5. Квалификационные характеристики должностей работников образования // Об утверждении единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих. URL: http://www.klerk.ru/doc/158953/ (дата обращения: 12.09.2011).

6. *Ибрагимов И.И.* Правовая основа управления системой образования в Российской Федерации // Вестн. ТИСБИ: электрон. журн. 2006. № 2. URL: http://www.tisbi.ru/science/vestnik/2006/issue2/ Jur5.html (дата обращения: 08.07.2011).

E.A. Antonova
The Model of Personal Emotional Stability Formation on the Basis of Command Sports Application

A model of development of students' emotional stability on the basis of command sports application is presented. Pedagogical conditions of its successful realization are substantiated.

Key words and word-combinations: emotional stability, pedagogical conditions, command sports.

Представлена модель развития эмоциональной устойчивости студентов на основе использования командных спортивных игр. Обоснованы педагогические условия ее успешной реализации.

Ключевые слова и словосочетания: эмоциональная устойчивость, педагогические условия, командные спортивные игры.

УДК 159.923:796.1
ББК 88.37+75.5

Е.А. Антонова

МОДЕЛЬ ФОРМИРОВАНИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ УСТОЙЧИВОСТИ ЛИЧНОСТИ СТУДЕНТОВ НА ОСНОВЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ КОМАНДНЫХ СПОРТИВНЫХ ИГР

Кардинальные изменения, происходящие в социально-экономической, политической, культурной сферах современного российского общества, повлекли за собой реформирование системы образования. Модернизация российской системы образования предусматривается Концепцией долгосрочного социально-экономического развития Российской Федерации на период до 2020 года [1], имеющей значение стратегического документа. Отвечающая современным требованиям система образования видится основой динамичного экономического роста и социального развития общества, фактором, обеспечивающим благополучие граждан и безопасность страны.

Основной целью дальнейшего реформирования системы образования является создание эффективной системы, обеспечивающей высокое качество образования, его многообразие и удовлетворение запросов личности и

общества. Развитие системы образования предусматривает индивидуализацию процесса обучения, ориентацию на получение обучающимися практических навыков и фундаментальных умений.

Модернизированное профессиональное образование в Российской Федерации призвано способствовать воспитанию будущих профессионально компетентных специалистов, нацеленных на непрерывное повышение эффективности своей деятельности. Немаловажную роль при этом играет психолого-педагогическое обеспечение образовательного процесса, направленное на формирование качеств, способствующих повышению эффективности профессиональной деятельности будущего специалиста. Важной составляющей психологической подготовленности личности к различным видам деятельности, в том числе профессиональной, является эмоциональная устойчивость.

Под эмоциональной устойчивостью, как правило, понимается интегративное свойство личности, включающее в свою структуру эмоциональные, волевые, интеллектуальные и мотивационные компоненты психической деятельности, а также способность подавлять эмоциональные реакции. Эмоциональная устойчивость тесно связана с так называемой «силой воли», проявляющейся в терпеливости, настойчивости, самоконтроле, выдержке (самообладании). Исследованию эмоциональной устойчивости посвящен целый ряд работ [2–6].

Проблема эмоциональной устойчивости личности дополнительно актуализируется ускорением темпов жизни, стрессами, значительным увеличением интенсивности умственного труда, «информационным взрывом», другими факторами текущей действительности. Наиболее остро она ощущается в молодежной среде, включая студенчество.

Сегодня предъявляются высокие требования к эмоциональным ресурсам молодых специалистов и возникает необходимость изучения уровня эмоциональной устойчивости студентов на этапе обучения профессии.

