

УДК 796.325

**ВОЛЕЙБОЛЬНОЕ МЫШЛЕНИЕ КАК ОДНА ИЗ СТРАТЕГИЙ
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО РОСТА БУДУЩИХ СПЕЦИАЛИСТОВ**

Жилина Л. В.

Доцент,

Белгородский государственный национальный исследовательский университет

Белгород, Россия

Рожнова А. А.

студент,

Калужский государственный университет им. К. Э. Циолковского

Калуга, Россия

Рожнов А.А.

Старший преподаватель,

Калужский государственный университет им. К. Э. Циолковского

Калуга, Россия

Маркина А.А.

студент,

Калужский государственный университет им. К. Э. Циолковского,

Калуга, Россия

Аннотация

В данном исследовании волейбол рассматривается как командный вид спорта, требующий от спортсменов не только физической выносливости, но и стратегического мышления. Кроме того, данный спорт в статье показан как ключевой критерий для достижения успеха в профессиональной деятельности молодежи, ввиду его влияния на личностные качества и навыки, необходимые для карьеры. Анализируется процесс игры в волейбол, развитие и понимание своей роли в команде, умение общаться и договариваться о тактиках во время

Дневник науки | www.dnevniknauki.ru | СМИ Эл № ФС 77-68405 ISSN 2541-8327

тренировок, знание сильных и слабых сторон напарников, чёткое осознание своей зоны ответственности.

Ключевые слова: волейбол, командная работа, стратегия, коммуникация, профессиональный рост.

***VOLLEYBALL THINKING AS ONE OF THE STRATEGIES FOR
PROFESSIONAL GROWTH OF FUTURE SPECIALISTS***

Zhilina L. V.

Associate Professor,

Belgorod State National Research University

Belgorod, Russia

Rozhnova A. A.

student,

Kaluga State University named after K. E. Tsiolkovsky

Kaluga, Russia

Rozhnov A.A.

Senior lecturer,

Kaluga State University named after K. E. Tsiolkovsky

Kaluga, Russia

Markina A.A.

Student,

Kaluga State University named after K. E. Tsiolkovsky,

Kaluga, Russia

Abstract

In this study, volleyball is considered as a team sport that requires athletes not only physical endurance, but also strategic thinking. In addition, this sport is shown in the

article as a key criterion for achieving success in the professional activities of young people, due to its influence on personal qualities and skills necessary for a career. The process of playing volleyball, development and understanding of one's role in the team, the ability to communicate and agree on tactics during training, knowledge of the strengths and weaknesses of teammates, a clear understanding of one's area of responsibility are analyzed.

Keywords: volleyball, teamwork, strategy, communication, professional growth

В данный период времени востребованный работник, это специалист со сформированным комплексом компетенций для успешного выполнения профессиональной деятельности и личностной самореализации. Современные исследования говорят о том, что определенные профессиональные навыки у будущих специалистов могут быть сформированы посредством занятий спортом. Отмечено, что в настоящее время многие вузы используют в качестве средства физического воспитания студентов волейбол. Волейбол, как любая командная спортивная игра развивает не только физические качества, но и способствует развитию у молодежи ценных качеств и навыков, необходимых им в дальнейшей жизни и производственной деятельности [3], в том числе благодаря специфике волейбольного мышления.

Как и любой вид спорта, волейбол имеет свою стратегическую направленность. Поэтому волейболисты отлично владеют стратегическим мышлением и другими навыками, которые они используют не только во время игры, но и профессиональной сфере. Результат игры полностью зависит от слаженной работы все игроков. Каждый член команды должен не только выполнить свою обязанность, но и продумать алгоритм получения командного результата, посредством регулирования и отслеживания всех действий, координации и взаимопомощи. Таким образом получает развитие опыт командной работы, который в настоящее время бесценен в профессиональной сфере. Например, востребованный специалист должен владеть такими

