

Ф.Г. ХАМИКОЕВ

А.Н. ДОЕВА

**ЦЕННОСТНОЕ ОТНОШЕНИЕ
МОЛОДЕЖИ К ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
И СПОРТУ**

Владикавказ 2018

ФГБОУ ВО «Северо-Осетинский государственный университет
им. К.Л. Хетагурова»

Ф.Г. ХАМИКОВ

А.Н. ДОЕВА

**ЦЕННОСТНОЕ ОТНОШЕНИЕ
МОЛОДЕЖИ К ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
И СПОРТУ**

Владикавказ 2018

УДК 37.037

ББК 75.1

x18

Рекомендовано решением Методического
совета СОГУ

ISBN 978-5-98935-147-3

Рецензенты: доктор педагогических наук, профессор
З.Б. Цаллагова (г. Москва)
доктор педагогических наук, профессор
З.К. Каргиева

Хамиков Ф.Г.,

Доева А.Н.

X18

Ценностное отношение молодежи к физической культуре и спорту / учебное пособие. –
Владикавказ: Издательство СОГУ, 2018. –
52 с.

В учебном пособии рассматриваются вопросы формирования межличностных отношений в спортивном коллективе подростков.

Учебное пособие рассчитано на учителей физической культуры, тренеров, аспирантов и студентов факультетов физической культуры и спорта.



СОДЕРЖАНИЕ


ВВЕДЕНИЕ	4
ГЛАВА I. СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ ВОПРОСА ФОРМИРОВАНИЯ ЦЕННОСТНОГО ОТНОШЕНИЯ К ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ЛИЧНОСТИ В СОВРЕМЕННЫХ УСЛОВИЯХ.....	6
1.1. Формирование физической культуры подростков как психолого-педагогическая проблема.....	6
1.2. Коллектив – основное звено формирования межличностных отношений	14
ГЛАВА II. ИССЛЕДОВАНИЕ ФОРМИРОВАНИЯ ЦЕННОСТНОГО ОТНОШЕНИЯ К ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ У ВОСПИТАННИКОВ В СПОРТИВНОМ КОЛЛЕКТИВЕ.....	24
2.1. Педагогические и психологические подходы к формированию ценностного отношения к физической культуре у подростков.....	24
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	45
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ	48

ВВЕДЕНИЕ

Формирование отношения к физической культуре в школьном возрасте обуславливает дальнейшее развитие психологических особенностей личности: интеллектуальных способностей, волевых качеств, мотивацию поведения и др. Динамические преобразования в современном мире снизили эффективность традиционных институтов образования, воспитания, социализации и, прежде всего, наблюдается кризис семьи – главной опоры воспитания. Школа с трудом справляется со своими социальными функциями. В массовом общественном сознании наблюдается понимание жизненной необходимости физического и нравственного оздоровления социальной атмосферы, необходимости развития психолого-педагогических условий процесса формирования ценностного отношения к физической культуре в более раннем возрасте. Особого внимания, на наш взгляд, заслуживает решение этой задачи в условиях северокавказского региона, который на протяжении многих лет характеризуется относительной нестабильностью во многих сферах жизнедеятельности народов, живущих здесь веками. В условиях Республики Северная Осетия-Алания процесс формирования ценностного отношения к физической культуре у подростков имеет свою этнопедагогическую историю, так как спорт и здоровый образ жизни – одна из отличительных черт национальной самобытности представителей разных национальностей республики.

Недостаточная изученность психолого-педагогических условий успешного формирования ценностного отношения к физической культуре у подростков средствами дополнительного образования требует определения эффективных приемов, оптимизирующих этот процесс. Возникли противоречия между:

- необходимостью осуществления всестороннего и гармоничного развития воспитанников физкультурно-спортивных учре-



ждений дополнительного образования детей и отсутствием теоретико-методологических оснований формирования соответствующей образовательной среды;

– между общественной потребностью в массовости физкультурно-спортивных учреждений дополнительного образования детей и необходимостью реализации педагогических принципов индивидуализации и личностной ориентированности образовательного процесса;

– между небольшим числом исследований, посвященных образовательной среде физкультурно-спортивных учреждений дополнительного образования детей и значительным количеством исследования образовательной среды других типов образовательных учреждений;

Выделенные противоречия создают проблему, сущность которой состоит в том, что феномен успешного формирования ценностного отношения к здоровому образу жизни через занятия физической культурой у подростков в системе дополнительного образования не полностью исследован в современном контексте. Этим и обусловлены **актуальность** и **проблемность** исследования.

ГЛАВА I. СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ ВОПРОСА ФОРМИРОВАНИЯ ЦЕННОСТНОГО ОТНОШЕНИЯ К ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ЛИЧНОСТИ В СОВРЕМЕННЫХ УСЛОВИЯХ

1.1. Формирование физической культуры подростков как психолого-педагогическая проблема

В современной педагогике культура, в наиболее обобщенном толковании этого термина, понимается как особого рода ситуация, в рамках которой становится возможным (производится и самопроизводится) человеческое бытие, или, можно сказать также, воспроизводится человек как рефлексивное, сознательное существо. Культура неизбежно имеет дело с телесностью человека. Она выступает со стороны своего объективного содержания как особого рода матрица, на которую эта телесность специфическим образом «накладывается», трансформируясь при этом (в том числе на уровне соответствующих психофизических процессов) и создавая тем самым необходимые предпосылки появления осознающего себя человеческого существа.

В ряде работ раскрывается содержание физической культуры личности. В.И. Лях, Г.Б. Мейксон и Л.Б. Кофман [33] под личной физической культурой понимают органическое единство знаний, потребностей и мотивов, оптимальный уровень здоровья, физического развития, разностороннее развитие двигательных (координационных и кондиционных) способностей, умения осуществлять собственно двигательную, физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность.

В настоящее время дискуссионной является проблема отношения физической культуры, либо к материальной, либо к духовной культуре, либо к обособленному виду культуры, где органически сочетаются и материальные и духовные стороны этого фе-




номена.

Интерес у подростков можно практически сформировать к любому виду физических упражнений, поскольку он преимущественно зависит от многих социальных факторов (спортивной специализации учителя физкультуры, материальной базы школы, климатических условий, региональных традиций, интересов родителей и т.д.).

Данный тезис не имеет под собой соответствующего теоретического обоснования. В частности С.Л. Рубинштейн утверждает, что интерес обусловлен, с одной стороны, природными особенностями личности, с другой, влиянием социальных факторов (содержанием деятельности) и представляет собой диалектическое единство объективного и субъективного в субъекте. Автор подчеркивает, что внешнее воздействие дает тот или иной эффект, лишь преломляясь через сложившийся у него строй мыслей и чувств. Поэтому при определении роли природных свойств личности и социальной среды в возникновении интереса необходимо учитывать активный характер психического отражения человеком воздействия, оказываемого определенной деятельностью и ее носителями.

Не подтверждается истинность данного положения и результатами экспериментальных исследований. Так, в работах многих авторов показано, что одни и те же социальные факторы, и, прежде всего, деятельность, отражаемые в сознании людей, не у всех вызывают одинаковый эффект, так как человек является не только объектом воздействия, но и субъектом своей деятельности и своего поведения, поэтому далеко не всегда одна и та же социальная ситуация приводит к возникновению у субъекта соответствующего интереса [5,7,8].

Выявлены существенные различия интересов подростков к различным видам упражнений и разделам школьной программы [9,10,11,12,13].




В частности, установлено, что наибольший интерес мальчики 6-8 классов проявляют к спортивным играм, девочки больше любят гимнастику и игры. Из отдельных видов легкой атлетики, как мальчики, так и девочки отдают предпочтение бегу [12]. По данным Н.М. Куликова наиболее популярными среди подростков считаются такие виды спорта как: лыжный спорт, волейбол, баскетбол, различные виды единоборств.

С учетом этих неоспоримых фактов ряд авторов [5,6,12] полагают, что устойчивый интерес к занятиям физической культурой развивается только на основе интереса к конкретному виду физических упражнений.

Эта точка зрения, по нашему мнению, ближе к истине, поскольку психофизиологическую основу интереса составляют свойства темперамента, определяющие, с одной стороны, склонность человека к деятельности с определенным содержанием, с другой, выступающие задатками способностей по отношению к этой деятельности [2].

Склонность к деятельности перерастает в интерес через осознание и понимание человеком значимости деятельности для удовлетворения определенных потребностей. Склонность связана только с эмоциональной привлекательностью выполняемой деятельности: деятельность нравится, но человек не может ответить на вопрос, почему нравится. Склонность развивается до уровня интереса, как только человек может выделить причины, по которым деятельность является для него эмоционально привлекательной.

Поэтому сведение физической культуры только к чисто духовной деятельности или только к физическому, телесному развитию обедняет содержание данного понятия, создает неверное представление о его сущности. Она не может быть отнесена только к материальной культуре, так как отражение материального бытия общества или отдельного человека не является главной



ее характеристикой как социального явления. По этой же причине она не может быть отнесена и только к духовной культуре, хотя в ее сфере и отражается общественное сознание.

