



УДК 159.943

ЦЕННОСТНЫЕ ОРИЕНТАЦИИ И ЦЕЛИ ЛИЧНОСТИ КАК ФАКТОРЫ ПОДГОТОВКИ ЮНЫХ СПОРТСМЕНОВ

INDIVIDUAL VALUES AND GOALS AS FACTORS IN YOUNG ATHLETES TRAINING



Курилкин Анатолий Иванович – канд. пед. наук, доцент кафедры физической культуры и спорта Московского государственного строительного университета, Москва, Россия

Kurilkin Anatoliy – PhD, Associate Professor of the Department of Physical Culture and Sport at the Moscow State University of Civil Engineering, Moscow, Russia

Ключевые слова: детский спорт, проблемы, подготовка, мотивирующие факторы, ценностные ориентации, конкретные цели, психологическая подготовка.

Аннотация. В данной статье рассматривается проблема активизации мотивирующих факторов к занятиям в спортивной секции юными спортсменами. Среди факторов, детерминирующих активность освоения спортивной деятельности, выделены ценностные ориентации и личностные цели. Данное положение, основанное на практическом и теоретическом анализе, нашло подтверждение в экспериментальном исследовании. Проведенное исследование позволило усовершенствовать спортивно-педагогическую работу с юными спортсменами и направило на дальнейшую работу по совершенствованию психологической подготовки.

Keywords: Children's sports, problems, the preparation, motivating factors, valuable orientations, specific goals, psychological preparation.

Abstract. In given article the problem of activization of motivating factors to employment in sports section young sportsmen is analyzed. Among the factors determining activity of development of sports activity, valuable orientations and the personal purposes are allocated. The given position based on the practical and theoretical analysis, has found acknowledgement in the given experimental research. The carried out research has allowed to improve sports-pedagogical work with young sportsmen and has directed for the further work on perfection of psychological preparation.

Актуальность исследования. В настоящее время не только спорт высшего мастерства, но и спорт, направленный на подготовку спортивных резервов, т.е. молодежный и юношеский, и даже детский спорт все больше профессионализируется по своей сути. Сегодняшний спорт базируется на выпускниках школ олимпийского резерва, спортивных классах, ведущих юных спортсменов в спорт высшего мастерства.

Занятия юных спортсменов превращаются в серьезный целенаправленный вид деятельности, требующий полной самоотдачи. Этот путь обязывает к мобилизации колоссальной энергии, целенаправленного ее перераспределения для достижения

высокой результативности и обеспечения стабильности психологического состояния детского организма в жестких условиях все возрастающей конкуренции взрослого мира. Проблемы высшего спортивного мастерства полностью обусловлены эффективным решением задач детского спорта. Участие в соревнованиях, где от молодого спортсмена требуется полная отдача, где присутствуют конкуренция, травмы и боль, радость победы и поражения – все это предъявляет особые требования к подготовке юных спортсменов и к формированию мотивационной сферы личности будущего спортсмена.

Известно, что уже в группах начальной подготовки интенсивно развивающийся детский организм

испытывает огромный прессинг психоэмоциональной и физической нагрузок, который способен выдержать не каждый ребенок. Если физические нагрузки велики, а ребенок-спортсмен плохо управляет своим состоянием, возникает чрезмерное психическое напряжение, которое снижает эффективность спортивной деятельности, приводит к ее дезорганизации, а в результате к проигрышу, к потере уверенности в себе и депрессии.

Большая проблема – это выдерживать двойную нагрузку: учеба в школе и тренировки в спортивной секции в условиях психоэмоциональных и физических нагрузок. Наиболее важным отличительным признаком данного периода являются фундаментальные изменения в сфере самосознания ребенка, которые имеют кардинальное значение для всего последующего развития и становления его как личности. Именно в этот период, согласно мнению одного из крупнейших отечественных психологов Б.Г. Ананьева, сознание, пройдя через многие формы отношений, само становится объектом самосознания и, завершая структуру характера, обеспечивает его целостность, способствует образованию и стабилизации личности будущего спортсмена. Все эти особенности, проявляющиеся в системе спортивного обучения детей, определяют актуальность данного исследования, направленного на исследование факторов, оптимизирующих систему подготовки.

Среди мотивирующих факторов обучения и совершенствования спортивного мастерства, как показывает практический и литературный анализ, выделяют два фактора: ценностные ориентации и конкретные цели личности спортсмена.

