

## ЗАНЯТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ КАК ФАКТОР ПРЕОДОЛЕНИЯ АСОЦИАЛЬНЫХ ОТКЛОНЕНИЙ В ПОВЕДЕНИИ ПОДРОСТКОВ

Е.С. Борисенкова<sup>1</sup>, А.Я. Найн<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup> ФГБОУ ВПО «Уральский государственный университет физической культуры», Челябинск, Россия

Для связи с авторами: ekboris24@mail.ru

### Аннотация:

Цель исследования заключается в изучении влияния занятий физической культурой путем проникновения ее воспитательных мер во все сферы деятельности педагога-тренера и обучающегося на профилактику асоциальных отклонений в поведении подростков. Рассматривается влияние занятий физической культурой на процесс социального становления личности подростка с признаками асоциального поведения, активного самосовершенствования его индивидуальных, личностных качеств и двигательной сферы. Подтверждается эффективность учебно-тренировочных занятий и спортивных мероприятий, предъявляющих серьезные требования к личности подростка и при этом нейтрализующих асоциальные отклонения в их поведении.

**Ключевые слова:** физическая культура, фактор, асоциальные отклонения, поведение, подростки.

### OCCUPATIONS BY PHYSICAL CULTURE AS THE FACTOR OF OVERCOMING OF ASOCIAL DEVIATIONS IN BEHAVIOUR OF TEENAGERS

E.S. Borisenkova<sup>1</sup>, A.Ya. Nayn<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup> FGBOU VPO «The Ural state university of physical culture», Chelyabinsk, Russia

### Abstract:

The aim of the research consists in studying of influence of occupations by physical culture by penetration of its educational measures into all spheres of activity of the teacher-trainer and the trained person for process of prevention of asocial deviations in behavior of teenagers. Influence of occupations by physical culture on process of social formation of the identity of the teenager with signs of asocial behavior, active self-improvement of individual, personal qualities and the motive sphere is considered. Efficiency of the educational and training occupations and sporting events imposing serious requirements to the identity of the teenager, and thus neutralizing asocial deviations in their behavior is confirmed.

**Key words:** physical culture, factor, asocial deviations, behavior, teenagers.

### ВВЕДЕНИЕ

Подростковый возраст относится к кризисным периодам развития, для которых характерна неустойчивость эмоций, суждений и поведения, и поэтому считается наиболее противоречивым по сравнению с другими возрастными срезами развития личности. Развитие самосознания и самооценки, завершающееся формированием личностной структуры, по мнению Е. Е. Малковой, соотносится для подростка с асоциальным отклонением в поведении. становлением новой субъективной реальности, а именно – идентификации себя как продукта качественных и социальных трансформаций [17, с. 82-83].

Идея воздействия на подростков с целью преодоления асоциальных отклонений в по-

ведении средствами физической культуры не нова. Она декларировалась во все времена. Это отмечают многие ученые – А. А. Бакаева [3], Е. Л. Ефимова [7], Н. Ф. Левитов [13], А. В. Микляева и П. В. Румянцева [18] и другие. Только на разных исторических этапах к данной категории относились по-разному и вкладывали различный смысл. Поэтому нам важно определиться с исходным понятием «асоциальные отклонения в поведении подростка». Отметим при этом, что понятийно-терминологический аппарат в отношении данной категории подростков многоаспектен, специфичен, несовершенен и во многом носит условный характер по той причине, что наука не может точно определить степень опасного посягательства личности на нормы

общественной жизни. Подростки с асоциальными отклонениями в поведении совершают поступки, которые, по сути, можно квалифицировать как правонарушения, но данные поступки по разным причинам оставляются школой и органами внутренних дел без внимания [7, с. 35].

Отмеченное лишний раз подтверждает высокую степень актуальности исследуемой нами проблемы – преодоления асоциальных отклонений в поведении подростков, и прежде всего на занятиях физической культурой.

В психолого-педагогической и медико-биологической литературе таких подростков называют «трудными» (С. М. Ирхин), «педагогически запущенными» (И. С. Зими́на, Н. Д. Левитов), «правонарушителями» (И. П. Ильин), «трудновоспитуемыми» (А. Ю. Кржечковский). Все подходы к подобным определениям имеют право на существование.