По мнению В.К. Бальсевича [13], физическая культура как феномен общей культуры уникальна. Ее уникальность состоит в том, что физическая культура личности в отличие от других её сфер самым естественным образом соединяет в единое целое социальное и биологическое в человеке, является естественным мостиком, позволяющим соединить социальное и биологическое в развитии человека.


Таким образом, в настоящее время существуют разные подходы к пониманию соотношения телесного и духовного в физической культуре личности.

Признание приоритетности духовности или телесности является принципиальным, поскольку от решения этого вопроса во многом зависят особенности целевого, содержательного и организационно-методического обеспечения физического воспитания современных подростков.

Часть ученых рассматривает физическую культуру, как элемент культуры материальной, связывая ее непосредственно с формированием тела человека в процессе занятий физическими упражнениями в различных видах и формах [9,14]. В частности, М.С. Каган считает физическую культуру областью материальной культуры, поскольку она является способом и результатом преобразования человеком его собственной природной данности в подлинном культивировании дарованных человеку природой анатомо-физиологических качеств [9].

Л.П. Матвеев подчеркивает, что связь физической культуры с материальной проявляется в процессе двигательной активности, которая составляет ее главное содержание. Физкультурная деятельность в этом отношении есть наше "самопроизводство" [12].

Другая часть учёных относит физическую культуру к духов-



ной культуре, мотивируя это тем, что человек не механизм, а, прежде всего, духовность [3,4,5,7]. Приоритет духовности, по мнению И.М. Быховской, проявляется в том, что физическая культура – это не область непосредственной "работы с телом", хотя именно телесно-двигательные качества человека являются предметом интереса в этой области. Как всякая сфера культуры, культура физическая – это, прежде всего "работа с духом человека, его внутренним, а не внешним миром" [5].

Ю.М. Николаев отмечает, что физическая культура направлена на гармоничное духовное и физическое развитие человека, являющегося в её сфере не только субъектом, но и объектом познания, оценивания, преобразования. Несмотря на то, что физическая культура представлена всеми компонентами, составляющими структуру личности, в ней имеет место приоритет духовности как целостности внутренней, психической жизни человека в процессе формирования его физических кондиций.

В.М. Выдрин подчеркивает, что физическая культура является одним из аспектов духовной культуры, поскольку развивает образное мышление, в её сфере идёт процесс творчества, формирования представления и восприятия прекрасного, созданного средствами и формами проявления физической культуры. В.И. Столяров указывает на то, что "вряд ли можно согласиться с отнесением физической культуры только к сфере материальной или, напротив, только к области духовной культуры, равно как и с попытками рассмотрения её в качестве некоего вида культуры, отличного от таких её форм, как материальная и духовная культура" [10,15]. Она возникла и развивается одновременно с общечеловеческой культурой. Вместе с этим, как часть общей культуры, физическая культура имеет свой объект, предмет, функции и результат, соотносимые с соответствующими характеристиками всей культуры в целом. Как особый самостоятельный вид культуры, она имеет свои специфические цели, задачи, методы и



средства.


В.М. Выдрин с соавторами [7] утверждают, что физическая культура как часть общей культуры направлена на гармоническое развитие всех природных сущностных сил и морального духа человека. Другими словами, в физической культуре личности воплощается единство материального и духовного.

Б.С. Гершунский [16] замечает, что образовательный процесс может быть эффективным лишь при условии его целостности, «ибо и сама личность человека целостна». Попытки искусственного расчленения этой целостности, «осуществления раздельного обучающего, воспитательного или развивающего влияния на те, или иные качества личности заранее обречены на провал», т.к. «ведут к нарушению гармонии целостной личности».

Всесторонность и гармоничность воспитания означает, что все стороны личности должны формироваться одновременно и в тесной взаимосвязи между собой. К сожалению, иногда между отдельными сторонами «...разгорается борьба, в результате которой какая-нибудь одна из них приобретает господство» [9, 17].

Возникает эффект, описанный А.Бине, когда известная доза физических упражнений – основного средства физического воспитания, содействует сохранению здоровья и оказывает влияние на развитие ума. При переходе за эту дозу «в организме происходит то, что замечается во всяком бюджете: перерасход по одной статье влечёт за собой необходимую экономию по другой: другими словами, излишек физических упражнений вредит образованию ума» [16, 33].

П.Ф. Лесгафт [22] подчеркивал, что «...как одностороннее физическое развитие приводит только к проявлению деятельности, недостаточно умственно проверенной и направленной, так и одностороннее развитие умственное непременно связано с недостатком объективной проверки, и поэтому в частности умственный труд остаётся часто не выясненным». А Жан-Жак Руссо пи-




сал: «Жалкое заблуждение – воображать, что телесные упражнения вредят умственным занятиям! Как будто эти два дела не должны идти рядом, как будто одним не должно всегда направляться другое!» [16,19].

Первые представления о мире и о себе ребёнок получает через движения -глаз, языка, рук, ног, через перемещение в пространстве. Двигательный акт с помощью средств выражения вынуждает и мысль действовать в тех же условиях, в которых совершается сам [7]. Ж. Пиаже [23] выделяя основные периоды развития интеллекта, первый период назвал сенсомоторным, подчеркивая взаимосвязь умственного и двигательного развития детей. По мнению американского ученого Глена Домана, высоко развитый интеллект берёт своё начало в человеческой подвижности и деятельности рук [17].

В ряде экспериментальных работ показано положительное влияние развития и обогащения двигательной сферы на активное освоение ребенком окружающего мира, на создание предпосылок овладения речью и развития умственной сферы [11,13,17,18,21]. С другой стороны, высокий уровень умственного развития способствует быстрому и точному овладению способами выполнения сложно координационных двигательных действий [14].

Если в раннем детстве и дошкольном возрасте физическое и двигательное развитие являются основой для полноценного развития всех психических функций, то в дальнейшем, по мере формирования умений выполнять умственные действия во внутреннем плане сознания, а также по мере овладения действиями с опорой на знаково-символические средства роль внешних двигательных действий в развитии психики становится менее очевидной.

Взаимосвязь умственного и физического развития наиболее чётко проявляется в состоянии патологии. В частности, установлено, что умственно отсталые подростки на 25-40% отстают от нормы по показателям силы, быстроты, выносливости, прыгуче-



сти [26]. В другой работе выявлено, что у 5-6 летних детей с задержкой психического развития хуже развиты скоростно-силовые, координационные способности, быстрота реакции, гибкость и выносливость [24].

В исследовании Г.А. Казанцевой [18] показано, что наиболее тесную связь с показателями, характеризующими познавательную активность детей шести лет, имеют скоростные, координационные и скоростно-силовые способности.


Опираясь на результаты диссертационного исследования. А.К. Спирина пришла к заключению, что у дошкольников с возрастом усиливается взаимосвязь между показателями физической подготовленности и уровнем развития познавательных процессов.

Т.П. Королёва [26] выявила наличие корреляции показателей моторики и интеллектуальных способностей у детей 3, 5 и 6 лет.

Н.И. Дворкиной [14] было установлено, что наибольшее количество достоверных связей между показателями силовых и психических качеств отмечается у 3-летних мальчиков и 5-летних девочек.

По данным В.А. Пегова двигательно одаренные дети (по показателям тестов на определение чувства ритма и равновесия, ориентацию в пространстве и на теле) психологически наиболее готовые к обучению в школе (согласно тестам Керна-Йирасика и И.В. Дубровиной). Автор отмечает, что достижения в математике и русском языке опосредуются, главным образом, степенью развитости чувства ритма и суммарным показателем двигательного развития. Связи с чувством равновесия, способностью ориентироваться в пространстве менее значимы.

С.В. Барбашов, К.К. Платонов [14] установили, что младшие школьники с высоким уровнем физической подготовленности имеют самые высокие показатели успеваемости: средний балл составил 4,1; у детей с низким уровнем подготовленности средний балл составил 3,6.



В ряде исследований подтверждается возможность результативного педагогического воздействия средствами физического воспитания на развитие познавательной деятельности и познавательных процессов [2,3,25,28].

1.2. Коллектив – основное звено формирования межличностных отношений

При физической подготовке подростков межгрупповое взаимодействие всегда привлекало внимание людей. Еще в трудах Геродота содержатся наблюдения и аналитические характеристики предрассудков и этнических стереотипов, приводящих к межгрупповым конфликтам. Аристотель и Платон, стоики и эпикурейцы, философы и государственные деятели Эллады изучали психологические причины деления социальных групп на «своих» и «чужих». Аналитики иезуитских орденов владели депсихологической технологией социальных конфликтов.


На формирование современных психологических взглядов на межгрупповое поведение оказали труды Г. Леблона об агрессивных аспектах поведения «толпы неорганизованной» и У. Мак-Даугола о поведении «толпы организованной», обобщающие работы З. Фрейда о том, что в толпе индивиды обнаруживают свою базовую инстинктивную природу и проявляют подавленные до того времени бессознательные влечения.