Во-первых, каждый спортсмен в процессе своего формирования и развития проходит ряд этапов, приобретая при этом определенный комплекс личностных качеств, установок и ценностей, устремлений, формы поведения, индивидуальный жизненный опыт и свое видение мира [2]. Все это личность приобретает в процессе социализации. Именно благодаря социализации каждый человек, обретая свою социальную сущность, включается в определенные социальные отношения и интегрируется в социально-спортивную систему. Спорт, как не только источник активности, но и социальный институт с собственной системой правил и моделей поведения, является социализирующей средой развития личности спортсмена. Формирование гармоничной личности в спорте, закладывается с детских лет и именно в подростковом возрасте [4] у спортсмена формируются те

личностные качества и психологические образования, которые в дальнейшем способствуют или, наоборот, мешают спортсмену реализовать свой спортивный потенциал [8].

Во-вторых, с точки зрения социальной психологии спортсмен находится в системе взаимодействия с тренером. Поэтому, с одной стороны (со стороны спортсмена), цель – это осознанный образ превосходящегося результата, на достижение которого направлено действие человека, а с другой (со стороны тренера) – цель задается формальным описанием конечных ситуаций, к достижению которых стремится любая саморегулирующаяся функционирующая система или в данном случае – личность спортсмена [3, 7]. Таким образом, общим признаком цели является «образ будущего результата, представленного в виде перцептивных образов и моделей, либо в виде вербализованных понятий, суждений и умозаключений». Вторым признаком цели является «наличие потребности и стремления в достижении будущего результата». Основой становления целей ребенка в детском спорте является практическая деятельность, направленная на преобразование собственных способностей и кондиций личности юного спортсмена при адекватном педагогическом взаимодействии с тренером и сопровождающей активностью родителей.

Целью исследования является изучение влияния спорта, как фактора социализации личности, на формирование ценностно-смысловой сферы спортсмена и конкретных целей достижения спортивного мастерства.

Организация исследования. Исследование проводилось в два этапа. На первом были использованы методы: анкетирование, наблюдение и интервьюирование, а на втором – методика Е.Б. Фанталовой «Уровень соотношения значимости ценности и доступности в различных жизненных сферах». В проведенном исследовании приняли участие 30 тренеров, 100 детей и 100 родителей юных спортсменов.

Результаты исследования и их обсуждение. В результате проведенного исследования на первом этапе были получены следующие результаты (таблица).

Анализ результатов показывает, что детей в меньшей степени беспокоит состояние здоровья. Переживают о состоянии своего здоровья немногие высокотренированные дети (8 %). Каждодневной целью занятий спортом ребенка является удовлетворение потребностей в успешной спортивной

Таблица – Результаты анкетирования по выявлению целевых установок юных спортсменов, тренеров и родителей (в %)

	Юные спортсмены	Тренеры	Родители
1. Заниматься делом	10	–	10
2. Стать известным спортсменом и постоянно заниматься спортом	32	–	20
3. Развитие физического здоровья	8	30	20
4. Просто быть сильным	40	10	10
5. Воспитание личности человека	–	30	30
6. Повысить функциональные способности	10	20	10
7. Вырастить успешного спортсмена	–	10	–
	100 %	100 %	100 %

деятельности (32%) и «просто быть сильным» с положительной социальной оценкой ближайшего окружения (40%). При этом 10% детей родители привели в спортивную секцию с целью «лишь бы чем-нибудь занялся», и не «болтался», и 10% – с целью: «спорт укрепляет память, внимание и прочие способности».

Рассматривая целевые установки тренеров можно отметить ориентацию на развитие физического здоровья (30%), воспитание личности (30%) и функциональные способности (20%).

Целевые установки родителей ориентированы в первую очередь на воспитание личности (30%) и развитие физического здоровья (20%). И вместе с тем, как показывают результаты, можно отметить, что многие родители надеются на то, что из их детей можно воспитать известного в будущем спортсмена (20%).

Вместе с тем, в результате наблюдения было выделено сходство целевых установок, заявленных тренером и родителями, но в практике детского спорта нередко происходит замена целей деятельности и средств достижения представленных целей, когда родители требуют от детей регулярной победы в соревнованиях, бессознательно, на уровне азарта – «Хлеба и зрелищ!». Родитель из сопровождающего и оберегающего взрослого превращается в зрителя и критика (35% – при 3-х летнем стаже занятий спортом ребенка; 21% – при 5-летнем стаже).

Также было выявлено, что дети существенно отличаются по уровню состязательной активности. Некоторым юным спортсменам необходимо постоянно быть в соревновательной борьбе (18%), соотносить свою деятельность с чьей-либо, а кто-то избегает как собственно соревнований, так и переживаний, связанных с ними (22%).