В нашем исследовании обсуждается концептуальная идея о том, что подростки с асоциальными отклонениями в поведении не всегда знают, что такое «хорошо», а что «плохо», то есть не осмыслили ценность нравственных норм поведения и отношений. Известно, что с асоциальным поведением подростки не рождаются, а становятся таковыми в силу недостатков воспитания.

Многие авторы отмечают, что свое поведение подростки с асоциальными отклонениями считают нормальным, исходя из ошибочности ценностных ориентаций (Е. Л. Ефимова, Н. Д. Левитов, А. Р. Лурия, А. М. Прихожан, В. И. Сиваков). В психофизиологическом смысле это вполне нормальные подростки, но имеющие отклонения в поведении по отношению к принятым в обществе правилам в силу неосвоенных нравственных норм, обычаев и традиций или отторгающих их из-за принадлежности к определенной социальной общности, корпоративному объединению.

Значительный вклад в развитие теории и практики профилактики асоциальных отклонений в поведении подростков внесли и зарубежные ученые (А. Бандура и Р. Уолтерс, М. Вебер, Дж. Дженкинс, Г. Жиру, Д. Садкер, З. Фрейд, К. Харни). В работах этих авторов освещаются вопросы взаимодействия личности и социаль-

ной среды, влияния последней на формирование поведения подростков, их личностных качеств.

На протяжении длительного периода в психолого-педагогической литературе обсуждаются различные аспекты проблемы преодоления асоциальных отклонений в поведении подростков. В исследованиях отечественных и зарубежных психологов – С. А. Бадмаева, Р. Бернс, Д. Б. Богоявленской, В. Ш. Брюшкус, Л. А. Вегнера, Н. Гастфрейнд, М. Н. Гернет, В. А. Фусс, Х. Хекхаузен и других – раскрывается понимание сущности воспитания таких подростков; всесторонне рассматриваются значение и воспитательные функции учебного процесса; выделяются основные закономерности, вызывающие у детей агрессивность и тревожность.

Ретроспективный анализ литературных источников [1-26], реальной практики, сложившейся в процессе физического воспитания, выдвигает на первый план радикальное противоречие между интеллектуализацией и гуманизацией образования и низким общекультурным, эстетическим и образовательным уровнем школьного физического воспитания, которое призвано сформировать одну из базовых культур человека – физическую культуру личности.

Выделенное противоречие позволило сформулировать ключевую идею данной статьи: занятия физической культурой формируют установку на целенаправленное создание резервов здоровья каждого учащегося, стимулируют его личную заинтересованность в преодолении асоциальных отклонений в поведении.

Цель: обосновать и экспериментально апробировать влияние занятий физической культурой на процесс преодоления асоциальных отклонений в поведении обучающихся.

Задачи, которые реализуются в исследовании: изучить состояние проблемы в теории и практике по преодолению асоциальных отклонений в поведении подростков; обосновать предпосылки и условия преодоления асоциальных отклонений в поведении подростков средствами физической культуры; выявить эффективность влияния авторской методики, направленной на преодоление негативных ситуаций на занятиях физической культурой.

## МЕТОДИКА И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

Экспериментальная методика проектировалась на предположении, что профилактика негативного влияния на процесс преодоления асоциальных отклонений в поведении подростков средствами физической культуры будет успешной, если учебный процесс по физической культуре в школе проходит в условиях постоянной активности. Предметом поиска станут занятия физической культурой, эстетически и эмоционально насыщенными видами двигательной деятельности обучающихся, проводимые в учебное и внеучебное время, строящиеся на основе доверительного отношения между педагогом-тренером и подростком. Ключевой идеей методики является тренд: асоциальные отклонения в поведении обучающихся нивелируются при воспитании у них интереса к занятиям физической культурой на персонализированной, прогностическосоствязательной основе, учитывающей развитие потребностей и ценностных ориентаций обучающихся. Согласно концепции З. Фрейда, направленность личности на позитивные деяния характеризуется интересами. Интересы являются важнейшей побудительной силой к приобретению знаний, к расширению кругозора человека, к обогащению содержания его психической жизни [25]. Спортивный интерес – это постоянное стремление к знаниям о спортивной деятельности, посещению соревнований по различным видам спорта, к занятиям физическими упражнениями.