Все это помогает понять агрессивное поведение групп сложяющейся вечерами молодежи

З. Фрейд, исходя из концепции «природы человека», характеризует межгрупповые отношения следующим образом:

- В любом межгрупповом взаимодействии имеет место неизбежная, универсальная аутгрупповая враждебность к «чужим» и «другим».

- Межгрупповая враждебность – это главное средство под-



держания сплоченности и стабильности группы. Удовлетворение агрессивной склонности облегчает членам коллектива их сплоченность.

-Детские привязанности к членам своей семьи и отчужденности от «чужих», посторонних людей подсознательно переносятся на лидера и членов своей группы и на аутгруппу.


Такие теоретические взгляды получили развитие в концепции фрустрации и агрессии (J.Dollard, N. Miller, L. Berkowitz, и др.). Фрустрация (лат. Frustratio-лобман», «разрушение планов») – психическое состояние тревожности, чувство разочарованности, безысходности и отчаяния; возникновение чувства гнева – открытая агрессия. Этим утверждается неизбежность аутгрупповой агрессии, неизбежной в каждом стратифицированном обществе, и перенос агрессии с аутгруппы на отдельного ее члена, представителя «чужих».

Наибольшую роль в возникновении и развитии аутгрупповых отношений играет субъективное осознание справедливости социальных позиций, ролей и авторитета групп и отдельных членов в них. Под справедливостью в данном случае понимается беспрепятственное удовлетворение потребностей и интересов членов одной группы, отсутствие конкурентного сдерживания со стороны другой группы [18].

На социопсихическое состояние и реакции группы, коллектива значительное влияние имеет групповая сплоченность (J.C.Turner, J.C.Turner, M.A.Hogg). Самый лучший способ уменьшить межгрупповой конфликт – устранить различия между группами.

Закономерности межгруппового общения следует представить следующим образом:

- психологическая атмосфера;
- психологический барьер;
- дифференциация ролей в группе;



- наличия признанного, единоличного делового лидера;
- возрастные различия;
- спортивный опыт;
- образование и образованность;
- психолого-педагогическое состояние спортсмена «принцип уравнивания»;

- стиль тренера – руководителя (уровень его психолого-педагогической подготовки с учетом личности тренера, как бывшего спортсмена);

- индивидуальный подход (степень индивидуализации деятельности спортивной команды, с учетом индивидуальности тренера);

- подростки в спортивном коллективе являются как партнерами, так и соперниками;

- психологическая совместимость групп подростков, признание групповых норм поведения в коллективе;

- уровень психологической подготовки подростков в спортивном коллективе.

Кооперативное взаимодействие элиминирует (сглаживает, уменьшает различия) отличия между членами групп и аутгрупповые различия (S.Worchel, D.Axsom). В случае кооперированного взаимодействия конфликтные межгрупповые противоречия сходят на нет, появляются взаимные симпатии между принадлежащими к разным группам членами коллектива.

Социальная несправедливость – это всегда нарушение равенства прав и возможностей при отношениях между социальными группами, а не между индивидами. Налицо принципиальное различие личных (private) и социальных (sozial) форм несправедливости [5,9]. Отражение в сознании членов группы социальной справедливости или несправедливости формирует установки на активные совместные действия. Для уменьшения психоэмоционального напряжения в подобных случаях целесообразно пока-



затъ возможные выходы из неприятной ситуации путем активной и эффективной деятельности, социально значимые результаты которой поднимут престиж данной группы и обеспечат индивидуальную мобильность, продвижение индивида вверх по социальной, служебной, профессиональной лестнице.

Данный социопедагогический механизм используется в широкой мере в мире спорта, туризма, бизнесе спортивных шоу и развитии мест туристского назначения, и мест проведения массового отдыха. Враждебные межгрупповые конкурентные взаимоотношения могут быть смягчены и трансформированы в энергичную творческую деятельность при условии, что большинство членов групп находят пути и способы личной карьеры, удовлетворения своих интересов и потребностей. Нечто подобное отражено в историческом девизе «разделяй и властвуй». Но социопедагогический механизм решения психосоциальных проблем, в частности стимулирования социальной и производственной активности, рациональнее направлять на солидарное сотрудничество, которое наилучшим образом решает напряженные проблемы межгрупповых взаимоотношений.

Коллектив – это не совокупность индивидов, связанных на производстве лишь внешними, функциональными организационными связями, но социальная группа, некоторая целостность, живущая по особым правилам, имеющая свою внутригрупповую систему ценностей [13]; группа людей, отличающаяся сплоченностью, интегративной деятельностью, коллективистской направленностью [19,23].

Нижним уровнем формирования коллектива является группаконгломерат, группа ранее непосредственно незнакомых людей, оказавшихся (или собранных) на одном пространстве и в одно время. Взаимоотношения и взаимодействия в такой группе ситуативны. Если группа получает название и тем самым по данному внешнему признаку выделяется из среды, то такая группа стано-




вится номинальной (номинализация – присвоение имени) [11].

В случае, когда члены группы получают общее задание, и каждый член ориентируется на его выполнение, прилагает свои усилия для этого, происходит качественное изменение группы и ее продвижение в положение группы-ассоциации, для которой характерны признаки первых эффектов коллективообразования и создаются предпосылки формирования структуры коллектива. Совместная деятельность в рамках официальной первичной группы дает ей возможность развить и упрочить межличностные отношения и взаимодействия членов и при благоприятных условиях подняться на следующую ступень – группы-кооперации. Группа-кооперация имеет четкую организационную структуру, налаженное деловое взаимодействие членов. Характер межличностных отношений (психозэмоциональные реакции, симпатии и антипатии, психологическая совместимость и т.п.) на этой стадии развития коллектива важной роли не играют, поскольку все члены группы внимание сосредотачивают на совместном достижении заданной цели [17].

Группа-автономия, следующая качественная ступень развития, характеризуется высоким внутренним сплочением и единством, а также стремлением членов идентифицировать себя с ней. Если группа осуществляет межгрупповое взаимообщение и взаимодействие, то становится органичной частью более широкой общности и в такой группе постоянно наблюдается коллективистская направленность – она становится группой-коллективом [13].

Итак: конгломерат – ассоциация – кооперация – автономия – корпорация – коллектив. Коллектив – основное звено, объект и субъект социального управления. Объектом управления являются отношения между коллективами и внутриколлективные отношения. Управление коллективами – особая форма управления обществом. В производственных коллективах наиболее полно отражается система общественных отношений. В рамках этих коллекти-




вов возможна наиболее эффективная деятельность по совершенствованию общественных отношений [5]. Коллектив – это контактное трудовое объединение, где люди находятся в непосредственном деловом общении благодаря единому процессу организации труда по изготовлению общего продукта [15,17].

В коллективах человек проводит большую часть своего времени. От того, каковы социально-психологические контакты членов коллектива, в значительной мере зависят и межличностные отношения между людьми, и производительность труда, и удовлетворенность работника. Это отображают соответствующие явления:

Социально-психологический климат – преобладающее и относительно устойчивое психоэмоциональное состояние, эмоциональный настрой, который возникает в результате совокупности настроения членов группы, их душевных переживаний, отношения друг к другу, к другим людям, к работе, к окружающим событиям. Он неразрывен с идейно-нравственными ценностями группы, является показателем качества межличностных отношений ее членов.

Психологический климат – преобладающая и относительно устойчивая духовная атмосфера коллектива, проявляющаяся как в стиле и тоне отношений людей друг к другу, так и в их отношении к общему делу. Главным критерием здорового психологического климата являются преобладание и устойчивость атмосферы взаимного внимания, уважительного отношения человека к человеку, духа товарищества, сочетающего с высокой внутренней дисциплиной, принципиальностью и ответственностью, с требовательностью, как к другим, так и к себе. В отличие от понятия психологической атмосферы понятие психологического климата обозначает не те или иные ситуативные перемены в преобладающем настроении людей, а лишь устойчивые черты этой духовной атмосферы.




На благоприятный климат влияет внутригрупповое общение, что обуславливает многоаспектность межличностных отношений, их постоянство, взаимозаинтересованность, многообразие связей с окружающей средой и т.п. [11, 14]. Система межличностных отношений (как межлюдских взаимодействий) зависит от отношений, переживаемых личностями, вступающими в контакт, и наоборот – от системы, динамики, складывающейся в группе взаимодействий, зависит и формирование черт характера членов группы (Е.А. Климов [26]).

Человеческое общение и его интенсификация с расширением социальных контактов обогащают личность новыми информационными потоками и эмоциональными воздействиями, являются стимулятором активной деятельности человека. Но в то же время расширение сферы и интенсификация общения приводят к повышению нервного напряжения человека, к стрессовым психологическим перегрузкам [19].

Социально-психологические процессы и явления охватывают все стороны и компоненты жизнедеятельности общества, в частности касаются осуществления и совершенствования социального управления в сфере физической культуры и спорта. Поэтому изучение социально-психологических элементов совокупной системы социального управления содействует развитию и совершенствованию физического состояния молодежи (Блудов Ю.М.).

