

## **ПРОБЛЕМЫ ПРЕЖДЕВРЕМЕННОГО ЗАВЕРШЕНИЯ СТУДЕНТАМИ СПОРТИВНОЙ КАРЬЕРЫ**

**Дергач Е. А.**

**научный руководитель канд. пед. наук С. К. Рябинина**  
*Сибирский федеральный университет*

Спортивную карьеру определяют как многолетнюю спортивную деятельность, направленную на высокие спортивные достижения и связанную с постоянным самосовершенствованием человека в одном или нескольких видах спорт.

Несмотря на очевидную важность исследования динамики спортивной карьеры, в современной научно-методической литературе подобные публикации представлены весьма скудно (Федоткина, 2004; Шихвердиев, 2010). Пожалуй, наиболее существенные исследования спортивной карьеры действующих спортсменов проводились Н. Б. Стамбуловой на кафедре психологии ГАФК им. П. Ф. Лесгафта (Стамбулова, 1997).

На сегодняшний день большая часть спортсменов осознает явную необходимость получения профессионального образования для построения карьеры в любом виде деятельности, в том числе и спортивной. Поступившие в вуз спортсмены-студенты позитивно относятся к сочетанию учёбы и спортивной деятельности. Однако в процессе обучения в вузе это отношение может меняться. Многие студенты уже ко второму курсу по ряду причин заканчивают свою спортивную карьеру, и мотивы поступления в вуз и мотивы учебной деятельности становятся разными. К тому же, особенности восприятия жизненных ситуаций могут иметь различную выраженность и по-разному влиять на успешность деятельности. Таким образом, изучение причин завершения спортивной карьеры у студентов-спортсменов является весьма актуальным.

С целью выявления основных причин завершения студентами спортивной карьеры мы провели анкетирование. Согласно общим требованиям была разработана анкета, содержащая 36 вопросов, которые были сгруппированы в 4 блока: «семья», «тренировочный процесс», «переход», «обучение».

В нашем исследовании приняли участие 196 завершивших спортивную карьеру спортсменов. В их числе: 1 заслуженный мастер спорта, 8 мастеров спорта международного класса, 56 мастеров спорта России, 75 кандидатов в мастера спорта, 54 – спортсмены I разряда, и 2 спортсмена II разряда. Спортсмены, имеющие звание «Мастер спорта международного класса России» и «Мастер спорта России» входили в состав национальных и молодежных сборных команд России. В исследовании приняли участие представители команд по беговому и лыжному ориентированию, плаванию в ластах, спортивному плаванию, биатлону, лыжным гонкам, легкой и тяжелой атлетике, единоборствам, скалолазанию, игровым видам спорта – всего около 30 видов спорта. Участвовавшие в исследовании спортсмены являлись студентами различных вузов России как по-спортивному, так и по неспортивному профилю.

Участники исследования были нами сгруппированы с учетом возраста, в котором они прекратили занятия спортом. Группа «А» – от 16 до 18 лет – период поступления в вуз и адаптация к учебной деятельности; группа «В» – от 19 до 21 года – «глубокая» адаптация в вузе, совмещение обучения и спортивных занятий; группа «С» – от 22 до 25 лет – период окончания вуза и определение будущей профессии. В результате

исследования нами были выявлены основные причины ухода из спорта (завершения спортивной карьеры) среди групп разного возраста.

**Группа «А».** Основной причиной для 16% респондентов стала трудность совмещения обучения в вузе и спортивных занятий. Т. к. в этот период времени спортсмен чаще всего задумывается о будущей профессии, то поступая в высшее учебное заведение для получения определенной специальности, не всегда удается полноценно совмещать учебу и серьезные занятия спортом. 12% спортсменов завершили спортивную карьеру по причине отсутствия смены детского тренера при переходе во взрослую группу, а так же, возможно были плохие отношения с тренером или вообще его отсутствие. Не в каждом вузе есть возможность заниматься избранным видом спорта – могут отсутствовать специализации, спортивные секции. В тех случаях, когда всё же удаётся продолжить занятия спортом, спортсмен-студент не всегда находит взаимопонимание с новым тренером. 14% респондентов хотели бы иметь профессию, не связанную со спортом. Очевидно, что еще во время обучения школе, молодые люди задались целью стать врачом, программистом или кем-то другим, и что в их жизни спорт не будет занимать первую позицию, а станет только хобби. Для 12% спортсменов наличие травмы или старых недолеченных травм в дальнейшем помешало занятиям спортом. Очевидно, здесь имеют место последствия «натаскивания» на результат молодых спортсменов, которые не справились с предлагаемым объёмом физической нагрузки и психологическими последствиями такой деятельности. Мы можем говорить о некомпетентности тренеров, которые своими неграмотными действиями потеряли, возможно, и потенциальных олимпийских чемпионов в различных видах спорта. Как показали наши исследования, немаловажным фактором в продолжительности спортивной карьеры, оказалось отсутствие роста спортивных результатов у 7% опрошенных.