Специфика любой отрасли воспитания заключается в том, какими средствами и методами воспитывается человек. Наука о физическом воспитании возникла и развивалась как система знаний о физических упражнениях. В этом, по мнению авторов коллективной монографии В. М. Астапова и Е. Е. Малковой, и заключается ее ценность [2, с. 179-180]. Она повторяет путь, пройденный наукой в целом, включая ступени нерасчленённого знания, дифференциации и интеграции знаний. Искусство врачебной гимнастики, физической подготовки, учение о физическом развитии и образовании человека, теория физического воспитания и спортивной тренировки – тако-

вы ступени исторического развития форм науки о физической культуре.

Одним из важных условий воспитания у подростков интереса к занятиям физической культурой являются физические упражнения. Последние, как отмечают А. Бандура и Р. Уолтерс, повышают функциональные возможности организма обучающегося, положительно воздействуют на его психику и эмоциональную сферу [4, с. 341-342]. Эти закономерности являются аксиомой и не требуют доказательств.

Систему физических упражнений, физические тренировки следует рассматривать как фактор, усиливающий подвижность физиологических процессов, повышающий иммунобиологические свойства организма и усиливающий интерес подростков к занятиям физической культурой. Такие подтверждения мы находим в исследованиях Л. А. Беляевой [3], С. М. Ирхина [10], Н. Ю. Максимовой [16], А. В. Миклеевой и П. В. Румянцевой [18], В. И. Сивакова [23].

В разработанной методике учитывалось, что интерес обучающегося к занятиям физической культурой можно значительно повысить, если создать следующие условия: разделение класса на группы по спортивно-физкультурным интересам и проведение занятий с учетом спортивных склонностей и интересов подростков; проведение занятий физкультурой, особенно третьего урока, внеклассных и внешкольных мероприятий нетрадиционным способом (посещение занятий в спортивной школе, спортивных секций, кружков, бассейна, соревнований, встречи с известными спортсменами города); знакомство детей с основами здоровьесберегающего образа жизни, приобретение умений самостоятельно заниматься физическими упражнениями, навыков самоконтроля, определения физической подготовленности; обеспечение программ по физической культуре в структуре системы физического воспитания в семье, вне образовательной организации, составленных с учетом индивидуального состояния здоровья, психосоматического статуса подростка.

В процессе исследования использовались методы: анализ продуктов деятельности обу-

чающихся с асоциальными отклонениями в поведении, тестирование, включенное наблюдение, факторный анализ по методу главных компонентов. Проводилось комплексное тестирование на основе батареи тестов и методик: «Мотивация к успеху» (Н. Ю. Максимова), «Психология знаний» (П. К. Анохин), «Ценностные ориентации» (М. Рокич), «Мотивация к избеганию неудач» (Т. Элсер), «Определение уровня притязаний» (В. Гербачевский), «Самооценка психического состояния: общая активность, настроение, самочувствие», «Мотивы занятия спортом» (А. М. Прихожан), «Мотивация спортивной деятельности» (Е. Л. Ефимова, А. Я. Найн).

В исследовании приняли участие подростки муниципальных образовательных учреждений школ № 56 и № 59 г. Челябинска. Возраст испытуемых – 12-15 лет. Были определены две группы – экспериментальная (ЭГ, 22 человека) и контрольная (КГ, 20 человек). Испытуемые ЭГ – подростки, систематически занимающиеся физической культурой и спортом, посещающие различные спортивные секции. В группу КГ входили подростки, не систематически занимающиеся физической культурой и спортом по каким-либо причинам (например, по состоянию здоровья, в силу личностного отношения к педагогу-тренеру или отсутствия желания). Соблюдение одного из важных требований к проведению педагогического эксперимента – идентичность групп, уравнивание их условий – заключалось в том, что ЭГ и КГ подбирались с примерно одинаковым количеством участников и уровнем учебной деятельности [5, с. 63]. Группы формировались на основании анализа школьных журналов, опроса самих учащихся, беседы с учителями, педагогом-тренером.

## РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

В ходе исследования нами были разработаны психолого-педагогические тесты определения мотивации и ценностного отношения обучающихся к занятиям физическими упражнениями во внеучебное время. Предложенный инструментарий позволяет на предварительном этапе корректно оценить уровень исходной мотивации подростков к дальнейшим занятиям физической культурой. Диагностические упражнения по своему содержанию и структуре дают предварительную оценку не только мотивации, но и специализированным двигательным способностям и технике движений, которые необходимы для успешных занятий физической культурой. В таблице 1 показаны результаты тестирования подростков с асоциальными отклонениями в поведении.

