

**Багметов Максим Владимирович**

студент

**Федотова Галина Викторовна**

старший преподаватель

ФГБОУ ВО «Кубанский государственный  
аграрный университет им. И.Т. Трубилина»

г. Краснодар, Краснодарский край

DOI 10.31483/r-167907

## **ВЛИЯНИЕ КОМАНДНЫХ ВИДОВ СПОРТА НА СОЦИАЛИЗАЦИЮ СТУДЕНТОВ ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЙ**

***Аннотация:** в статье рассматривается проблема высокого уровня стресса у современных студентов и обосновывается необходимостью изучения их участия в командных видах спорта как эффективного механизма социализации. Авторы подчеркивают, что коллективная спортивная деятельность, в отличие от индивидуальных тренировок, позволяет студентам получить опыт взаимодействия с другими людьми, освоить навыки сотрудничества и научиться разделять общие цели. Внимание уделяется сравнению командных и индивидуальных видов спорта с акцентом на развитие групповой солидарности, коммуникаций и коллективной ответственности.*

***Ключевые слова:** командные виды спорта, социализация, коммуникативные навыки, студенты, групповая ответственность, эмоциональная устойчивость.*

***Введение.** Подростки на сегодняшний день сталкиваются с большим количеством стресса, а это обуславливает их тяжелый и достаточно специфический характер. В этой связи важно изучить участие студентов спортивной деятельности, потому что именно она позволит им получить опыт взаимодействия с другими людьми, научиться сотрудничеству и разделять коллективные цели.*

Когда студент участвует в командных видах спорта, примерами которых может быть баскетбол, волейбол, от него требуется принятие участия в совместных действиях. Данное участие позволит ему развить навыки групповой

солидарности и базовые навыки общения коммуникации со своими сверстниками. По сравнению с индивидуальными видами спорта, где развивается личная личные достижения студента, где требуется высокий уровень самоорганизации и самодисциплины, в командных видах спорта делается акцент на коллективной ответственности и коллективном участии в достижении результата [1].

*Результаты и их обсуждение.* Исследования говорят о положительных сторонах коллективным занятием спорта у подростков: происходит формирование социальных связей, командной поддержки, коммуникации. Студенты обучаются сотрудничеству для того, чтобы достичь какой-либо общей цели результата, учатся распределять роли и нести ответственность всей командой. Происходит развитие навыков гибкости в коммуникации и общении, эмпатии. Некоторые исследования указывают на то, что студенты, которые больше занимаются командным спортом, показывают более высокую удовлетворенность личной жизнью и эмоциональную устойчивость. У данных студентов, как правило, повышается общий уровень настроения, повышается самооценка, развиваются социальные навыки [1].

На развитие общения у подростков также влияет роль тренера, который для того, чтобы достичь желаемого результата от коммуникации в команде, должен придерживаться демократического стиля руководства, который предполагает принятие совместных решений, открытое обсуждение членов команды. Многие футбольные академии за рубежом и в России практикуют обсуждения результатов игры после матчей и даже после простых тренировок. Подростки обсуждают между собой и анализируют свои ошибки и предлагают решения этих проблем. Мало того, что данный способ позволяет развивать общение у подростков, он также формирует фундамент для развития критического мышления. Именно поэтому здесь важен демократический стиль взаимодействия тренера и команды, в то время как авторитарный будет показывать более результативную дисциплину, но при этом будет подавлять инициативу и понижать уровень доверия внутри команды.

Практическое применение демократическое взаимодействие тренера с командой нашло в командах по хоккею, где подростки проводили дискуссии каждую неделю, а это сплачивало их команду и снизило уровень конфликтов на 40% по сравнению с другой исследуемой группой [1].

Выделим также тот факт, что тренер сам заинтересован в том, чтобы отношения в команде были благоприятными, потому что именно от них будет зависеть успех соревнований. Членам команды важно достичь феномена совокупного субъекта, при котором участники будут ощущать себя единым целым и испытывать чувство удовлетворения и прилива энергии от совместной деятельности. Особенно это важно если группа гендерно не одинакова [2].

Показатели чувства сопричастности и коммуникабельности развиваются именно в командных видах спорта, но не в индивидуальных. Отметим, что у индивидуальных спортсменов наиболее выражено проявляется склонность быть более эмоционально уязвимым, выражать тревожные переживания, переживать большое количество психологических стрессов. Из преимуществ индивидуального вида спорта можно отметить их высокую результативность лично личностного роста, что закаливает силу воли [1].

Командный вид спорта отличается тем, что, несмотря на исход игры, члены команды всегда извлекут выгоду в виде получения нового опыта, анализа ошибок, развития коммуникационных навыков, навыков общения, критического мышления, сопричастности, командного духа [1].

Командный спорт позволяет развить навык эффективного взаимодействия в группе, когда студенты будут учиться сотрудничать, решать конфликты, принимать решения в команде и, самое главное, доверять друг другу. Как говорилось ранее, участие в командных играх говорит о том, что ответственность будет не единоличной, а командной, коллективной. В этой же связи отметим, что студенты учатся соблюдать правила, уважать решение тренера и товарищей по команде. Формируется эмоциональная устойчивость и умение сохранять спокойствие даже в сложных ситуациях, потому что организм студента будет попросту к этому привык. Неявным положительным исходом участия в команде является

проявление лидерских качеств, когда студент в случаях становление капитаном команды может в раннем возрасте научиться брать на себя ответственность за общий результат команды, научиться мотивировать других. Все это формирует общий уровень социальной адаптации подростка [3].