Известен психологический эффект одновременного восприятия, переживания и реагирования подростков, следящих за ходом спортивной борьбы на стадионе. Под влиянием общей накаленной до предела психологической атмосферы, в которой бурно проявляются напряженность ожидания, чередующаяся с взрывами эмоций восторга, радости и огорчения, захватывающих и выливающихся одновременно у многих тысяч людей, при этом человек, вначале пассивно и как бы со стороны смотрящий на ход состязаний, сам постепенно и незаметно для себя начинает зара-



жаться этой атмосферой повышенной нервной реактивности и может вести себя совершенно несвойственным ему образом [17].

До некоторого предела возрастание психического напряжения является стимулятором активной деятельности человека. Но при длительной психической перегрузке происходит истощение нервной системы, снижаются общий тонус организма и работоспособность. На почве нервно-психической перегрузки возникают и развиваются отрицательные эмоции [13]. Все это сказывается на процессах общения.

Стереотип восприятия выполняет функцию механизма защиты человека от перегрузки информацией, впечатлениями в процессе общения. Но в сложных взаимоотношениях стереотип восприятия человека человеком по первому впечатлению обедняет ориентировочные и приспособительные возможности человека. Ведь стереотип скрывает за собой уникальность, неповторимость личности каждого человека [18].


Психологический барьер – естественная или произвольная защитная реакция человека, в частности подростка, для уклонения от психоэмоциональных трудностей общения или психоинтеллектуальных затруднений творческой переработки поступающих или формируемых информационных потоков. Это психологические трудности в процессе общения индивида с внешней средой и его негативное отношение к оказываемому информационному или психоэмоциональному воздействию (Борисова Е.М. [23]).

Два вида социально-психологических барьеров:

- внутренние барьеры индивида, выполняющего роли активного субъекта деятельности совместно с другими людьми;
- психологические барьеры индивида, являющегося объектом внешнего по отношению к нему воздействия.

Создание благоприятного психологического климата предполагает преодоление тех барьеров психической напряженности и сопровождающих их отрицательных эмоций, которые возникают в процессе общения между людьми [15].

Действительным средством оздоровления психологического



климата человеческих отношений является, в конечном счете, культура общения, точнее, культура эмоциональных человеческих отношений, проявляющаяся в степени теплоты, симпатии между членами коллектива. Психологический климат любой общности, так или иначе, складывается из отношений симпатии или антипатии между членами коллектива, между коллегами по работе в масштабах малой группы или микросреды.

В совместной спортивной производственной деятельности подростков выявлены основные виды групповых норм поведения, которые оказывают большое влияние на деятельность и поведение членов коллектива [10]:

- шаблоны поведения – давно и долго существующие нормы поведения, изменения которых могут произойти в результате глубоких преобразований в системе общественных отношений;
- конвенциальные (совместно согласованные) нормы существуют потому, что в прошлом оказались полезными и эффективными и закрепились социальной практикой;
- ситуационные актуальные требования обычно проявляются со стороны группы, коллектива к индивиду или старшим и более опытным спортсменам по отношению к новичку.

Личная свобода действий всегда согласуется индивидом с условиями совместной групповой, коллективной деятельности. Активное и сознательное участие каждого воспитанника в коллективной деятельности могут быть обеспечены, если:


–индивиду предоставлено право выработки групповых мотивов и норм;

–индивид уверен, что в конкретной ситуации не существует более разумных норм и мотивов;

–группа не оставляет без признания успехи индивида и поддерживает его престиж;

–тренер умеет использовать групповые нормы поведения в своих управленческих решениях.

Успех совместной групповой, коллективной деятельности во многом зависит от решений и умений их лидера, педагога [14].



Занятия спортом сопряжены с включенностью подростка в разнообразные социальные отношения. Спортсмен занимает определенное социальное положение, например, становится на путь профессионального спорта или готовит себя к профессиональной карьере. Ему необходимо сочетать занятия спортом с учением, освоением профессии, семейными заботами, поддерживать специфические контакты в сфере спорта. Не каждому спортсмену удастся привыкнуть к многочисленным переездам, спортивному режиму и т.п. [18].

Статус – положение субъекта в системе межличностных отношений, определяющее его права, обязанности, привилегии. Один и тот же субъект может иметь различный статус в разных группах. Примером статуса может служить авторитет как признание окружающими опыта, знаний, заслуг индивида [14].

От того, насколько сможет воспитанник-спортсмен реализовать себя, свои способности в тех или иных конкретных социальных условиях, во многом зависят его спортивная карьера и спортивные результаты.

Личностный смысл – обусловленное опытом индивидуализированное отношение конкретного подростка к различным событиям жизни и предметам, значимым для его жизнедеятельности. Различие личностных смыслов у разных людей связано с мотивами их деятельности, с оценкой и самооценкой, со статусом и лежит в основе развития индивидуальности.

Для решения проблем социализации в разных странах созданы и используются многочисленные культурные и материальные предпосылки, однако немало забот в данном направлении психологической подготовки ложится непосредственно на плечи самих тренеров и спортсменов [16].

Задачи формирования ценностного отношения к здоровому образу жизни, физического и нравственного воспитания подростков-воспитанников обязательно предполагают взаимодействие здоровый климат в коллективе, и благожелательные взаимоотношения.

ГЛАВА II. ИССЛЕДОВАНИЕ ФОРМИРОВАНИЯ ЦЕННОСТНОГО ОТНОШЕНИЯ К ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ У ВОСПИТАННИКОВ В СПОРТИВНОМ КОЛЛЕКТИВЕ


2.1. Педагогические и психологические подходы к формированию ценностного отношения к физической культуре у подростков.

Для проверки гипотезы и созданной модели был разработан и проведен педагогический эксперимент. Участниками эксперимента были воспитанники филиалов секций рукопашного боя ДЮСШ №1 в Пригородном районе РСО-Алания (59 воспитанников) и г. Владикавказ (47 воспитанников).

Эксперимент предусматривал проведение констатирующего и формирующего этапов, а также анализ результатов. Каждый из этапов включал экспериментальную и аналитическую фазы. Экспериментальная фаза каждого этапа состояла в подготовке материалов, необходимых для проведения исследования, организации и проведения экспериментов. В процессе проведения использовались методы исследования, которые позволяли проследить динамику изменения формирования ценностного отношения к здоровому образу жизни у подростков в спортивном коллективе: анкетирование; тестирование; опрос; наблюдение; анализ спортивной успешности.

На аналитической фазе каждого этапа изучались, сравнивались, обобщались и анализировались результаты констатирующего и формирующего этапов экспериментов, разрабатывались рекомендации по совершенствованию и корректированию процесса формирования ценностного отношения к здоровому образу жизни.

В процессе эксперимента осуществлялось наблюдение за воспитанниками, их реакцией на те, или иные виды деятельности, за изменением отношения к познавательной деятельности, ценностных ориентации, формированием мотивации на здоровьесор-



чество, развитием физических профессионально значимых качеств, умений и навыков обеспечения здоровья, освоением средств и методов обеспечения здорового образа жизни, а также развитием здоровосозидающей деятельности.


Формирование ценностного отношения к здоровому образу жизни вообще и физической культуре в частности у воспитанников УДОД процесс весьма сложный, противоречивый и динамичный, учитывающий и фактор времени, что предполагает рассмотрение его становления, динамику и обусловлен двумя группами факторов:

- внешними, (характеристика социума, в том числе особенности социальной микро- и макросреды, в которой находится учащийся);

- внутренними (индивидуально-психологические и личностные особенности подростка, а также состояние его здоровья).

В подростковом возрасте растущий человек выходит на качественно новую социальную позицию, формируется его сознательное отношение к себе как к члену общества, класса, школы или спортивного коллектива [5-7]. От того, как закладываются на этом этапе основы социальной ориентации, зависит многое в становлении будущих социальных установок воспитанников. Так как человек не должен рассматриваться в отрыве от социальной среды, на первом этапе эксперимента изучались социальные данные вновь набранных в секцию воспитанников. Средний возраст 11-12 лет. Анкетирование испытуемых, беседа с ними и их родителями показали: среди 106 подростков 68% – жители сельской местности. Значительная часть детей в Пригородном районе – это дети вынужденных переселенцев из Грузии, Южной Осетии. 57% из неполных семей. У 37% детей данной группы анкетированных, отцы погибли в межэтнических конфликтах и терактах.

На следующем этапе в устной беседе испытуемым было предложено ответить на вопрос о причинах выбора данной спор-




тивной секции. Оказалось: по степени значимости на первом месте жители села (72%) отметили, что избрали данный вид спорта, поскольку «у них много свободного времени, а секция работает близко от дома», на втором месте – 68% желание «уметь постоять за себя», на третьем – 56% «быть здоровым», на четвертом – 47% «спорт даёт возможность реализовать себя в жизни». Данные отличные от представленных были получены в процессе анкетирования детей живущих в городе: во-первых «мне нравится данный вид спорта» – 71%, во-вторых «чтобы быть сильным и здоровым» – 62%, «спорт позволяет реализовать себя в жизни» – 57%.