Дневник науки | www.dnevniknauki.ru | СМИ Эл № ФС 77-68405 ISSN 2541-8327

ЭЛЕКТРОННЫЙ НАУЧНЫЙ ЖУРНАЛ «ДНЕВНИК НАУКИ»

компетенциями, как *soft skills* (гибкие навыки), - это и умение работать в коллективе, и высокий уровень коммуникабельности, а также ответственность и исполнительность. Такие компетенции помогают даже опытному специалисту эффективно самопрезентироваться, развивать эмпатию. Такой работник всегда будет в центре внимания. Кроме того, данные компетенции дают работникам возможность избегать конфликтов, а также слушать собеседников и прислушиваться к чужим мнениям.

Любой волейболист знает, что стратегия является одной из самых главных этапов игры. При её разработке важно учитывать, как сильные, так и слабые стороны соперника, а также в любой момент игры суметь спрогнозировать развитие событий. В условиях высокой конкуренции выстроенная стратегия развития, анализ конкурентов и новые подходы помогают создать уникальные предложения, сделать продукт или услугу более привлекательными для клиентов и выделиться на рынке [5]. Таким образом, будучи начинающими специалистами, волейболистам будет не так трудно эффективно решить поставленные задачи за ограниченное время, так как данный навык развивается во время игры в волейбол.

Отмечено, что волейбольное мышление позволяет за короткое время адаптироваться к ошибочной ситуации, выявить ключевой фактор, из-за которого произошло проигрышная ситуация и внести корректировку в тактический план игры [6]. Данные особенности позволяют учиться на своих ошибках и адаптироваться к ним являясь важным навыком в профессиональной сфере. Современные исследователи установили, что боязнь совершать ошибки и отсутствие оправданного риска являются причиной отсутствия креативного подхода в решении профессиональных задач, и замедления генерации новых идей, а инновационное мышление и креативный подход высоко ценится работодателями, которые стремятся сделать свою компанию конкурентоспособной и востребованной.

Важной фигурой в команде является ее капитан. В его задачи входят и ответственность за команду, и мотивация игроков, и принятие важных решений, от которых может зависеть исход игры [4]. В профессиональной сфере – это лидер, способный сформировать вокруг себя единомышленников, человек, готовый идти на риск. Для достижения амбициозных целей необходим позитивный настрой, дающий лидером. В его задачи входят создать такой коллектив, который сможет выходить за рамки собственных возможностей.

Умение четко и ясно выражать свои мысли - это правило, которое необходимо соблюдать, как на волейбольной площадке, так и за ее пределами, например, в профессиональной сфере. Занятия волейболом требуют от игрока быстроты мышления в контексте моментальной реакции и четкой передачи информации. Данная привычка воспитывает умение ясно и коротко высказывать свою мысль. Неспособность доносить свои мысли в профессиональном коллективе ведет к недопониманиям, глупым ошибкам, а также к снижению производительности и личной мотивации. Успешная коммуникация укрепляет отношения в рабочем коллективе.

Волейбол это, в первую очередь, дисциплина, которая вырабатывается путем регулярных тренировок, что в свою очередь формирует стальной характер, силу воли, а также способность достигать поставленных целей. Спортсмен учится самостоятельно преодолевать трудности, находить в себе силы и бороться за победу до конца, даже если кажется, что эмоции берут верх, а сил больше нет.

В профессиональной среде также необходимо развивать целеустремленность. Выдержка и самообладание, характерные для волейболистов, помогают преодолевать неблагоприятные эмоциональные состояния в экстремальных условиях. Хороший сотрудник всегда будет заканчивать задачи в срок, даже если почувствует, что у него пропадает

мотивация. Такие люди, как правило, с легкостью достигают долгосрочных целей.

