

Зоны интенсивности	Методы развития специальной выносливости
Специфическая соревновательная выносливость (IV)	соревновательный метод; комбинации повторного и интервального методов.

ВЫВОДЫ

В результате можно заключить, что для высококвалифицированных спортсменов большое место в тренировочном процессе необходимо уделять методам воздействия на основные факторы развития специальной выносливости с учетом особенностей биомеханики циклических локомоций и воздействий внешней среды.

Полноценного совершенствования специфических сторон деятельности организма, определяющих уровень развития выносливости, можно достичь только при умелом применении сочетания различных средств и методов.

ЛИТЕРАТУРА

1. Гребля на байдарках и каноэ : примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва (этапы спортивного совершенствования и высшего спортивного мастерства) / авт.-сост. В.Ф. Каверин, А.П. Ткачук, И.И. Столов. – М. : Советский спорт, 2004. – 132 с.

2. Дьяченко, А.Ю. Современная концепция совершенствования специальной выносливости спортсменов высокого класса в гребном спорте / А.Ю. Дьяченко // Наука в олимпийском спорте. – 2007. – № 1. – С. 54-61.

3. Зациорский, В.М. Физические качества спортсмена: основы теории и методики воспитания / В.М. Зациорский. – 3-е изд. – М. : Советский спорт, 2009. – 200 с.

4. Мякинченко, Е.Б. Развитие локальной мышечной выносливости в циклических видах спорта / Е.Б. Мякинченко, В.Н. Селуянов. – М. : ТВТ Дивизион, 2005. – 338 с.

REFERENCES

1. Kaverin, V.F., Tkachuk, A.P. and Stolov, I.I. (2004), Rowing on kayaks and a canoe. The approximate program of sports preparation for children-youthful sports schools, specialized children-youthful schools of the Olympic reserve (stages of sports perfection and the higher sports skill), Soviet sport, Moscow.

2. Dyachenko, A.Ju. (2007), "Modern the concept of perfection of special endurance of high-class sportsmen in rowing", *the Science in the Olympic sports*, No. 1, pp.54-61.

3. Zatsiorsky, V.M. (2009), Physical qualities of the sportsman: bases of the theory and an education technique, Soviet sport, Moscow.

4. Mjakinchenko, E.B. (2005), *Development of local muscular endurance in cyclic sports*, publishing house "TVT Divizion", Moscow.

Контактная информация: irina.grin.97@mail.ru

Статья поступила в редакцию 21.10.2013.

УДК 159.922

ИССЛЕДОВАНИЕ ОТНОШЕНИЙ И ОСОБЕННОСТЕЙ ЛИЧНОСТИ НА РАЗЛИЧНЫХ ЭТАПАХ ЖИЗНЕННОГО ПУТИ ЮНОШЕЙ, УПОТРЕБЛЯЮЩИХ НИКОТИН

*Евгений Анатольевич Кобзев, доцент,
Магнитогорский государственный университет (МаГУ)*

Аннотация

В статье рассматриваются показатели динамики психических особенностей и образа жизни испытуемых, страдающих никотиновой зависимостью. Обозначаются показатели личностного раз-

вития и отношений в семье. Представлены значимые отличия по исследуемым категориям жизненного пути личности юношей, зависимых от курения и не употребляющих никотин. Юноши, употребляющие никотин с раннего детства живут в атмосфере неблагоприятного взаимодействия с близким окружением. Контент значений собственного образа «Я» с раннего детства в большей степени представлен негативными и неопределёнными характеристиками. Респонденты, употребляющие табак, обозначают знание своих качеств в более жесткие не вариативные оценочные и описательные семантические категории, чаще нейтрального свойства, например: «обычный», «нормальный» ребёнок. Для испытуемых, не употребляющих никотин значимо в большей степени свойственна обширная палитра определений, характеризующая особенности образа «Я» личности испытуемых с раннего детства. Увеличение показателей «подвижности» и «спокойствия» в детском возрасте, как черт характера у некурящей группы испытуемых может являться прогностическим признаком не возникновения аддикции от табака в будущем.