Безусловно, существует много мотивов, побудивших людей к занятиям спортом. Респондентами этой группы выделены следующие мотивы: «интерес к спорту» – 41,5%; «поездки по стране, миру» – 18,3%; «общение с друзьями» – 18,3%; «достижение наивысших результатов в спорте» – 17,1%; «финансовое благополучие за счет спорта» – 0%; «здоровый образ жизни» – 4,9%. Как видим, преобладает эмоциональный компонент – занимающиеся хотят общаться, «посмотреть мир», поддержать здоровье. О материальном компоненте (заработке за счет спорта как профессии) они ещё не думают, т.к. их пока обеспечивают родители. И только пятая часть предполагает получить практический выход от тренировочных занятий в виде успешных выступлений на соревнованиях. При этом для 58,5% опрошенных вполне достаточно выполнить норматив кандидата в мастера спорта или мастера спорта, а 31,7% считают, что их занятия спортом – «как пойдут, так и будет», т.е. каких-либо конкретных целей они перед собой не ставили. И всего 9,8% из опрошенных ставят своей целью выступления на Чемпионатах мира, Европы, Олимпийских играх! Видимо, над долгосрочной спортивной мотивацией юных спортсменов детские тренеры работают очень плохо и даже за несколько лет тренеры не смогли заинтересовать спортсменов продолжить занятия спортом. Отсюда 12% опрошенных нами спортсменов в качестве одной из причин прекращения занятий спортом назвали именно отсутствие спортивной цели, мотивации. К сожалению, это довольно высокий процент, если учесть, что стаж тренировок составлял несколько лет.

**Группа «В».** По результатам нашего исследования мы видим, что основная, доминирующая причина ухода из спорта – отсутствие спортивной цели, мотивации. Удивляет, что при длительном стаже тренировочных занятий, достаточно большое количество респондентов – 16% прекратили занятия спортом по причине низкой мотивации к занятиям спортом. Видимо, имеет место недостаточно качественная

работа тренеров в этом направлении. Остальные причины ухода с достаточно высокими показателями по степени значимости примерно равны. 12% опрошенных прекратили занятия спортом по причине отсутствия материальной составляющей – т.е. заработка за счет спорта как профессии. Количество желающих иметь профессию, не связанную со спортом составило 11%. Очевидно, что данная категория студентов так и не изменила своего отношения к спорту, посчитав его временным явлением.

Существует точка зрения, которую разделяют далеко не все специалисты и спортсмены, что академические занятия в вузе «отвлекают» от занятий спортом: в первую очередь сторонники этой точки зрения делают акцент на недостатке времени на восстановление, оставшееся после подготовки к академическим занятиям. Между тем, существует масса примеров, когда спортсменам, даже входящим в состав сборных команд страны, удавалось успешно сочетать академические занятия и тренировки. При этом студенты, продолжившие занятия спортом, считают, что «их занятия спортом стали мешать учебе» – таковых 49,2%; 39% считают, что они адаптировались к совмещению учебы и спорта; всего 8,5% считают, что во время обучения в вузе у них «появилась возможность уделять спорту больше времени». Но, видимо, для ряда студентов, еще не достигших высоких спортивных результатов, приходится делать выбор в пользу одного из видов деятельности. В данной возрастной группе из-за невозможности совмещения занятий спортом и учебы в вузе закончили спортивную карьеру 10% респондентов.

В то же время из-за отсутствия тренера или плохих взаимоотношений с новым тренером закончили занятия спортом 7% респондентов. 6% и 4% респондентов в качестве причины ухода из спорта назвали получение травмы или перетренированность (в данной группе 48,2% опрошенных не справились с возросшим объёмом нагрузки). Среди остальных причин, по которым были завершены занятия спортом, респонденты назвали: «потеря интереса к тренировкам, спорту» – 8%, «отсутствие роста во взрослом спорте» – 8%.