Отчетливо выраженная положительная мотивация к занятиям физической культурой во внеучебное время у подростков младшей группы была отмечена в 5,9 % случаев. К окончанию формирующего эксперимента этот уровень уже поднялся до 15,6 % респондентов. В старшей группе результаты были таковы: на начало констатирующего эксперимента – 10,1 %, а в конце эксперимента – 18,7 % случаев. Неопределенность в ценностных ориентациях младшей группы обнаружена в 48,7 % обучающихся, а к концу опытно-экспериментальной работы уменьшилась до 29,8 %. В старшей возрастной группе целенаправленное развитие ориентации и интересов к занятиям физической культурой сопровождалось увеличением представительства с 40,2 % до 29,1 %.

Материалы исследования были подвергнуты экспертизе методикой «Самооценка психи-

**Таблица 1 – Результаты тестирования подростков с асоциальными отклонениями в поведении по определению ценностных ориентаций к занятиям физической культурой во внеучебное время**

Ценностные ориентации к занятиям физической культурой, группы подростков	Группы подростков			
	Младшая группа (12-13 лет)		Старшая группа (14-15 лет)	
	Начало эксперимента	Конец эксперимента	Начало эксперимента	Конец эксперимента
Отчетливо выраженные (положительные) – экспериментальная группа	5,9 %	15,6 %	10,1 %	18,7 %
Неопределенность в ценностных ориентациях (нечетко дифференцированные) – контрольная группа	48,7 %	29,8 %	40,2 %	29,1 %

Таблица 2 – Результаты исследования по методике «Самооценка психического состояния: общая активность, настроение, самочувствие»

Группы подростков	Показатель уровня, %						
	Общая ак	Активность		Настроение		Самочувствие	
		низкий	норма	низкий	норма	низкий	норма
Экспериментальная группа	83,5	15,4	85,2	11,6	86,1	11,2	
Контрольная группа	81,8	19,7	74,9	22,9	74,5	22,4	

ческого состояния: общая активность, настроение, самочувствие». Ее содержание основывается на самооценке респондента своего состояния (самочувствия), выбора обучающимся из пары противоположных содержательных характеристик необходимого. Полученные результаты по данной методике приведены в таблице 2.

Приведенные результаты формирующего эксперимента показывают, что по шкале «Общая активность» показатель уровня в норме в экспериментальной группе выявлен у 83,5 % подростков, а в контрольной – у 81,8 %; низкий уровень в экспериментальной группе составил 15,4 %, а в контрольной – 19,7 %. По шкале «Настроение» показатель уровня в норме в экспериментальной группе выявлен у 85,2 % испытуемых, в контрольной – у 74,9 %; показатель низкого уровня в экспериментальной группе составил 11,6 %, в контрольной – 22,9 %. По шкале «Самочувствие» показатель уровня в норме в экспериментальной группе выявлен у 86,1 % подростков, а в контрольной – у 74,5 %; низкий уровень самочувствия в экспериментальной группе составил 11,2 %, в контрольной – 22,4 % исследуемых.

Таким образом, из материалов изыскания видно, что по всем шкалам просматривается некоторая разница в показателях: так, показатели уровня «Общая активность», «Настроение» и «Самочувствие» более стабильны в экспериментальной группе обучающихся (в нее включены подростки, систематически занимающиеся физической культурой и спортом), чем в контрольной группе испытуемых.

Это свидетельствует о том, что эмоциональная сфера личности подростков, постоянно занимающихся физической культурой, более развита, прослеживается позитивное влияние занятий физическими упражнениями и спортом в профилактике асоциальных отклонений

в поведении обучающихся.

Занятия спортом, как известно, способствуют формированию у подростков положительных эмоций. Причины этого явления, по мнению Л. А. Беляевой, объясняются тем фактом, что мышечное напряжение (в определенных пределах интенсивности) связано с возникновением приятных ощущений [3, с. 164]. Активная двигательная деятельность регулирует процессы возбуждения и торможения центральной нервной системы. Учебно-тренировочные занятия, участие в спортивных соревнованиях, предъявляющих достаточно высокие требования к организму, могут снизить, а порой и вовсе нейтрализовать ранее возникающие асоциальные отклонения в поведении подростков (Н. В. Арыст, В. Э. Бельц).

### ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Анализ научно-методической литературы и наш профессионально-педагогический опыт позволяют сделать заключение о том, что многие подростки с признаками асоциальных проявлений в поведении считают свои поступки нормальными, исходя из ошибочности ценностных ориентаций. В психофизиологическом отношении это нормальные дети, но имеющие отклонения в поведении по отношению к принятым в обществе правилам в силу неуспеваемости нравственных норм, обычаев и традиций или отторгающие их из-за принадлежности к определенной социальной общности, корпоративному объединению.

Асоциальные отклонения в поведении подростков заключаются в их неразвитости, необразованности и невоспитанности, отставании их развития от собственных возможностей, требований возраста, вызванных педагогическими причинами и подвергающихся коррекции педагогическими средствами. При сохранении примерно одинакового механиз-

ма возникновения и развития на разных возрастных ступенях это явление имеет возрастную динамику, взаимосвязанные признаки и проявления. У таких подростков учеба в существующих ее формах не может удовлетворить потребность в общении со сверстниками, стремление к участию в коллективных формах деятельности. Им необходимо удовлетворить «чувство взрослости», потребность утвердить свою новую социальную позицию и поддерживать самоуважение. В учебной деятельности таких подростков должен произойти переход к более сложным формам: самосовершенствованию и самообразованию.

Итак, приоритетной задачей занятий физической культурой с подростками, имеющими асоциальные отклонения в поведении, является формирование личности. Это достигается пу-

тем повышения эффективности физических упражнений в воспитании интереса к занятиям физической культурой у подростков посредством использования эмоционально насыщенных видов физических упражнений оздоровительной направленности; проектирования школьных и внешкольных занятий по физической культуре на основе доверительного отношения между субъектами деятельности; прогнозирования и последовательной реализации задач развития нравственно-мотивационной сферы жизнедеятельности подростков; обеспечения единства психофизиологического и нравственного оздоровления обучающихся в процессе занятий физической культурой; мобилизации и развития их волевой, интеллектуально-познавательной и двигательной активности.

#### БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Анохин, П.К. Психология эмоций : тексты / П.К. Анохин, М. : Просвещение, 1984. — 185 с.
2. Астапов, В.М. Тревожные расстройства в детском и подростковом возрасте. Теория и практика : монография / В.М. Астапов, Е.Е. Малкова. — М. : МПСИ ; Воронеж : МОДЭК, 2011. — 368 с.
3. Беляева, Л.А. Влияние занятий физической культурой и спортом на развитие эмоциональной сферы личности подростков / Л.А. Беляева // Вестник ТГПУ, 2011. — № 10 (112). — С. 162-165.
4. Бандура, А. Подростковая агрессия. Изучение влияния воспитания и семейных отношений / А. Бандура, Р. Уолтерс. — М. : Апрель-Пресс, Эксмо Пресс, 2000. — 512 с.
5. Борисенкова, Е.С. Профессиональная подготовка будущего учителя физической культуры на основе кредитно-модульного обучения культуры / Е.С. Борисенкова, О.П. Керер, А.Я. Найн // Физическая культура : воспитание, образование, тренировка. — 2014. — № 3. — С. 61-64.
6. Гонев, А.Д. Основы коррекционной педагогики / А.Д. Гонев, Н.И. Лифинцева, Н.В. Ялпаева. — 3-е изд. ; М., 2004. — 86 с.
7. Ефимова, Е.Л. Индивидуализация процесса воспитания подростков в современных условиях / Е.Л. Ефимова // Личностно-ориентированное образование : проблемы, опыт, пути поиска. — Челябинск : УралГАФК, 2003. — С. 35-38.
8. Зимина, И.С. Педагогические условия снижения тревоги подростков : метод. рекомендации / И.С. Зимина. — Екатеринбург : УГПУ, 1998. — 36 с.
9. Ильин, Е.П. Психология индивидуальных различий / Е.П. Ильин. — СПб. : Питер, 2010. — 701 с.
10. Ирхин, С.М. Примерная программа изучения подростков с признаками асоциального поведения / С.М. Ирхин // Личностно-ориентированное образование : проблемы, опыт, пути поиска. — Челябинск : УралГАФК, 2006. — С. 57-61.
11. Концепция Федеральной целевой программы «Развитие физической культуры и спорта в Российской Федерации на 2006-2015 годы». — М. : Минспорттуризм, 2008. — 39 с.
12. Кржечковский, А.Ю. Формирование самосознания у детей и подростков как метод профилактики пограничных психических расстройств / А.Ю. Кржечковский // Медицинская психология в России : электрон. науч. журн. — 2011. — № 5. — [http:// medpsy.ru](http://medpsy.ru) (дата обращения : 01.02.2012).
13. Левитов, Н.Д. Психическое состояние беспокойства, тревоги / Н.Д. Левитов // Вопросы психологии. — 1969. — № 1. — С. 39-46.
14. Леонтьев, А.Н. Потребности, мотивы, эмоции / А.Н. Леонтьев. — М. : МГУ, 1989. — 208 с.
15. Лурия, А.Р. Нейропсихология и проблемы обучения в общеобразовательной школе / А.Р. Лурия, Л.С. Цветкова. — М. ; Воронеж : МОДЭК, 1997. — 64 с.
16. Максимова, Н.Ю. Диагностика и коррекция поведения трудных подростков // Вопросы психологии. — 1988. — № 3. — С. 93-94.
17. Малкова, Е.Е. Особенности психологических защит и их связь с тревогой у подростков с шизотипическим расстройством / Е.Е. Малкова // Ученые записки СПбГМУ им. акад. И.П. Павлова. — СПб., 2011. — С. 81-87.
18. Микляева, А.В. Школьная тревожность : диагностика, профилактика, коррекция / А.В. Микляева, П.В. Румянцева. — СПб. : Речь, 2009. — 304 с.
19. Мухина, В.С. Возрастная психология / В.С. Мухина. — М. : МГУ, 1997. — 196 с.
20. Найн, А.Я. Развитие профессионально значимых качеств будущих специалистов физической культуры : учеб. пособие / А.Я. Найн, О.Л. Назарова, В.И. Кондрух. — Челябинск, УралГУФК, 2011. — 158 с.
21. Найн, А.Я. Современный словарь-справочник молодого исследователя / А.Я. Найн, З.М. Уметбаев. — Челябинск : УралГУФК ; Магнитогорск : МаГУ, 2010. — 116 с.