Поскольку, реализуя созданную модель, предполагалось участие родителей, им также было предложено ответить на вопросы о том, одобряют ли они выбор детей и каковы мотивах выбора данного вида спорта, если выбор сделан родителями. Ответы родителей не имели существенных различий с ответами детей. Было замечено: матери детей из неполных семей понимают проблемы воспитания мальчиков в подростковом возрасте и поэтому они одобряют выбор своих детей [3-4].

Следует отметить: у всех воспитанники изучались и внутренние факторы: состояние здоровья, а также с помощью психологов определялись их индивидуально психологические особенности (темперамент, направленность личности, применялись методики по определению мотивационной сферы, проектировочные методы исследования личности, проведена диагностика психических состояний, диагностировались индивидуальные свойства, влияющие на межличностные отношения, изучались компетентности в общении).

Назначение констатирующего этапа эксперимента заключалось также и в определении исходного уровня сформированности ценностного отношения к здоровому образу жизни у воспитанников УДОД (знание о здоровье и ЗОЖ, знание индивидуальных особенностей организма, самооценки здоровья, сформиро-



ванности умений и навыков обеспечения здоровья, освоенности средств и методов обеспечения ЗОЖ, сформированности мотивационно-ценностных ориентаций, изменение поведенческих и деятельностных характеристик). Проведенный научно-литературный поиск позволяет считать: первым этапом в управлении учебно-педагогической деятельностью целеположение. Письменный опрос в свободной форме выявил: 73,8% – предполагает, что спортивные успехи позволят им в дальнейшем иметь материальное благополучие и возможности карьерного роста в спорте; 21,2% считает, что хорошее здоровье необходимо, чтобы каждый человек мог реализовать себя в жизни, иметь большую работоспособность, выдерживать значительные физические и психоэмоциональные нагрузки и, только 5% – ответили, что занятия спортом – «это их образ жизни». При этом дальнейшее анкетирование показало: 75% опрошенных выделили несоответствие предлагаемых нагрузок физическим возможностям. 25% признают низкий уровень собственной физической подготовленности. На вопрос «Вы употребляли бы различные препараты для достижения спортивных успехов?» было наибольшее количество утвердительных ответов 87,3%. Хотя, значительная часть из них понимает, что это наносит ущерб своему здоровью.

Тестирование по методике М. Рокич [21], подтвердило предварительные результаты, большинством воспитанников из терминальных ценностей были названы: во-первых, материально обеспеченная жизнь; во-вторых – здоровье (физическое и психическое) и, в-третьих – счастливая семейная жизнь.

Полученные данные побудили нас [3-5] назвать проблемы, возникающие у них в процессе занятий спортом. Исследование показало: у испытуемых доминируют субъективно-объективные, объективные и лишь затем субъективные факторы.

Дальнейшее изучение субъективных факторов выявило: подростки, занимающиеся спортом считают наиболее значимыми




факторы – целеустремленность, сильная воля и упор-
лов из максимальных 10). Минимально были оценены:
ойчивость, гибкость, адаптивность и нормативность
– 4,5-5 баллов.

нешних положительных мотивов при исследовании у
и-спортсменов доминирует над внутренними и внеш-
тельными [5-6].

йшее изучение мотивационной сферы направленности
воспитанников УДОД было проведено с использова-
ны оценки потребности в достижении, а также шкалы
тивации одобрения. Уровень мотивации одобрения у
х составил 1-5 баллов – у 9%, 5-15 баллов – у 40%, 15-
- у 44% [9-10].

интересно было узнать какими средствами и методами
ются для повышения психологической готовности.
тветы на вопросы анкеты, мы можем сказать о том, что
едеваемых воспитанников секции по рукопашному бою
не владеют знаниями и пониманием раздела трениров-
логическая подготовка, показывают отрицательные от-
: вопросы анкеты [21].

трех положение спортсменов в коллективе по гности-
ознавательному) компоненту, где количество выборов
порционально зависело от уровня спортивных дости-
едем к обсуждению результатов следующего компо-
г компонент был определен нами как эмоциональный,
й картину значимости дружеских отношений. Если в
чае критерием выбора стали спортивные успехи, то
где всего, испытуемые отдают предпочтение личност-
ствам друг друга. Для этого им было предложено сде-
согласно вопросу: «С кем бы ты хотел жить в одном



Для выявления силы-слабости нервной системы, авторами был проведен «Теппинг-тест», результаты которого отображены на примере одной группы воспитанников по каждому испытуемому отдельно [8].

Исходя из упомянутой терминологии, возникают вопросы: «Что такое интроверсия – экстраверсия?», «Что означает каждый из типов темперамента: холерик, сангвиник, флегматик, меланхолик?», «О чем говорит сила эмоциональной устойчивости?». Остановимся на этих понятиях более подробно.

Для выявления межличностных отношений [5], была использована методика Т. Лири на примере одной группы воспитанников.

Интересно [7] было узнать какими средствами и методами они пользуются для повышения психологической готовности. И данные опроса показали, что больше половины опрошенных воспитанников (60%) доверяют методам педагогического воздействия.

Но в тоже время, отвечая на вопрос о средствах психологического восстановления, во мнениях они разошлись. Об использовании средств педагогического воздействия отметило 35% воспитанников. Остальные отметили:

- психологические средства – 25%;
- физические факторы – 40%;

Обобщая ответы на вопросы анкеты, авторы могли сказать о том, что среди воспитанников-спортсменов по рукопашному бою (из нашей выборки) до 20% не владеющих знаниями и пониманием раздела тренировки – психологическая подготовка, показывают отрицательные ответы на все вопросы анкеты (таблица 7 в приложении). В ответах на последний вопрос мы видим, что 75% за педагогический подход, который способствует их психологической готовности, 25% высказывались отрицательно.



спортсменов является процесс обучения (31%), мастера спорта в этом вопросе больше доверяют тренеру.

В ответах на другие вопросы выявить каких-либо значительных расхождений не удалось [15].

Как и при анализе таблицы 6 и 7 общего контингента опрошенных, так и в сравнительном варианте, видна некоторая неопределенность в ответах на 6 и 7 вопросы, в пунктах педагогические средства и воздействия и психологические средства воздействия. Такое положение нечеткости высказываемых мнений можно отнести к недостаточно глубокому знанию названных выше пунктов. Хотя следует отметить, что среди названных средств психологического восстановления мастера спорта отдают предпочтение (57%) средствам психологического воздействия. Начинающим же воспитанникам (23%) необходимы педагогические средства и методы воздействия.

Для определения индивидуальных психологических особенностей спортсменов мы используем 16-факторный тест Кеттелла, чтобы объективно и эффективно проводить исследование по теме и дифференцировать занятия по группам совместимости.

Испытуемые под номерами 3,10,13,14 имеют флегматический темперамент, эти люди медлительны, обычно имеют нарастающую, но длительную и глубокую реакцию на ситуацию; чувствительные, мыслят медленно, но основательно. Они работоспособны, но им необходимо длительное время, чтобы войти в работу. Инициативны, повторяют ошибки, воспроизводят старые способы решения задач. При изменении условий труда и работы у данных испытуемых резко снижается работоспособность.

Флегматики хорошо работают в спокойной обстановке, если труд монотонный. Давать задания им лучше в письменном виде; если же задание формулируется устно, необходимо длительно и неоднократно проговорить его, поскольку понимание и освоение нового материала и новой информации у флегматика



замедленные, но зато глубокие и основательные. Следует отметить, что при терпеливости и постоянстве испытываемые – флегматики способны на мощные эмоциональные взрывы, если их терпение длительное время и несправедливо эксплуатируется. В коллективе флегматики хорошо уживаются с людьми всех типов темпераментов и друг с другом. В споре могут спокойно выслушать, но остаться при своем мнении, если их не сумели убедить в обратном. В дискуссиях незаменимы, в то время как другие предлагают все новые варианты решений, флегматики спокойны, однако когда все устанут и зайдут в тупик, могут произнести монолог, в котором учтут все позитивные моменты, возникшие в дискуссии, и предложат варианты решения, содержащие конструктивное начало, заложенное в каждой из имеющихся точек зрения.

Флегматики незаменимы в стрессовых ситуациях. Когда другие поддаются панике или отчаянию, флегматики способны неторопливо и без паники проанализировать ситуацию и выбрать правильную стратегию поведения.

Такие люди в коллективе редко бывают лидерами. С подчиненными флегматиками необходимо всегда держать активный контакт привлекать их к деятельности. Заинтересовывать, поощрять их инициативу.

Испытуемые под номерами 6,7,9 имеют холерический темперамент, они легко возбудимы, их речь и движения стремительны, реакция импульсивна, они быстро мыслят и способны также на мгновенную систему полярных чувств. Спортсмены – холерики работоспособны и инициативны, любят трудности и препятствия и умеют их преодолевать; ставят ясные цели, любят свою работу и готовы пойти на все, если уверены в своей правоте. Имеющиеся планы они приводят в действие, работу доводят до конца, но подчас, из-за слишком сильной увлеченности способны потерять адекватную ориентировку в ситуации. Очень любят творческий подход, не боятся начинать все сначала. Такие воспитанники



стремятся к самостоятельности, плохо подчиняются давлению сверху, общительны, легко завязывают новые деловые контакты, эмоциональны и оптимистичны.