Резюмируя первый этап, отметим, что внешние цели задаются извне (тренер, родители, окружение), а внутренние создаются самим человеком. Любая внешняя цель должна пережить стадию внутреннего принятия ее каждым спортсменом (если это командная цель), в случае непринятия основным составом команды – цель не будет достигнута. Внешняя цель, представленная ребенку, в индивидуальном виде спорта, также должна пройти внутреннюю идентификацию с личными потребностями, мотивами, ориентациями, установками и убеждениями. Только через внутренние переживания юного спортсмена, осознание его личных интересов и насущной необходимости развивается цель, наполняя ее личностным содержанием. При этом, тренер может ставить массу целей, но если они не трогают души ребенка, то остаются лозунгами на бумаге.

На втором этапе исследования участвовали только юные спортсмены, которые были распределены по желаемым целевым установкам: 32 человека, выбравших «Стать известным спортсменом и постоянно заниматься спортом» (1-я группа) и 68 человек (2-я группа), высказавшие другие установки. При этом отметим, что на данном этапе мы специально включили 40 человек («просто быть сильным») во вторую группу, так как они еще не определились ни с выбором вида спорта, ни с выбором своих интересов вообще. На этом этапе были получены следующие результаты.

Важную роль в жизни будущих спортсменов (1-я группа) играет уверенность в себе и свобода, здоровье, самостоятельность в суждениях и поступках. Спортсмены остаются неудовлетворенными сферой счастливой семейной жизни, указывая на то, что именно эта сфера мешает им достигать личностной самостоятельности. А

материально-обеспеченная жизнь для спортсменов является менее значимой в силу поглощенности ими спортивной деятельностью. Во 2-й группе, в силу их возраста, свойственны наличие хороших дружеских отношений, счастливая семейная жизнь и материально-обеспеченная жизнь. При чем, именно в этих двух последних жизненных сферах у контрольной выборки респондентов выявлен повышенный уровень дискомфорта.

У детей, выбравших спорт, значимость материально-обеспеченной жизни не имеет корреляционных зависимостей с доступностью каких-либо других ценностей. Высокая значимость здоровья связана с недоступностью свободы, а вот рост значимости ценности «красота природы и искусства» связана у спортсменов с интересной работой, отмечая, что чем больше в их жизни искусства и культуры, тем доступнее для них интересная работа.

Дети второй группы, отдавая приоритеты любви и дружбе, отмечают, что с ростом их значимости недоступными становятся другие сферы жизни, а именно интересная работа, творчество и материально-обеспеченная жизнь.

У детей, выбравших спорт, наблюдается иная картина. Спортсмены считают, что дружба не мешает их активной, деятельной жизни, но существенно отражаются на их познании, свободе и счастливой семейной жизни. С увеличением значимости свободы у детей 1-й группы доступной становится уверенность в себе, но менее доступными оказываются другие виды деятельности, познание и счастливая семейная жизнь. Объясняется это тем, что для выбравших спорт значимо быть независимыми в собственных суждениях и поступках. Мотивация независимости формирует у них повышенный уровень более зрелого личностного восприятия мира и критического отношения к себе и жизни.

Во второй группе с ростом значимости для них свободы менее актуальными становятся «уверенность в себе», «материально-обеспеченная жизнь» и «интересная работа». Отметим, что они не потеряли «уверенность в себе» как качество личности, они уверены в себе, но это находится совершенно в иных сферах жизнедеятельности. Дети, не выбравшие спорт как жизненную перспективу, стараются найти личностную свободу в других видах жизнедеятельности, а в целом оказываются неготовыми к профессионально спортивной деятельности.

В результате проведенного исследования, собеседования с родителями, тренерами и детьми возникла необходимость и в практической работе с детьми по оказанию психологической помощи, т.к.

стало очевидным, что с ростом включенности детей в систему подготовки все большее и большее значение начинает приобретать система психологической работы. Она включает в себя большой и сложный комплекс взаимосвязанных методов воздействия на юного спортсмена, реализовать который одному тренеру оказывается не под силу. Ему на помощь приходит практический психолог, хорошо знающий специфику спортивной деятельности вообще и конкретного вида спорта в частности и, главное, владеющий методами воздействия и воспитания.

Комплексная психологическая подготовка с юными спортсменами должна строиться на максимальном использовании индивидуальных особенностей детей-спортсменов, причем не только на его достоинствах, но и недостатках.