22. Прихожан, А.М. Диагностика тревожности и некоторые способы ее преодоления / А.М. Прихожан // Диагностическая и коррекционная работа школьного психолога. — М.: МГИЦ, 1987.— 304 с.
23. Сиваков, В.И. Профилактика правонарушений в школьной среде средствами физической культуры и спорта / В.И. Сиваков // Методические рекомендации. — Челябинск : ЧГПУ «Факел», 2001.— 23 с.
24. Физическая культура в образовательном процессе : межвуз. сб. науч. тр. — Екатеринбург : УГПУ, 1992. — 273 с.
25. Фрейд, З. Психоаналитические этюды ; пер. с нем. / З. Фрейд. — Мн.: ООО «Попурри», 2004.— 608 с.
26. Хорни, К. Наши внутренние конфликты / К. Хорни // Психоанализ и культура : избранные труды Карен Хорни и Эриха Фромма. — М.: Наука, 1995.— 504 с.

## BIBLIOGRAPHY

- Anokhin, P.K. Psychology of emotions : texts / P.K. Anokhin, M. : Prosvyashchenie, 1984.— 185 p.
- Astapov, V.M. Disturbed frustration at children and teenager's age. Theory and practice : monograph / V.M. Astapov, E.E. Malkova. — M. : MPSI ; Voronezh : MODEK, 2011.— 368 p.
- Belyaeva, L.A. Influence of occupations by physical culture and sport on development of the emotional sphere of the identity of teenagers / L.A. Belyaeva // The Bulletin of TGPU, 2011.—No. 10 (112).—P. 162-165.
- Bandura, A. Teenagers' aggression. Studying of influence of education and family relations / A. Bandura, R. Walters. — M. : Aprel-Press, Eksmo Press, 2000.— 512 p.
- Borisenkova, E.S. Professional training of future teacher of physical culture on the basis of credit and modular training of culture / E.S. Borisenkova, O.P. Kerer, A.Ya. Nayn // Physical culture : upbringing, education, training.—2014.—No. 3.—P. 61-64.
- Gonev, A.D. Fundamentals of correctional pedagogics / A.D. Gonev, N.I. Lifintseva, N.V. Yalpayeva. — 3rd edit. ; M. : 2004.— 86 p.
- Yefimova, E.L. Individualization of process of education of teenagers in modern conditions / E.L. Yefimova // The Personal oriented education : problems, experience, ways of search.—Chelyabinsk : UralGAFK, 2003.—P. 35-38.
- Zimina, I.S. Pedagogical conditions of decrease in anxiety of teenagers : method. recommendations / I.S. Zimina.—Yekaterinburg : UGPU, 1998.— 36 p.
- Ilyin, E.P. Psychology of individual distinctions / E.P. Ilyin.—SPb. : Piter, 2010.— 701 p.
- Irkhin, S.M. The approximate program of studying of teenagers with signs of asocial behavior / S.M. Irkhin // The Personal oriented education : problems, experience, ways of search.—Chelyabinsk : UralGAFK, 2006.—P. 57-61.
- Concept of the Federal target program «Development of Physical Culture and Sport in the Russian Federation for 2006-2015». — M. : Minsportturism, 2008.— 39 p.