Воспитанники с таким характером быстро возбуждаются, тогда могут не прислушиваться к мнению других, быть резкими и несдержанными. Они с удовольствием идут на контакт с новыми людьми. Была отмечена заинтересованность их в материальном благополучии, а главное для них важность и значимость выполняемой работы. Высокие цели для холерика не главное, он нуждается в социальном признании, служении делу. С подростками - холериками тренеру следует быть сдержанным, не допускать резкого тона, вместо замечаний следует давать задания, которые позволили бы исправить допущенную оплошность. Ошибки холерика можно вынести на коллективное обсуждение, так как, указания на ошибки активизируют их, заставляют стремиться к более высокому качеству работы [16].

При определении типа темперамента, среди испытуемых не оказалось людей меланхолического типа. Вероятно, это связано с особенностями этого типа, в силу которого человек такого склада характера может оказаться непригодным в данном роде деятельности. Но для работы в спортивных секциях тренеру-наставнику необходимо быть осведомленным о характере воспитанника. И потому мы ознакомились с данным типом характера. Меланхолики эмоциональны, не способны длительное время переносить физические и другие нагрузки, речь и движения у него медленные, плавные. Работоспособность зависит от настроения: периодически высокая, но при пониженном тоне - низкая, он может быстро уставать. Меланхоликам необходимы постоянная эмоциональная поддержка и регулярный отдых. В коллективе меланхолики находятся часто в позиции ведомых, они избегают лишних волнений, стараются уйти от конфликтов. Теряются от неожиданностей. Болезненно переживают всякие ошибки и не-



приятности, склонны их преувеличивать.

Это чувствительные, тонкие и наблюдательные люди, которые способны заметить такие детали в поведении людей, которые те хотят скрыть или хотя бы завуалировать. С подчиненными меланхоликами нельзя говорить резко, с иронией и насмешкой. Им следует оказать особое, но ненавязчивое внимание. Полезно подчеркнуть те моменты в работе, в которых такой сотрудник был решительным, инициативным. Нежелательно поручать меланхоликам задания, выполнение которых требует частого общения с людьми. В ответственных делах использовать меланхоликов нужно с оглядкой. Им важно иметь хорошие отношения с тренером, они ценят спокойную обстановку и отсутствие конфликтов.

Хотелось бы обратить внимание на тот факт, что в исследуемой команде было выявлено наименьшее количество людей холерического темперамента и ни одного спортсмена меланхолического типа темперамента. Это свидетельствует о достаточно благополучном подборе команды, так как именно спортсмены сангвиники и спортсмены флегматики обладают тем набором личностных качеств, которые необходимы для успешной деятельности в данном виде спорта. Кроме того, в спортивной секции, в соответствии с собственными наблюдениями, а также в процессе беседы с тренером команды, отмечается высокая степень групповой сплоченности, что свидетельствует о стабильности во взаимоотношениях, а следовательно, и о психологической совместности спортсменов. Она является, на наш взгляд, одним из немаловажных факторов, который необходимо учитывать при определении психологической подготовки спортсменов. Было также выявлено, что показатели по эмоционально-волевому и индивидуально-психологическим блокам теста Кеттелл, практически совпадают с данными теста Айзенка. Это может указывать на достаточно успешный подбор методов психологического эксперимента [13,15].




Таким образом, в соответствии с проведенным исследованием по проблеме исследования нами были выделены следующие аспекты необходимые для оптимальной психологической подготовки спортсменов: *тип темперамента*, наименее адекватный является меланхолический тип; *коммуникативный компонент*, выступает как основа формирования психологического климата в коллективе; *основные черты личностных особенностей*, такие как: ценностное отношение к здоровому образу жизни; интеллектуальное развитие, высокая нормативность поведения, самоконтроль, смелость; *совместимость*, т.е. обеспечение тренером оптимальных условий для реализации индивидуальных качеств спортсменов; *тип отношения между тренером и воспитанниками*, для достижения высоких результатов они должны быть оптимальными и строится на взаимопонимании, взаимоуважении.

На основе этого можно говорить о том, что формирование ценностного отношения к здоровому образу жизни у воспитанников должно проводиться с учетом их индивидуально-психологических особенностей, так как каждому типу темперамента необходим индивидуальный подход, с учетом его особенностей, или же возможно условное разделение их по группам, основанное на определенном их сходстве. Все это благоприятно воздействует на повышение результатов.

Главной задачей в занятиях с подростками-спортсменами является воспитание у них ценностного отношения к своему здоровью, высоких морально-волевых качеств, чувства коллективизма, команды, дисциплинированности и трудолюбия. Важную роль в нравственном воспитании юных спортсменов играет непосредственно спортивная деятельность, которая представляет большие возможности для воспитания всех этих качеств.

Наше исследование выявило и доказало важную направляющую роль тренера-педагога, который не ограничивает свои воспитательные функции лишь руководством поведения воспитан-




ника во время тренировочных занятий и соревнований. Успешность этого процесса во многом определяется способностью тренера повседневно сочетать задачи спортивной подготовки и нравственного воспитания.

Дисциплинированность следует воспитывать с первых занятий. Строгое соблюдение правил тренировки и участия в соревнованиях, четкое исполнение указаний тренера, отличное поведение на тренировочных занятиях, в школе и дома – на все это должен постоянно обращать внимание тренер. Важно с самого начала спортивных занятий воспитывать спортивное трудолюбие, способность преодолевать специфические трудности, что достигается прежде всего систематическим выполнением тренировочных заданий, связанных с возрастающими нагрузками. На конкретных примерах нужно убеждать юного спортсмена, что успех в современном спорте зависит, прежде всего, от трудолюбия. Тем не менее, в работе с детьми необходимо придерживаться строгой последовательности в увеличении нагрузок. При занятиях с юными спортсменами все более важное значение приобретает интеллектуальное воспитание, основными задачами которого являются: овладение учащимися специальными знаниями в области спортивной тренировки, гигиены и других дисциплин.

В целях эффективности воспитания мы организовали тренировочный процесс так, чтобы постоянно ставить перед юными спортсменами задачи осязаемого двигательного и интеллектуального совершенствования. И на этапе предварительной подготовки была обеспечена преимущественная направленность, успешное обучение и совершенствование основных двигательных умений и навыков, изучение основ спортивной тренировки. Отрицательно сказывается на эффективности воспитательной работы недостаточная вариативность средств и методов обучения.


Ведущее место в формировании ценностного отношения к здоровому образу жизни у воспитанников-спортсменов, их нрав-



ственного сознания принадлежит методам обучения. Убеждение во всех случаях должно быть доказательным, для чего необходимы тщательно подобранные аналогии, сравнения, примеры. Формулировку общих принципов поведения нужно подкреплять ссылками на конкретные данные, опыт самих занимающихся.

Важным методом формирования ценностного отношения к здоровому образу жизни у воспитанников является поощрение – выражение положительной оценки их действий и поступков. Поощрение может быть в виде одобрения, похвалы, благодарности тренера и коллектива. Любое поощрение должно выноситься с учетом необходимых педагогических требований и соответствовать действительным заслугам воспитанника. На общем собрании в данном случае тренер вручал грамоты отличившимся. Одним из методов воспитания является наказание, выраженное в осуждении, отрицательной оценке поступков и действий юного спортсмена. Виды наказания разнообразны: замечание, устный выговор в приказе, разбор поступка в спортивном коллективе, отстранение от занятий, соревнований. Проявление слабоволия, снижение активности вполне естественны у спортсменов, как естественны и колебания их работоспособности. В этих случаях большее мобилизационное значение имеют дружеское участие и одобрение, чем наказание. К последнему надо прибегать лишь иногда, когда слабование проявляется спортсменом систематически. Лучшим средством преодоления отдельных моментов слабования является привлечение юного спортсмена к выполнению упражнений, требующих преодоления посильных для его состояния трудностей.

Спортивный коллектив является важным фактором формирования ценностного отношения к здоровому образу жизни у воспитанников. В коллективе спортсменов развивается всесторонне – нравственно, умственно и физически, здесь возникают и проявляются разнообразные отношения: спортсмена к своему коллективу, между членами коллектива, между спортивными коллекти-




вами. При решении задач сплочения спортивного коллектива воспитания, воспитания чувства коллективизма целесообразно использовать выпуск стенгазет и спортивных листов, проведения туристических походов, экскурсий, тематических вечеров, вечеров отдыха и конкурсов самодеятельности, создавать хорошие условия для общественно полезной деятельности.

Одна из важнейших задач в деятельности педагога-тренера – формирование волевых качеств у воспитанников. Волевые качества формируются в процессе сознательного преодоления трудностей объективного и субъективного характера. Для их преодоления используются необычные для спортсмена волевые напряжения. Поэтому основным методом воспитания волевых качеств является метод постепенного усложнения задач, решаемых в процессе тренировочных занятий и соревнований. Систематические занятия и выступления в соревнованиях являются эффективными средствами воспитания волевых качеств у юного спортсмена.

