Міністерство освіти і науки України
Національний університет
«Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»

Тези

77-ї наукової конференції професорів, викладачів, наукових працівників, аспірантів та студентів університету

ТОМ 2

16 травня – 22 травня 2025 р.

Полтава 2025

молоді. Його потенціал має бути використаний повною мірою у рамках модернізації фізичного виховання в системі вищої освіти.

Література:

1. *Матвієнко М. І., Качалов О. Ю., Новицький Ю. В. Фізичне виховання у закладах вищої освіти в контексті бачення рухових технологій формування культури здоров'я особистості / Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія № 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт), 2023. Вип. 3К (188). С. 207–212.*
2. *Анікеєнко Л. В., Білоконь В. П., Дакал Н. А. Футбол як базовий засіб фізичного виховання здобувачів вищої освіти / Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт): зб. наук. праць. К.: Вид-во УДУ імені М. Драгоманова, 2023. Вип. 3К (162). С. 21–25.*
3. *Балбенко С. Ю. Виховання в студентів інтересу до занять фізичною культурою / Фізичне виховання дітей і молоді. К., 2023. 402 с.*
4. *Юрчишин Ю. В. Стан та особливості мотивації студентів до рухової активності оздоровчої спрямованості на сучасному етапі реалізації фізичного виховання у ВНЗ / Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту, 2022. № 4. С. 118–123.*

УДК 796.01.09:159.944]:001.891

Гета А. В., к.фіз.вих., доцент
Національний університет
«Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»

ТЕОРІЯ ПОДОЛАННЯ КРИТИЧНИХ СПОРТИВНИХ СИТУАЦІЙ В НАУЦІ

Феномен подолання критичних спортивних ситуацій пов'язують з надситуативною активністю, з пошуковою активністю, з опірністю, із смислопородженням, з творчою поведінкою; з витривалістю (життєстійкістю). Боротьба, зусилля, напруга як види подолання є основними складовими спортивного життя спортсмена.

Можна з упевненістю стверджувати, що найбільш важливі події в спорті багато в чому залежать від зусиль, що здійснюються. З нашої точки зору, парадигма подолання критичних спортивних ситуацій відкриває можливості формування психологічних знань навколо одного, головного та єдиного поняття – «подолання критичних спортивних ситуацій». Аналіз психічної активності з подолання спортивних просторово-часових і фізичних перешкод дозволяє зрозуміти виникнення багатьох психічних явищ у спорті, закономірності розвитку та функціонування психіки на одному базовому явищі – феномені подолання критичних спортивних ситуацій.

Теоретико-методологічні засади подолання критичних спортивних ситуацій:

1. *Подолання критичних спортивних ситуацій – це боротьба протилежностей*. Відомо, що єдність і боротьба протилежностей є одним із основних законів діалектики, що розкриває джерело розвитку об'єктивного світу і свідомості, тому розвиток обумовлений протиріччям – боротьбою протилежних сторін і тенденцій, що знаходяться разом з тим у внутрішній єдності та взаємопроникненні [2].

2. *Психологічна теорія подолання критичних спортивних ситуацій*. Подолання критичних спортивних ситуацій – це провідний механізм формування людини як особистості. Одна з основних функцій полягає в активізації та посиленні необхідних ресурсів людини, спрямованих на подолання протиборчих сил зовнішнього, фізичного та соціального середовища. Концепт подолання – це психологічний феномен, який має своє представництво і в сенсорно-перцептивних процесах, і в емоційно-когнітивних процесах і станах людини, і в її мотиваційній сфері, і в поведінкових актах, в яких відображаються фізичні об'єкти, що обмежують життєдіяльність людини.

3. *Подолання як трансгресія*. Детермінуюча функція протиріч, бар'єрів та обмежень представлена у трансгресивній теорії особистості, де представляється здатність до трансгресивних дій (вихід за межі), основним принципом своєї концепції особистості. Трансгресії руйнують старі і створюють нові утворення у зовнішньому та внутрішньому світах і цим перетворюють особистість та об'єктивну реальність.