- Krzhechkovsky, A.YU. Formation of self-consciousness of children and teenagers as a method of prevention of boundary mental disorders / A.Yu. Krzhechkovsky // Medical psychology in Russia : electronic scientific journal.—2011.—No. 5.—http://medpsy.ru (date of the address : 01.02.2012).
- Levitov, N.D. Mental condition of concern, anxiety / N.D. Levitov // Questions of psychology.— 1969.— No. 1.— P. 39-46.
- Leontyev, A.N. Requirements, motives, emotions / A.N. Leontyev.— M. : MGU, 1989.— 208 p.
- Luriya, A.R. Neuropsychology and problems of training at school providing general education / A.R. Luriya, L.S. Tsvetkova. — M. ; Voronezh : MODEK, 1997.— 64 p.
- Maximova, N.Yu. Diagnostics and correction of behavior of difficult teenagers // Questions of psychology.— 1988.— No. 3.— P. 93-94.
- Malkova, E.E. Features of psychological protection and their connection with anxiety at teenagers with shizotypical frustration / E.E. Malkova // Scientific notes of SPbGMU named after academic I.P. Pavlov.— SPb., 2011.— P. 81-87.
- Miklyaeva, A.V. School anxiety : diagnostics, prevention, correction / A.V. Miklyaeva, P.V. Rummyantseva.— SPb. : Rech, 2009.— 304 p.
- Mukhina, V.S. Age psychology / V.S. Mukhina. — M. : MGU, 1997.— 196 p.
- Nayn, A.Ya. Development of professionally significant qualities of future experts of physical culture : study guide / A.Ya. Nayn, O.L. Nazarova, V.I. Kondrukh. — Chelyabinsk, UralGUFK, 2011.— 158 p.
- Nayn, A.Ya. Modern dictionary and reference book of the young researcher / A.Ya. Nayn, Z.M. Umetbayev. — Chelyabinsk : UralGUFK ; Magnitogorsk : MAGU, 2010.— 116 p.
- Prikhozhan, A.M. Diagnostics of anxiety and some ways of its overcoming / A.M. Prikhozhan // Diagnostic and correctional work of the school psychologist.— M. : MGITs, 1987.— 304 p.
- Sivakov, V.I. Prevention of offenses in the school environment means of physical culture and sport / V.I. Sivakov // Methodical recommendations. — Chelyabinsk : ChGPU «Fakel», 2001.— 23 p.
- Physical culture in educational process : interacademic collection of scientific works. — Yekaterinburg : UGPU, 1992.— 273 p.
- Freud, Z. Psychoanalytic studies ; transl. from German / Z. Freud.— Mн.: ООО «Попурри», 2004.— 608 p.
- Horni, K. Our internal conflicts / K. Horni // Psychoanalysis and culture : Karen Horni and Erich Fromm's selected works.— M. : Nauka, 1995.— 504 p.

## СВЕДЕНИЯ ОБ АВТОРАХ

Борисенкова Екатерина Сергеевна<sup>1</sup> — кандидат педагогических наук, доцент кафедры теории и методики танцевальных видов спорта и педагогики балета ФГБОУ ВПО «Уральский государственный университет физической культуры».

Найн Альберт Яковлевич<sup>2</sup> — Заслуженный деятель науки России, доктор педагогических наук, профессор, заведующий кафедрой педагогики ФГБОУ ВПО «Уральский государственный университет физической культуры».