Ключевые слова: табачная зависимость, жизненный путь, характерологические черты, динамика развития личности, психобиографические показатели личности юношей и девушек, зависимых от никотина.

DOI: 10.5930/issn.1994-4683.2013.10.104.p90-95

RESEARCH OF THE RELATIONS AND FEATURES OF THE PERSONALITY AT VARIOUS STAGES OF THE COURSE OF LIFE OF THE YOUNG MEN USING NICOTINE

*Eugenie Anatolevich Kobzev, the senior lecturer,
Magnitogorsk State University*

Annotation

The article takes up the issues indicators of dynamics of mental features and a way of life of the examinees suffering from the nicotinic dependence. Indicators of personal development and the relations in a family are designated. Significant differences in studied categories of the course of life of the identity of the young men who dependent on smoking and those who do not use the nicotine have been presented. The young men using nicotine since the early childhood live in the atmosphere of unsuccessful interaction with an inner circle. The content of values of own image "I" since the early childhood is presented more by the negative and uncertain characteristics. The respondents using tobacco, designate knowledge of the qualities in more rigid, not variable estimated and descriptive semantic categories, more often of the neutral property, for example: "ordinary", "normal" child. For the examinees that don't use the nicotine significantly there is more extensive palette of definitions characterizing the features of an image "I" of the identity since the early childhood. Increase in indicators of "mobility" and "tranquility" at children age as traits of character at non-smoking group of examinees can be a predictive sign of non-addiction emergence from tobacco in the future.

Keyword: tobacco dependence, course of life, characterologic signs, dynamics of development of the personality, psychobiographic indicators of the identity of young men and girls dependent on nicotine.

ВВЕДЕНИЕ

В настоящем исследовании мы определяем личность испытуемых в контексте жизненного пути [3]. Исследовалась динамика отношений, особенностей проявлений характера и социальная ситуация её развития. Согласно Б.Г. Ананьеву жизненный путь имеет определённые фазы. Эти фазы связаны с изменениями в образе жизни, системе отношений, жизненной программе и т. д. Фазы жизненного пути накладываются на возрастные стадии онтогенеза. Это происходит в такой степени, что в настоящее время некоторые возрастные стадии обозначаются именно как фазы жизненного пути, например, «преддошкольное, дошкольное и школьное детство» [Ананьев Б.Г., 1977, С. 266]. От стадии к стадии возможны определённые проявления типичных характерологических черт и типа отношения испытуемых [1, 2, 4, 5]. Гипотетически, можно утверждать то, что существуют значимые отличия данных проявлений у юношей, употребляющих и не употребляющих никотин.

МАТЕРИАЛЫ И МЕТОДИКИ ИССЛЕДОВАНИЯ

В ходе исследования использовался в качестве диагностического клинико-биографический метод. По своей направленности биографический метод является генетическим, по организационной форме лонгитюдным [3]. Были представлены следующие методики: 1) Тематические изложения. Для написания изложения истории жизни и курения первоначально предлагался структурированный план. Исследование проводилось конфиденциально. Школьники и студенты писали изложение на классных часах и в домашних условиях. Учитывался, по необходимости, фактор массовости и возможности собрать как можно большего количества данных. 2) Тематическая стандартизованная автобиографическая анкета (ТСАА). Данный метод мы использовали для получения более точных результатов и в тоже время, не теряя по возможности, субъективной картины причин, нацеленности курения и развития личности испытуемых. Количество испытуемых юношей употребляющих никотин в общей сложности составило 105 человек, не употребляющих 90. На момент исследования респондентам в среднем исполнилось 17 лет. Цель методик: выяснение и конкретизация конфликтных зон, особенностей развития личности её отношений, на различных этапах жизненного пути начиная с рождения и завершая этапом, юношеского возраста как у курящих так и не курящих испытуемых.