Значні положення феномена подолання критичних спортивних ситуацій представлені й у концепції маргінальності. Маргінальність – поняття, що означає прикордонний стан людини між будь-якими соціальними групами. У маргінальної особистості психологи відзначають такі психологічні властивості, як підвищену рефлексію, критичне ставлення до навколишнього світу, відносність та розмитість світогляду, відстороненість і замкнутість.

4. *Подолання критичних спортивних ситуацій як прагнення нерівноважного стану*. Принцип стійкої нерівноваги живих систем: всі і тільки живі системи ніколи не бувають у рівновазі і виконують за рахунок своєї вільної енергії постійно роботу проти рівноваги, обумовленого законами фізики та хімії за існуючих зовнішніх умов. Робота, вироблена живою клітиною, виконується тільки за рахунок нерівноваги, а не за рахунок енергії, що надходить ззовні, тоді як у машині робота виконується безпосередньо і залежить від зовнішнього джерела енергії. Організм використовує енергію, що надходить ззовні, не на роботу, а тільки на підтримку даних нерівноважних структур.

5. *Подолання критичних спортивних ситуацій як активність у граничних ситуаціях*. Подолання бар'єру – це фундаментальний феномен,

який може бути представлений у різних психічних формах: у вигляді відчуття зусиль, у вигляді переживання небезпеки, у вигляді когнітивної невизначеності, у вигляді незадоволеної потреби та інших видів і різних рівнів функціонування, в яких представлені суперечливі властивості об'єктивного та суб'єктивного світів, що обмежують, перешкоджають і детермінують прояви життєдіяльності людини.

6. *Подолання критичних спортивних ситуацій як життєстійкість*. Модель життєстійкості дозволяє прояснити деякі положення феномена подолання критичних спортивних ситуацій. З урахуванням залучення знань про специфічні вміння та навички особистості, вони дозволяють сублімувати деякі особистісні особливості у можливості. Феномен життєстійкості спортсмена – це основа, яка дозволяє долати стресові спортивні стани і, водночас, це підсилювач поведінки спортсмена, який трансформує негативні спортивні переживання в нові можливості. Феномен життєстійкості включає три концепти: виклик, контроль та прийняття ризику.

7. *Подолання як пасіонарність*. Пасіонарність – це характеристика людини, що визначає її здатність переробляти життєву енергію. Пасіонарність – термін, введений для характеристики непереборного прагнення людей щодо реалізації своїх ідеалів. Пасіонарність – це характерологічна домінанта, непереборне внутрішнє прагнення діяльності, спрямованої на здійснення будь-якої мети. Пасіонарні люди шукають способи застосування своєї надлишкової енергії і при цьому іноді гинуть, оскільки їхня діяльність пов'язана з ризиком для життя.

З механізмом подолання критичних спортивних ситуацій пов'язаний і психологічний захист. Психологічний захист – не нормальний, а особливий спосіб вирішення ситуації та психологічного регулювання поведінки у ситуаціях ускладнення, ситуаціях певної неможливості. Психологічний захист ініціюється такими винятковими, екстремальними ситуаціями [1].

Таким чином, аналіз наукової літератури показав, що до теперішнього часу у спортивній психології накопичений значний обсяг знань, необхідний для постановки та вирішення проблеми подолання критичних спортивних ситуацій у спорті: розкрито зміст поняття подолання у спорті, проаналізоване поняття «психологічний бар'єр», виявлені бар'єри в творчій діяльності, запропоновані класифікації психологічних бар'єрів у професійній діяльності, розкритий зміст «стратегій подолання критичних спортивних ситуацій» та визначені функції обмежень та перешкод у педагогічній діяльності.

Література:

1. *Бахтін М. М. До філософії вчинку / Зібр. творів у 7 т. Х.: Мови слов'янської культури, 2003. Т. 1. С. 7– 68.*
2. *Загайнов Р. М. Кризові ситуації у спорті та психологія їх подолання: монографія. К.: Олімпійська література, 2020. 232 с.*