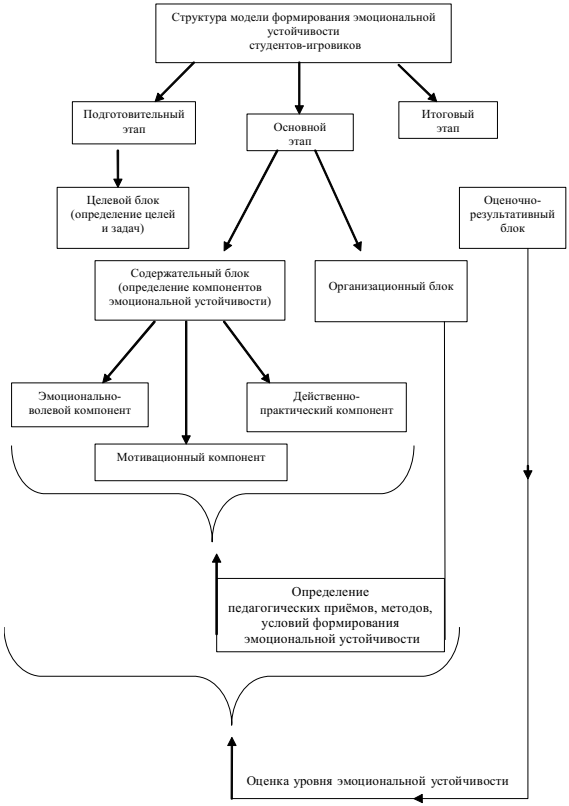
Студенческий период жизни, включающий в себя активные занятия физической культурой и спортом, наиболее продуктивен для формирования эмоциональной устойчивости, усвоения навыков сознательной саморегуляции и самоконтроля. Вот почему научный поиск путей и условий формирования эмоциональной устойчивости будущих специалистов именно в период их обучения в вузе представляется наиболее целесообразным.

Нами проведено исследование по выявлению уровня эмоциональной устойчивости у рядовых студентов и студентов-спортсменов, занимающихся игровыми видами спорта, в частности волейболом. Оно показало, что уровень эмоциональной устойчивости у студентов, ведущих активную студенческую жизнь, но не занимающихся спортивными играми, значительно ниже, чем уровень у студентов-игровиков.

В процессе занятий волейболом максимально проявляется эмоционально-волевой компонент как составляющая эмоциональной устойчивости. Малая социальная группа, в роли которой выступает спортивная команда, становится для студентов-спортсменов важной средой деятельности и значимым фактором воспитания личности. Групповые характеристики коллектива – сплоченность, эффективность, надежность – оказывают ощутимое воздействие на приобрете-

ние волевых качеств каждым членом команды. От игроков требуется проявлять эмоциональную устойчивость в стрессовых ситуациях.

Формирование и развитие эмоциональной устойчивости требует четкого определения целей и задач каждого из этапов обучения, в числе которых следует выделить: подготовительный, основной и итоговый. Выделение этапов производится в соответствии с построенной авторами моделью формирования эмоциональной устойчивости (рисунок).



Модель формирования эмоциональной устойчивости студентов

Подготовительный этап закладывает начальные ориентиры формирования эмоциональной устойчивости студентов-игровиков и является основой для последующих действий. Он включает в себя диагностику эмоциональной устойчивости; определение методов и форм организации тренировочной и соревновательной деятельности студентов, адекватной уровню развития их индивидуально-психологических особенностей.

Основной этап подготовки характеризуется личностной включенностью студента в деятельность по формированию и развитию эмоциональной устойчивости на основе актуализации смыслов и целей, адекватных игровой активности. В данном случае формирующую деятельность нельзя представить без совместной работы тренера и игрока. Это обусловливает принятие в качестве основы предлагаемой модели формирования эмоциональной устойчивости целого комплекса педагогических воздействий и взаимодействий. Отбор конкретных педагогических приемов варьируется в зависимости от постановки задач на подготовительном этапе. В процессе формирования эмоциональной устойчивости студентов отдается предпочтение педагогике побуждения как максимально эффективной при решении сформулированных задач.

Итоговый этап характеризуется включением студентов в процесс формирования эмоциональной устойчивости. На нем подводятся итоги формирования эмоциональной устойчивости, реализуется мониторинговая деятельность тренера по определению уровня эмоциональной устойчивости студентов. Студентами, в свою очередь, производится коррекция уже усвоенных знаний, умений и навыков в форме самоконтроля.