Процесс формирования ценностного отношения к физической культуре и здоровому образу жизни у подростков – это сложный и многогранный процесс, включающий различные виды воспитания (трудовое, физическое, нравственное, социальное). Проведенное исследование позволило обосновать приоритетные направления дальнейшего совершенствования физического и нравственного воспитания подростков в условиях системы дополнительного образования в спортивных секциях ДЮСШ. Среди них наиболее актуальными являются:

- формирование ценностного отношения к здоровью, осознание ими здоровья как интегрального показателя физического, психического, социального и духовно-нравственного состояния;
- разработка и внедрение авторской комплексной модели спортивно-ориентированного обучения подростков физической культуре в условиях ДЮСШ;




– внедрение в образовательный процесс ДЮСШ модулей с целью формирования межличностных отношений с учетом психологической совместимости в спортивном коллективе, направленный на достижение высоких спортивных результатов;

– интеграция основного и дополнительного физкультурного образования как способа создания единой физически и духовно-нравственной образовательной среды;

– систематический мониторинг состояния здоровья и морально-психологического климата в спортивном коллективе подростков в условиях ДЮСШ.


Исходя из полученных данных и многолетнего опыта работы в системе УДОД автором была разработана комплексная программа физической и психологической подготовки подростков по рукопашному бою. Так, для достижения физического и нравственного совершенства необходимо решить: образовательные, воспитательные и оздоровительные задачи. Образовательные задачи состоят из усвоения теоретических и методических основ соответствующего вида спорта, овладения двигательной культурой, основными принципами подготовки к соревнованиям. Для успешного решения поставленных задач в процессе тренировок и усвоения теоретических основ на каждой тренировке по авторской методике проводилось воспитание нравственных качеств. Оздоровительные задачи позволяющие контролировать развитие форм и функций организма, сохранять и укреплять здоровье проводились на основе использования восстановительных и медицинских мероприятий. По созданному нами плану, система занятий спортом представляла собой последовательную, логически обусловленную цепочку, в которой каждый элемент создает определенные условия для формирования отдельных элементов формирования ценностного отношения к физической культуре и здоровому образу жизни у воспитанников.




Данные социологического и результаты психологического исследований позволили создать для каждого из них индивидуальную программу тренировок, включающих вопросы каждодневного непрерывного решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач в их единстве. На протяжении всего периода адаптации воспитанников, который продолжался по результатам психологического и физиологического исследования около 1 года, тренировки сопровождалась совместной работой с психологами. Проводились наблюдения не только за каждым воспитанником, но и за процессом развития коллектива, поскольку целью нашей работы было формирование ценностного отношения к физической культуре и спорту, что в нашем исследовании, исходя из вышеизложенных принципов, предполагает объединение спортивной подготовки как фактора физического развития и нравственного совершенствования личности. В процессе тренировок периода адаптации из прежде существовавшей диффузной группы складывались микрогруппы. Мы не только внимательно наблюдали за воспитанниками на этапах первичного объединения и формирования микрогрупп, но и при активном участии психологов влияли на этот процесс, поскольку известно общие цели и ценностный мир являются факторами, позволяющими создать коллектив. В результате к концу первого года занятий в секции сложились микрогруппы, а через 3 года после начала эксперимента первоначально диффузная группа воспитанников (по результатам психологического исследования) превратилась в коллектив, объединяемый общей целью и имеющий ценностно-ориентационное единство.

В этот период каждым воспитанником были пройдены периоды адаптации (физиологической и психологической), развития, самоопределения, самореализации и самоутверждения.

На всех этапах опытно-экспериментальной работы изучалась самооценка личности, под которой мы понимаем элемент самосо-




знания, характеризующийся оценочным отношением к себе, собственным способностям, нравственным качествам и поступкам воспитанников. Было установлено, что сложившаяся система ценностных ориентаций школьников влияет на развитие их адекватной и позитивной самопозиции, в целом, на процесс формирования ценностного отношения к здоровому образу жизни. При адекватной Я-концепции появляется уверенность в своих физических и духовных силах, самокритичность, вместе с тем, качественно другой становится рефлексия в образовательной среде. На более высокий уровень поднимаются такие качества, как личная ответственности перед коллективом, организованность, дисциплинированность, трудолюбие, доброжелательность, самоуважение. Так, например, на констатирующем этапе эксперимента 46,2% воспитанников имели несформировавшуюся направленность, оцениваемую 2 баллами, 37,9% – групповую направленность – в 3 балла, 12,1% (4 балла) – поведение, определяемое общими интересами, 2,8% –эгоистическую (1 балл) и лишь 0,9% общественную мотивацию деятельности и поведения (5 баллов). Через три года после проведения формирующего эксперимента у воспитанников поведение, определяемое общими интересами, составило 39,1%, 32,3% – групповая направленность, 25,2% – общественная мотивация деятельности, несформировавшаяся направленность составила 1,6%, эгоистическая мотивация не выявлена. Воспитанники с эгоистической направленностью, низкой эмоциональной (жесток и равнодушен к другим) и низкой волевой характеристиками, несмотря на индивидуальную работу тренера, наблюдение и работу психолога, в конце первого года формирующего эксперимента были отчислены. Поскольку специфика данного вида спорта не позволяет воспитаннику с вышеперечисленными качествами личности дальнейшие занятия рукопашным боем.



Критерием эффективности процесса самопознания у испытуемых является самооценка, совпадающая с экспертной оценкой. При проведении констатирующего этапа эксперимента уровень самооценки был достоверно ($p < 0,02$) выше в среднем на 2,3 балла. Поэтому при проведении формирующего эксперимента в свободное время вне тренировок (на сборах), с испытуемыми проводились беседы: «Как воспитать самого себя?», «Учитесь управлять собой», «Пути самосовершенствования личности» и т.д.


Далее следует отметить: на протяжении всего эксперимента отношения тренер-воспитанник-родители были субъект-субъектными как и предполагалось в период создания модели исследования. Для организации подобных отношений в начале эксперимента была выстроена программа работы с родителями. Им объяснили цели эксперимента, предложили активно участвовать в нём. Затем родителей ознакомили с результатами медицинского, физиологического и психологического исследования и планами индивидуальной работы с воспитанниками на тренировках и в период вне тренировок. В дальнейшем на протяжении всего эксперимента и до настоящего времени формирование ценностного отношения к физической культуре и спорту протекает совместно с родителями. Результатом такой организации эксперимента являются следующие данные: так, например, если на констатирующем этапе эксперимента родители не могли назвать индивидуальные и психологические особенности своих детей, то сегодня 82,3% родителей верно определяют темперамент своих детей, их конституциональные особенности, знают об особенностях характера. Анкетирование выявило: 76,4% родителей за время проведения эксперимента обращались за помощью к тренерам и психологам, работающим с детьми. В первый год проведения эксперимента по инициативе самих воспитанников (как правило, это были дети из неполных семей Пригородного района) тренеры посещали школу и беседовали с учителями. Поэтому, если на подготовительном



этапе эксперимента мы не планировали работу со школой, то в дальнейшем проведение эксперимента вне тренировок проводилось совместно и с учителями.

Эксперимент выявил: формирование ценностного отношения к физической культуре здоровому образу, при правильной организации работы на тренировках, позволяют позитивно формировать, развивать интересы и способности; управлять нравственными формами их поведения; вырабатывать положительные жизненные ориентации; успешно нейтрализовывать те негативные влияния, которые подростки испытывают в проблемной семье, в учебном коллективе; а также компенсировать им внимание, уважение, заботу, недополученные от родных и близких; учить их выступать с активной позиции, решать общественно значимые и общественно полезные задачи, дать им ощущение нужности при хорошей физической подготовке.

В ходе исследования мы рассматривали систему ценностей в интеграции культуры, с учетом того, как ценности интегрируются внутри самой личности, могут меняться, выявляя идеалы и ориентации сегодняшней реальности. Неоценимую роль в этом процессе играют, как показало исследование, многосторонний комплекс мероприятий, проводимых вне тренировок. При организации работы спортивной секции по разработанной модели происходит их физическое и психологическое становление; снятие напряжения; а знакомство с новыми, интересными людьми, настроенными доброжелательно способствует познанию окружающей действительности с положительной стороны. Поэтому в нашу программу входили следующие мероприятия: помощь детскому дому, помощь женскому монастырю в ремонте помещений и т.д. В результате если в начале эксперимента уровень потребности в совместном труде и уровень умения трудиться сообща оценивался в среднем 3,1 балла, то к концу эксперимента он составил 4,5 баллов из максимальных 5 баллов ($p < 0,001$).



Одним из актуальных вопросов для наших воспитанников является вопрос формирования межрегиональной и межкультурной коммуникации, в процессе проведения констатирующего эксперимента были проведены полиструктурированное интервью для исследования этнической идентичности. Результаты исследования показали у 87,3% испытуемых – местный (конкретно-этнический) уровень этнической идентичности. В процессе проведения формирующего эксперимента в целях повышения уровня сформированности общероссийского и межрегионального уровня социальной идентичности нами практиковались регулярные встречи со спортсменами из других регионов как на соревнованиях, так при подготовке к ним. Во время выездов на соревнования по нашей просьбе организаторами соревнований проводились экскурсии, посещались музеи. После проведения формирующего эксперимента у воспитанников УДОД у 79% воспитанников уровень национальной идентичности составил общероссийский уровень – социальная идентичность с народами России.