РЕЗУЛЬТАТЫ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Согласно полученным данным из сочинений и анкет, были обозначены возрастные этапы онтогенеза для более подробного и удобного описания динамики развития психологии отношений и образа жизни испытуемых. В раннем детстве по результатам самоотчётов позитивное отношение родителей и близкого окружения к испытуемым среди юношей, не употребляющих никотин значимо больше по сравнению с юношами, употребляющими никотин (табл. 1).

Таблица 1

Оценка значимости отличий показателей отношений родителей и близкого окружения к испытуемым (раннее детство)

Испытуемые	Количество испытуемых	Позитивное	Нейтральное	Негативное
Юноши, употребляющие никотин	90	60	9	21
Юноши, не употребляющие никотин	80	63	4	13
	170	1,78*	1,25	1,16

* – значимые отличия по угловому критерию Фишера.

Отношения характеризовались как позитивные благодаря употреблению в сочинениях выражений типа: «относились очень хорошо (хорошо), любили, мама любила, папа любил» и т. д. По шкалам нейтрального и негативного отношения значимых отличий обнаружено не было. В своих сочинениях испытуемые предлагают описания своего образа «Я», какими они себя знают с раннего детства. Эта оценка формировалась у испытуемых со слов родителей и в результате их совместного взаимодействия проживания и общения. Было подсчитано количество упоминаний, определений характеризующих формирующийся образ «Я» курящих и не курящих юношей. Можно отметить то, что среди испытуемых, не употребляющих никотин значимо больше испытуемых, которые имеют позитивный образ «Я» в раннем детстве. Среди юношей употребляющих табак значимо выше показатели неопределённости характеристик образа «Я» в раннем детстве. Обращает на себя внимание и тот факт, что юноши, не употребляющие никотин, имеют также значимо более высокие показатели негативных самохарактеристик по сравнению с теми, кто курит. Это может говорить о стремлении испытуемых, не употребляющих табак к целостному интегративному пониманию самих себя, может указывать на наличие саморефлексии объективного представления о самом себе с раннего детства. Значимо больше неопределённых характеристик образа «Я» мы обнаруживаем среди юношей употребляю-

щих никотин. Среди испытуемых, не употребляющих никотин, значимо выше по сравнению с теми, кто употребляет показатели количества упоминаний позитивного самоотношения с самого раннего возраста (табл. 1). Контент позитивного самоотношения составляет следующие типичные характеристики: «милый», «позитивный», «спокойный», «послухный», «подвижный», «умный», «подвижный», творческий» «любопытный» «активный», «вдумчивый», «открытый», «понимающий» и т. д. Среди наиболее часто встречающихся в этом списке в данной выборке мы находим: «спокойный» (30 упоминаний), это соответствует 53%, от количества позитивного контента значений, «послушный» (15 упоминаний), 26%, соответственно. Контент негативных самохарактеристик юношей, не употребляющих никотин, составляет следующие: «недоношенный», «болезненный», «беспокойный», и др.

Контент позитивного самоотношения у курящей аудитории включает типичные характеристики: «эмоциональный ребёнок», «творческий» «активный», «артистичный» и т. д. Очевидно, то, что курящие юноши, либо не распространяются, утаивают, испытывают агрессию уходят от обозначений, либо не могут чётко и определённо представить качества своей личности раннего возраста. Респонденты, употребляющие табак, обозначают знание своих качеств в более жесткие не вариативные оценочные и описательные семантические категории, чаще нейтрального свойства, например: «обычный», «нормальный» ребёнок. Используются односложные определения, без перечисления различных или дополняющих свойств. Дополнением личностных самохарактеристик изложенных в сочинениях можно считать выбор испытуемыми характерологических черт предлагаемой в анкете «История жизни». При диагностике черт характера испытуемых зависимых и независимых от курения в детстве и юношеском возрасте по анкете «История жизни» были выявлены значимые отличия. По сравнению с курящими обнаруживаются значимые показатели по критерию Фишера, увеличения показателей «подвижности» и «спокойствия» в детском возрасте, как черт характера у некурящей группы испытуемых. Курящие юноши в детстве значимо отличаются «упрямством» по самохарактеристикам от некурящих сверстников (табл.2).

