості впливу різних видів спорту.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Бикова О.О. Удосконалення підготовки до змагальної діяльності юних гандболістів 13–14 років за рахунок використання вправ складно координаційної спрямованості : автореф. дис. ... канд. наук з фіз. вих. та спорту. : спец. 24.00.01 «Олімпійський і професійний спорт» / О.О. Бикова. – Харків, 2017. – 22 с.
2. Демінський О.Ц. Дидактичні основи оптимізації спортивного тренування : [монографія] / О.Ц. Демінський. – К. : Вища шк., 2001. – 238 с.
3. Коваленко Н. Проблемы, с которыми сталкиваются спортсмены в спорте высших достижений / Н. Коваленко // Наука в олимпийском спорте. – 2015. – № 1. – С. 71–83.
4. Латышев С. Индивидуализация подготовки борцов / С. Латышев // Наука в олимпийском спорте. – 2014. – № 3. – С. 13–20.
5. Матвеев Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты : [учеб. для вузов физич. культуры] / Л.П. Матвеев. – 5-е изд., испр. и доп. – М. : Сов. спорт, 2010. – 340 с.
6. Небытова Л.А. Спортсмен как субъект спортивной деятельности / Л.А. Небытова // Интеграция образования. – 2007. – № 1. – С. 95–99.
7. Новиков А. Моделирование соревновательной деятельности как процесс оценки предельных и резервных возможностей единоборцев / А. Новиков, О. Морозов, Г. Васильев // Наука в олимпийском спорте. – 2015. – № 1. – С. 38–42.
8. Олимпийский спорт : в 2 т. / [В.Н. Платонов, С.Н. Бубка, М.М. Булатова и др. ; под общ. ред. В.Н. Платонова]. – Т. 2. – К. : Олимп. лит-ра, 2009. – 696 с.
9. Платонов В.Н. Периодизация спортивной тренировки. Общая теория и ее практическое применение / В.Н. Платонов. – К. : Олимп. лит-ра, 2014. – 624 с.
10. Платонов В.В. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения / В.В. Платонов. – К. : Олимп. лит-ра, 2004. – 808 с.
11. Плахтиенко В.А. Надежность в спорте / В.А. Плахтиенко, Ю.М. Блудов. – М., 1983. – 216 с.
12. Пуни А.Ц. Предмет психологии физического воспитания и спорта / А.Ц. Пуни. – М., 1984. – С. 157–161.
13. O'Connor P.J. Physical and emotional problems of elite female gymnasts (letter) / P.J. O'Connor, R.D. Lewis // New England J. Med. – 1997. – № 336. – P. 140, 141.