Тренируясь в команде, студенты учатся слышать и понимать друг друга. Понимать друг друга они могут и в сложных ситуациях у одного из членов команды. В настоящее время студентов может одолевает тревога, стресс от учебы или работы и такому студенту будет нужна поддержка, которую может оказать команда [4].

Одним из основных механизмов влияние спорта на социализацию становится распределение ролей внутри команды. Процессе занятий студент занимает определенную позицию (это может быть лидер или игрок, выполняющий вспомогательные функции) и постепенно начинает действовать в соответствии с требованием этой роли. Например, студент, который в повседневной учебной деятельности может избегать ответственности, в спортивной команде вынужден принимать решения в игровых ситуациях и брать на себя конкретные задачи, т.к. без этого команда будет терять эффективность. Немаловажную роль будет играть развитие навыков общения в условиях ограниченного времени. В игре невозможно подробно обсуждать какое-либо действие, именно поэтому студенты используют короткие команды, жесты, взгляды, быстро реагируют на действия партнеров. Данные факты формируют умение понимать других без излишних объяснений и быстрее включаться в совместную работу. В спортивной команде авторитет студента будет определяться не словами или внешними характеристиками, а тем, насколько он полезен игре. Даже если в обычной студенческой группе какой-либо студент будет менее заметен, то в команде при ситуациях, когда он стабильно и точно будет выполнять передачи или хорошо защищаться, он будет более значимым для всей группы [5–7].

Здесь важно отметить, что не каждая команда с первых дней своего существования будет идеальной. Нужно уметь разговаривать и аргументировать свою позицию. В командных видах спорта ошибки сразу видны всем участникам и на

них часто дают прямую обратную связь. Например, после неправильного действия партнеры могут сразу указать, как нужно было сыграть. В этой связи тренеру или преподавателю нужно дать понять студенту, что это нормально и что ему нужно спокойнее воспринимать такие замечания. Со временем он начнет корректировать свое поведение, прислушиваться к мнению своих сотоварищей. В то же время сокомандники должны проявлять адекватную реакцию на ошибку или просчеты участника команды [5–7].

Самое главное для преподавателя в командных играх – это дать понять, что результат команды невозможен без участия каждого. Иными словами, сильный игрок не сможет выиграть матч в одиночку, если остальные не выполняют свои задачи. Развитые качества благодаря командному виду спорта со временем перенесутся и на учебную деятельность, и на жизнь студента, где он начнет лучший понимать важность коллективной работы.

*Выводы.* Таким образом регулярные занятия командными видами спорта способствуют формированию студентов умение эффективно взаимодействовать в группе, разрешать конфликты, принимать совместные решения, доверять друг другу. Отдельно отметим, что демократический стиль поведения тренера играет ключевую роль в этом процессе, потому что он стимулирует открытое обсуждение ошибок и развитие критического мышления вместо подавления инициативы. Приобретенные спортивной команде навыки (от распределения ролей до эмоциональной устойчивости в стрессовых ситуациях) успешно переносятся на учебную деятельность и повседневную жизнь студента.

### *Список литературы*

1. Левицкая С.В. Сравнение эффективности командных и индивидуальных видов спорта для социализации подростков / С.В. Левицкая // Челябинский гуманитарий. – 2025. – №4 (73). – С. 73–80. DOI 10.47475/1999-5407-2025-73-4-73-80. EDN HWQTMQ
2. Алекса П.С. Влияние командных видов спорта на межличностные отношения в студенческой группе / П.С. Алекса // Сетевое издание «Солнечный

свет». – 2026. – URL: <https://solncesvet.ru/opublikovannyye-materialyi/vliyanie-komandnyh-vidov-sporta-na-mejli.24511646664/> (дата обращения: 30.05.2026).

3. Пожималин В.Н. Влияние командных видов спорта на становление личностной зрелости студентов / В.Н. Пожималин, В.А. Кожина // Проблемы педагогики. – 2024. – №4 (68). – С. 36–38. EDN PCMRIC

4. Андронов И.В. Значение командного спорта в воспитании / И.В. Андронов // Молодой ученый. – 2024. – №51 (550). – С. 666–668. EDN AFDSES

5. Проскурина Е.Ф. Роль командных видов спорта в развитии лидерских качеств у студентов / Е.Ф. Проскурина, О.В. Стрельцова // Человек. Социум. Общество. – 2025. – №S3 – С. 63–67.

6. Джапарова С.Ш. Влияние физической активности на снижение эмоциональной нагрузки студентов / С.Ш. Джапарова, Т.В. Ковалева // Гуманитарный научный журнал. – 2025. – №5–2. – С. 424–427. – EDN LQHHLR.

7. Пушкарева В.О. Роль тренера в обучении плаванию. Методики и подходы / В.О. Пушкарева, Т.В. Ковалева, Т.А. Ильницкая // Педагогические чтения, посвященные памяти профессора В.П. Манухина, в честь 30-летия Московского гуманитарно-экономического университета: материалы II Всероссийской научно-практической конференции с международным участием (Мурманск, 21 ноября 2024 года). – Чебоксары: Среда, 2024. – С. 271–274. – EDN CPBESK.

8. Ахматгатин А.А. Эффективность занятий рукопашным боем в физическом воспитании студентов / А.А. Ахматгатин, С.М. Струганов // Современные проблемы науки и образования. – 2019. – №5. – С. 28. – EDN DQSCRG.

9. Развитие специальной гибкости у волейболистов / А.А. Ржанов, А.А. Ахматгатин, В.Ю. Лебединский, А.В. Яни // Теория и практика физической культуры. – 2023. – №8. – С. 95–97. – EDN ICQFCN.