Отмечено, что волейбол один из самых напряженных видов спорта. Поэтому игроки стараются сдерживать свои эмоции и переключить свое внимание на задачу и способы ее решения. Попад в критическую ситуацию на работе, такое качество как стрессоустойчивость будет верным путем для решения проблемы. Для достижения успеха в волейболе спортсмен должен уметь управлять своими эмоциями, действиями, психическим состоянием при различных состояниях организма, в условиях утомления, действиях сбивающих факторов [2]. Умение держать лицо высоко ценится в работе с клиентами. Стрессоустойчивость – залог клиентской удовлетворенности и поддержания своего эмоционального состояния.

Баланс между учебной, спортивной и личной жизнью требует отличной самоорганизации и навыков планирования времени (time management) [1]. Владение данными компетенциями повышает эффективность и производительность, позволяя тратить меньше времени на рутинные дела и больше времени на приоритетные занятия. Эти навыки незаменимы в профессиональной среде, так как ежедневно необходимо уметь распределять рабочее время на поставленные задачи. Применяя тайм-менеджмент, сотрудник оптимизирует процесс работы и снижает уровень стресса.

Здоровая конкуренция, в свою очередь, стимулирует желание самосовершенствоваться в профессиональной сфере. Развитое волейбольное мышление позволяет волейболистам, видящим перед собой наиболее сильную команду, учиться на их примере и стремиться к лучшим результатам. Совершенствование мастерства в условиях преодоления возникающих трудностей, стремление не останавливаться на пути к достижению цели характеризуют такое волевое качество, как настойчивость. Специалисты, имеющие здоровые амбиции, как правило, наиболее заинтересованы в работе,

не боятся брать на себя больше ответственности. Работодатели, видя такую увлеченность, стараются поощрять таких сотрудников и мотивировать еще больше.

Таким образом, «волейбольное мышление» - это далеко не метафора, а набор навыков, повышающий шансы на успех в профессиональной деятельности. Регулярные тренировки волейбола – это инвестиция в развитие личностных компетенций, необходимых каждому современному специалисту. В мире, где информационная среда играет ключевую роль в развитии новейших технологий молодым работникам важно обладать не только техническими навыками, но и мягкими, так называемыми soft skills. Такой командный вид спорта как волейбол является эффективным способом развития этих компетенций, а также повышения конкурентоспособности на ранке труда.

Библиографический список:

1. Liu Y. et al. An overview of finite/fixed-time control and its application in engineering systems //IEEE/CAA Journal of Automatica Sinica. – 2022. – Т. 9. – №. 12. – С. 2106-2120.
2. Белов М. С., Кисляков П. А., Силаева О. А. Исследование моральных и просоциальных норм в спорте //Теория и практика физической культуры. – 2023. – №. 7. – С. 108-110.
3. Макеева, В. С. Формирование профессиональной и личностной зрелости студента средствами и методами физической культуры / В. С. Макеева, Е. А. Широкова // Публичное/частное в современной цивилизации: сборник научных трудов XXII российской научно-практической конференции (с международным участием), Екатеринбург, 16–17 апреля 2020 года. – Екатеринбург: Автономная некоммерческая организация высшего образования "Гуманитарный университет", 2020. – С. 516-523.

ЭЛЕКТРОННЫЙ НАУЧНЫЙ ЖУРНАЛ «ДНЕВНИК НАУКИ»

4. Николаев, А. Н. и др. Критерии выбора капитанов волейбольных команд по признакам их лидерского поведения //Теория и практика физической культуры. – 2022. – №. 11. – С. 15-17.

5. Рожнов, А. А. Реализация процесса обучения волейболу студентов вузов в рамках предмета "Физическая культура" / А. А. Рожнов, М. А. Соломченко, В. Н. Белевский, К. Е. Чистяков // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт. – 2020. – № 6. – С. 78-84.

6. Чжи Я., Губа В. П., Хуан Ю. Эволюция теории и практики подготовки женской национальной волейбольной команды Китая //Теория и практика физической культуры. – 2021. – №. 1. – С. 73-75.

Оригинальность 76%