В качестве мотива, побудившего к занятиям спортом, в данной возрастной группе преобладает интерес к спорту – 36,4%; мотивация к достижению наивысших результатов в спорте по сравнению с другими группами возросла – 20%; общение с друзьями – 20,8%; возможность поездок по стране, миру – 18,4%; финансовое благополучие за счет спорта – 4% и стремление к здоровому образу жизни – 4%. Как видим, все так же преобладает эмоциональный компонент – занимающиеся хотят общаться, «посмотреть мир». О материальном компоненте (заработке за счет спорта, как профессии) думают, так же как и в группе «А», лишь немногие, т.к. их пока обеспечивают родители. Возрос компонент достижения наивысших результатов в спорте. На практике же у 35,7% респондентов спортивные результаты остались на прежнем уровне, а у 30,4% и вовсе снизились.

**Группа «С».** Этот период, по сравнению с двумя, представленными выше, мы можем характеризовать как наиболее сложный. Студент заканчивает обучение в вузе и встает перед выбором, каким образом строить свою дальнейшую жизнь. Но, как показали результаты исследования в данной возрастной группе, причин, по которым спортсмены преждевременно заканчивают занятия спортом, еще достаточно много и они отличны от других возрастных групп. Так одной из причин прекращения занятий спортом становится изменившееся семейное положение 11% респондентов. Создание семьи, безусловно, является существенной причиной для этого, особенно если возникает нехватка времени на тренировки и (или) недостаток материальных средств. Причём 19% опрошенных покинули спорт именно из-за отсутствия заработка за счет спорта, как профессии. Достаточно высок процент покинувших спорт из-за серьезной травмы или совокупности недолеченных «старых» травм – 11%. Здесь мы, по всей

видимости, можем говорить о невысоком уровне профессиональной компетентности тренеров, не обеспечивших надлежащим образом учебно-тренировочный процесс. При этом 91,7% опрошенных «после травмы восстановились, но роста спортивных результатов не было и все равно завершили спортивную карьеру».

9% спортсменов покинули спорт из-за отсутствия мотивации к дальнейшим занятиям спортом. Если спортсмен не видит необходимости выбирать профессию, так или иначе связанную со спортом, приходит разочарование, таковых – 14%. По результатам исследования мы выявили, что 24,2% респондентов, закончив профессиональный спорт и получив высшее образование, планируют работать вне сферы, связанной со спортом, 45,5% будут работать в спортивной сфере, у 30,3% до сих пор нет определенности в этом вопросе.

По сравнению с другими возрастными группами несколько снизился процент спортсменов, ушедших из спорта из-за невозможности совмещения учебы и спорта в вузе – 3%. Также были названы другие причины: «отсутствие финансирования поездок на сборы, соревнования» – 6%; «потеря интереса к спорту» – 6%; «отсутствие тренера или плохие взаимоотношения с новым тренером» – 5%.

Таким образом, по результатам нашего исследования мы выявили и составили рейтинг основных причин, побудивших студентов-спортсменов разных возрастных групп преждевременно прекратить занятия спортом.

#### **Причины ухода из спорта студентов-спортсменов от 16 до 18 лет.**

1. Трудность совмещения учебных и спортивных занятий.
2. Желание иметь профессию, не связанную со сферой спорта.
3. Наличие травмы или совокупность старых травм.
4. Отсутствие спортивной цели или сниженной мотивации.
5. Смена или отсутствие тренера; плохие взаимоотношения с тренером.

#### **Причины ухода из спорта студентов-спортсменов от 19 до 21 года.**

1. Отсутствие мотивации.
2. Отсутствие заработка за счет спорта.
3. Желание иметь профессию, не связанную со спортом.
4. Трудность совмещения учебных и спортивных занятий.
5. Отсутствие финансирования занятий, учебно-тренировочных сборов, соревнований.
6. Отсутствие результатов во взрослом спорте.

#### **Причины ухода из спорта студентов-спортсменов от 22 до 25 лет.**

1. Отсутствие заработка за счет спорта.
2. Желание иметь профессию, не связанную со сферой спорта.
3. Семейные обстоятельства.
4. Отсутствие мотивации.
5. Наличие травмы или совокупность старых травм.

Представленные результаты показывают тревожную ситуацию, сложившуюся в спорте – при переходе из юношеского спорта во взрослый спорт высших достижений. Своевременный анализ и учет действующими тренерами причин ухода спортсменов из спорта будет способствовать росту спортивного потенциала в нашем крае и позволит тренерам более четко планировать карьеру своих воспитанников.