В качестве субъективных факторов спортивной деятельности выделяются те индивидуальные особенности юного спортсмена, которые непосредственно определяют ее эффективность и проявляются как в спортивной деятельности (индивидуальный уровень развития физических и психических качеств по существу есть проявление специальных способностей). Среди этих факторов особое место в психологической работе занимает формирование осознания ценностных ориентаций при занятиях спортом и постановки конкретных целей в тренировочном процессе.

Таким образом, психологическая подготовка юных спортсменов – это особая система в системе физического воспитания, и, как всякое «иное воспитание», оно эффективно и практически значимо, когда спортсмен юн, всего хочет, ищет себя, свой стиль, когда он с благодарностью принимает новые варианты поведения и спешит проверить их на практике. Это тот период в его спортивной карьере, когда он естественно, в силу возрастных закономерностей готов к изменениям и личностному росту.

Заключение. Подводя итоги, следует отметить, что в этом возрасте юный спортсмен начинает осознавать свою особенность и неповторимость, в его сознании происходит постепенная переориентация с внешних оценок (преимущественно родительских) на внутренние. Постепенно у подростка формируется своя «Я-концепция», которая способствует дальнейшему, осознанному или неосознанному, построению перспектив своего жизненного пути.

Спорт, как выбранная сфера жизнедеятельности, оказывает влияние на формирование

ценностно-смысловой сферы личности спортсмена, которая в свою очередь изменяет и обогащает целевые установки.

Юные спортсмены, выбравшие спортивную деятельность как личностный смысл дальнейшего этапа жизни, приобретают систему спортивных ценностных ориентаций, а соответственно формируются целевые установки, определяющие его эффективность в тренировочном процессе. На этом этапе развития ценностные ориентации, как и работоспособность будущих спортсменов, выглядят как более осмысленные и более критичные по сравнению с их сверстниками.

Дети, для которых спорт является менее значимым, а интересы лежат в иной сфере жизнедеятельности, соответственно проявляются жизненные ценностные ориентации и другие целевые установки при занятиях в спортивной секции.

В результате проведенного исследования стала очевидной необходимость трансформации и адаптации системы психологической работы с юными спортсменами.

Литература

1. Ананьев, Б.Г. Избранные психологические труды / Б.Г. Ананьев. – М., 1980. – Т. 1.
2. Апциаури, Л.Ш. Спорт как социальное явление и фактор социализации личности / Л.Ш. Апциаури // Теория и практика физической культуры. – №1. – 2003.
3. Божович, Л.И. Проблемы формирования личности: избранные психологические труды / Л.И. Божович. Под ред. Д.И. Фельденштейна: – 3-е изд. – М.: Московский психолого-социальный институт, Воронеж: НПО «МОДЭК», 2001.

4. Вайзер, Г.А. Смысл жизни и «двойной кризис» в жизни человека / Г.А. Вайзер // Психологический журнал. – № 5. – 1998.

5. Горбунов, Г.Д. Психопедагогика спорта / Г.Д. Горбунов. – М., 2006.

6. Психология подростка: учебник / под редакцией Реана А.А. – СПб., 2006.

7. Стечкин, О.Я. Цель и целеустремленность / О.Я. Стечкин. – М.: Политиздат, 1981.

8. Чудновский, В.Э. Психологические составляющие оптимального смысла жизни / В.Э. Чудновский // Вопросы психологии. – №3. – 2003.

Literature

1. Anan'ev, B.G. Selected psychological works / B.G. Ananiev. – M., 1980. – Vol.1.
2. Aptsiauri, L.S. Sport as social phenomenon and a factor of socialization of personality / L.S. Aptsiauri // Teoriia i praktika fizicheskoi kultury. – No. 1. – 2003.
3. Bozovic, L.I. Problems of formation of personality: selected psychological works / L.I. Bozhovich. Ed. by D.I. Feldstein: 3rd ed. – Moscow: Moscow psychological and social institute, Voronezh: NGO «MODEK», 2001.
4. Vayzer, G.A. Sense of life and «double crisis» in human life / G.A. Vayzer // Psikhologicheskii zhurnal. – No. 5. – 1998.
5. Gorbunov, D. Psychopedagogy of sports / G.D. Gorbunov. – M., 2006.
6. Psychology teenager: the textbook / edited by Rean A.A. – St Petersburg., 2006.
7. Stechkin, O.Y. Purpose and purposefulness / O.Y. Stechkin. – Moscow: Politizdat, 1981.
8. Chudnovsky, V.E. Psychological components of the optimal meaning of life / V.E. Chudnovsky // Voprosy psikhologii. – No. 3. – 2003.