Анкетирования подростков, в конце эксперимента выявило: на вопрос о причинах побуждающих их заниматься спортом 54% считают «спорт это мой образ жизни» во-вторых «чтобы быть сильным и здоровым» – 25%, «спорт позволяет реализовать себя в жизни» – 21%.

Исследование проблем, возникающих у них в процессе занятий спортом, показало: у испытуемых доминируют субъективные факторы субъективно-объективные и лишь затем, объективные. Что позволяет в работе с ними акцентировать внимание на предметно-содержательной стороне проблемы, а не на межличностных отношениях и тем более на независящих от них факторах.

Изучение конкретных субъективных факторов выявило: подростки, занимающиеся спортом считают наиболее значимыми не только целеустремленность, сильная воля и упорство (9 баллов из



ных 10), Но и стрессоустойчивость, гибкость, адаптивность поведения – 8-9 баллов.

ет обратить внимание, большинство воспитанников удовлетворение собой, своей физической формой, го-к актуальной потребности в общении и появлению же-ть опорой более слабым, незащищенным; стремление к-но-полезному образу жизни, желание быть гордостью х и близких.

трующий педагогический эксперимент подтвердил, что-кая реализация авторской программы физического вос-углубленным освоением избранного вида спорта и с-мплекса выделенных нами педагогических условий-ует формированию у воспитанников (13-15 лет) поло-о ценностного отношения к здоровью и здоровому об-и, их нравственно-духовному становлению, становле-ости.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Работа представляет собой сосредоточенную и целенаправленную педагогическую работу, ориентированную на воспитание у важного слоя нашего общества – школьников, способности к восприятию культурных ценностей и нравственных идеалов, определяющих многие положительные качества в характере и дальнейшем поведении, их последующую деятельность и активное участие в созидании нового общества. Рассматриваются возможности физической культуры, как учебной дисциплины, с помощью которой преподаватель может выполнять свою гуманную и необходимую функцию – формировать у школьников ценностное отношение к здоровому образу жизни. Эта проблема носит комплексный и межатраслевой характер, находясь на пересечении проблемных полей педагогики, общей и социальной психологии, философии, физиологии, физической культуры и спорта, биологии и медицины.

Ценностное отношение к физической культуре и здоровому образу жизни подростков является мерилом духовной культуры в сфере отношений, чувств и деятельности в нашем обществе. Их характеристика и функции основаны на признании гуманности, добра, справедливости, как основных критериев нравственности. Физическая культура, как никакая другая сфера культуры, содержит наибольший потенциал воспроизводства личности как ценности, представляющей собой единство телесного и духовного. В связи с этим смена образовательных парадигм связывает цели образования с изменением ценностей человека, который стремится воплотить идеал подлинного единства его сущностных сил, духовного и физического совершенства.

Формирование ценностного отношения к физической культу-



аждом из них человеческого достоинства, укрепление и / них чувства товарищества, коллективизма и одновременно духа конкуренции:

тия физической культурой должны быть сопряжены с / школьниками философско-теоретических представле- ности человека, его биосоциокультурной сущности при дисциплины с использованием методики духовно- ного самосовершенствования личности. Это позволяет м глубже осознать суть изучаемых явлений и процес- сать самих себя:

а и дополнительное образование должны осуществ- лямках специальной педагогической системы, предна- для целенаправленного формирования у них духовно- ных ценностей;

оцессе учебно-воспитательной деятельности разрабо- гогическая установка на формирование способности в к освоению морального смысла категории физиче- туры и. как результат, под воздействием содержа- аправленности занятий возникает соответствие сфор- ости духовно-нравственных ценностей характеру

оющей работе представляются основные теоретические еские положения, касающиеся проблемы формирова- стного отношения к здоровому образу жизни у школь- ловиях ДЮСШ №1 Пригородного района РСО-Алания. ал анализ научно-методической литературы, в стране ло подростков с девиантным поведением, совершаю- чные правонарушения. Этим обусловлена необходи- тивно-ориентированного обучения подростков в спор- лективе. Данное исследование способствовало повы-



Совокупность педагогических условий, обеспечивающих возможность и эффективность личностного развития подростков, создание установки спортсменов на специальную и психологическую подготовку; обеспечение технолого-инновационной подготовки спортсменов к реализации процесса индивидуально-психологического тренинга, увеличение доли рефлексивных, творческих форм работы в ДЮСША с целью формирования межличностных отношений, развития личностных качеств подростков.



ЛИТЕРАТУРЫ

в Б.Г. Человек как предмет познания. //СПб, 2001, 282с.

П.К. Новые данные к характеристике специфичности
щих активаций //Журнал высшей нервной деятельности
Н.И. Павлова. Т.12. вып.3. 1962. с.179-190.

ий Ю.К. Интенсификация процесса обучения. //М.:
, 1987. 78с.

ин В.А. Развитие познавательных процессов детей 6-10
едствами физического воспитания: В.А. Баландин
ческая культура: воспитание, образование, тренировка.
е1. С.24-26.

Л.И. Некоторые аспекты формирования специалиста
ическому воспитанию в институте физической культу-
Теория и практика физической культуры. 1980. №7.

Б.А. Роль темперамента в спортивной деятельности.
изкультура и спорт, 1978, 135с.

ин П.Я. Психология мышления и учение о поэтапном
овании умственных действий. //М. Наука. 1966.165с.

Ментальности народов мира. /Изд-во Эксмо, Алго-
008, 544с.

в В.В. О понятии личности в современной психологии
логический журн. 1988. т.9. №1, С.22-32.

О.И. Воспитание подростков в спортивном коллективе.
14.

в В.В. Комплексный контроль в подготовке спортсме-
А., 2016.

ев П.Ф. Педагогическая психология. СПб, 1912, 256 с.

льнов В.А. Туризм: теория и практика: Избр. в 5 томах.



ние, 2009.

15. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. //М., 2007, 138с.
16. Лесгафт П.Ф. Избранные педагогические сочинения /Сост. И.Н.Решетень. М.: Педагогика, 1988. 400с.
17. Майнберг Э. Основные проблемы педагогики спорта. //М.: Аспект пресс, 2015, 218 с.
18. Некрасов В.П. Спорт и характер. М.: Физкультура и спорт, 2006, 96 с.
19. Павлютенков Е.М. Формирование мотивов выбора профессии. Киев: Радянська школа, 2008, 144 с.
20. Ратанова Т.А., Шляхта Н.Ф. Психодиагностические методы изучения личности. Учебн. пособ. М.: Моск. психолого - социальный инст.; «Флинта», 2000, 264с.
21. Родионов А.В. Воспитывающая роль спорта. //М.: Физкультура и спорт, 2001, 36с.
22. Смирнов С.Д. Педагогика и психология высшего образования: от деятельности к личности: //Учебн. пособие для слушателей фак. и ин-тов повышения квалификации вузов и аспирантов. М.: Аспект-Пресс, 2005. 270с.
23. Тер-Ованесян А.А., Тер-Ованесян И.А. Педагогика спорта. Киев: Здоров'я, 2006, 204с.
24. Туревский И.М. Структура психофизической подготовленности учащейся молодежи. - Тула, 2003. 417с.
25. Унт И.Э. Индивидуализация и дифференциация обучения. М.: 1990. 189с.
26. Филиппов А.В. Управляющие воздействия тренера. М., 2008. 363с.
27. Формирование здорового образа жизни молодежи (медико-социальные аспекты) /А.В. Мартыненко, Ю.В. Валеник и др.



; 2009, 208с.

ова О.А. Соперничество, риск, самообладание в спор-
Физкультура и спорт, 1980, 103с.

В.И. Мотивация учебной деятельности. Ярославль:
н-та, 2011. 51с.

ов М.А. Гибкая технология проблемно-модульного
ия. М.: нар. образование. 2006.160с.

ков В.Д. Психология деятельности и способности че-
Учеб. пособие. 2-е изд. М.: Изд. корпорация «Логос»,
20с.

в Е.Н., Котова И.Б. Развитие личности в обучении. /М.:
ия, 2007. 288с.

а Г.И. Проблема познавательного интереса в педагоги-
Педагогика, 2001. 320с.

ская И.С. Личностно-ориентированное обучение в со-
ной школе. М.:Логос. 2010. 136с.

**Ф.Г. ХАМИКОЕВ
А.Н. ДОЕВА**

**ЦЕННОСТНОЕ ОТНОШЕНИЕ
МОЛОДЕЖИ К ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
И СПОРТУ**

Подписано в печать 01.02.2018
Гарнитура шрифта «Times New Roman»
Тираж 200 экз.

Издательство Северо-Осетинского
государственного университета имени К.Л. Хетагурова.