Спроектированная нами модель развития эмоциональной устойчивости студентов представлена следующими структурными блоками:

– целевой – устанавливаются цели и задачи развития эмоциональной устойчивости;

– содержательный – происходит определение компонентов эмоциональной устойчивости;

– организационный – выявляются педагогические условия и технологические составляющие развития эмоциональной устойчивости;

– оценочно-результативный – заключается в определении уровня развития эмоциональной устойчивости.

Анализ научной литературы и обобщение педагогического опыта позволили выделить компоненты эмоциональной устойчивости студентов-игровиков. Эмоционально-волевой компонент определяет степень волевого владения человеком своими эмоциями. Мотивационный компонент предполагает понимание и формирование готовности к развитию и саморазвитию эмоциональной устойчивости. Действенно-практический компонент направлен на применение и закрепление психолого-педагогических знаний, практических навыков и умений в ходе спортивной деятельности.

Результатом и одновременно входящей составляющей, непосредственно влияющей на работу всей модели, является комплекс педагогических приемов, методов, условий формирования эмоциональной устойчивости – это переменная, меняющаяся в ходе реализации модели и при этом оказывающая влияние на ее последующее функционирование.

Корректная работа модели возможна только при последовательной и системной реализации сформулированных педагогических условий. В первую очередь необходимо учитывать исходные личностные характеристики студента-игровика, детерминирующие успешность процесса формирования эмоциональной устойчивости. Далее следует оценить и учесть непосредственные обстоятельства процесса формирования эмоциональной устойчивости: организацию тренировочной и соревновательной деятельности студента-игровика, межличностные отношения и характер общения в команде, содержательную и эмоциональную сторону общения тренера со студентами, вовлеченность студента в команду (социальную группу), взаимодействие команды с окружающей средой. И, наконец, третий уровень педагогических условий может быть обозначен как ресурсное обеспечение процесса формирования эмоциональной устойчивости. Он включает в себя кадровое обеспечение процесса, обусловленное свойствами субъекта педагогической деятельности; материальное обеспечение деятельности; пространственно-временные параметры воспитательного процесса; сознательное изменение свойств среды, окружающей команды; информационное обеспечение воспитательного процесса; программно-методическое обеспечение воспитания эмоционально-волевых качеств личности.

Подводя итоги, следует сказать, что реализация модели формирования эмоциональной устойчивости студентов-игровиков – это сложный и многогранный процесс, требующий вдумчивого подхода со стороны тренера-педагога. Он должен быть знаком с эффективными методами, способами, разработками, новыми формами педагогического воздействия на обучаемых. В его деятельности сегодня не последняя роль отводится совершенствованию психических качеств личности будущих специалистов, последовательному и целенаправленному развитию их способностей к продуктивному профессиональному функционированию.

Таким образом, предварительные итоги нашей исследовательской работы позволяют утверждать, что командные спортивные игры в высшей школе являются действенным средством формирования эмоциональной устойчивости будущих специалистов. Умение преодолевать излишнее эмоциональное возбуждение, сформированная готовность к действию в напряженной профессиональной ситуации объективно повышает их конкурентоспособность на современном рынке труда.

Библиографический список

1. Концепция долгосрочного социально-экономического развития Российской Федерации на период до 2020 года. URL: http://www.intelros.ru/subject/ross_rasput/2020-koncepcija-dolgosrochnogo-socialno.html

2. *Левитов Н.Д. О* психических состояниях человека. М., 1964.

3. *Фресс П.* Эмоции // Экспериментальная психология. М., 1975. Вып. V. С. 111–195.

4. *Писаренко В.М.* Роль психики в обеспечении эмоциональной устойчивости человека // Психологический журнал. 1986. № 1. С. 62–72.

5. *Аболин Л.М.* Эмоциональная устойчивость и пути ее повышения // Вопросы психологии. 1989. № 4.

6. *Дьяченко М.И.*, *Пономаренко В.А.* О подходах к изучению эмоциональной устойчивости // Вопросы психологии. 1990. № 1. С. 106–113.