Таблица 2 (фрагмент)

**Оценка значимости показателей характерологических свойств личности у
испытуемых в допубертатном периоде**

Количество испытуемых	Испытуемые	Подвижный	Упрямый	Спокойный
105	Курят	43	28	11
80	Не курят	50	10	23
		2,93*	2,44*	3,18*

* – значимые отличия по угловому критерию Фишера.

С помощью критерия χ^2 были выявлены значимые отличия по частоте распределения предлагаемых типов характерологических черт в допубертатном периоде развития среди курящих и некурящих юношей (табл.3).

По сравнению с детским возрастом, в юности подростки, употребляющие никотин, имеют значимо выраженные высокие показатели «подвижности», «открытости» «взрывности» и, в то же время, «спокойствия». В качестве пояснения необходимо отметить то, что в результате развития от детства к юности, личность юношей, употребляющих никотин, претерпевает изменения. Очевидно изменение показателей «упрямства» личностной ригидности к показателям подвижности, экстравертированности и высокой степени возбудимости. Вместе с этим, можно предположить, что изменение и противоречивость самохарактеристик курящих юношей обусловлены лабильностью психических состояний и настроений на фоне актуальной химической зависимости.

Таблица 3

Оценка значимых отличий по частоте распределения предлагаемых типов характерологических черт в допубертатном периоде развития среди курящих и некурящих юношей

Испытуемые	Всего	Подвижный	Упрямый	Открытый	Импульсивный	Обидчивый	Хулиган	Спокойный	Взрывной
Курят	164	43	28	23	13	9	20	11	17
Не курят	141	50	10	22	5	6	17	23	8
Всего	305	93	38	45	18	15	37	34	25

$\chi^2=19,32$ значимо, $p<0,01$ (18,48)

В юношеском возрасте у курящих испытуемых юношей значимо увеличиваются показатели качеств «хулиганистости», «взрывности» по сравнению с не курящей группой респондентов. У некурящей молодежи значимо представлены черты «спокойствия» и «ранимости» (табл.4).

Таблица 4

Оценка значимости отличий показателей характерологических свойств личности испытуемых в юношеском возрасте

Количество испытуемых	Испытуемые	«Хулиган»	«Спокойный»	«Взрывной»	«Ранимый»
105	Курят	23	23	22	3
80	Не курят	8	37	6	16
		2,23*	3,51*	2,67*	3,96*

* – значимые отличия по угловому критерию Фишера.

Необходимо также отметить то, что у некурящих юношей характеристика подвижности, как отличительная характерологическая особенность значимо снижается от детства к юношескому возрасту. Шкальные значения «открытый» и «спокойный» напротив увеличиваются. С помощью критерия χ^2 были выявлены значимые отличия по частоте распределения предлагаемых типов характерологических черт актуально в настоящее время среди курящих и некурящих юношей. Среди респондентов, употребляющих табак, значимо по отношению к некурящей группы встречаются юноши в большей степени «подвижные», «упрямые», «открытые», «импульсивные», «обидчивые», «хулиганистые», «взрывные» и менее «спокойные»

ВЫВОДЫ

1. В раннем детстве по результатам самоотчётов позитивное отношение родителей и близкого окружения к испытуемым среди юношей, не употребляющих никотин значимо больше по сравнению с юношами, употребляющими никотин.

2. Среди юношей употребляющих табак значимо высокие показатели негативных и неопределённых характеристик образа «Я» в раннем детстве по сравнению с теми, кто не употребляет. Данные респонденты, значимо чаще обозначают знание качеств собственного «Я» в более жесткие не вариативные оценочные и описательные семантические категории. Это обстоятельство только подтверждает факт недостаточной коммуникации родителей и детей их неблагоприятного психоэмоционального развития.

3. Для испытуемых, не употребляющих никотин значимо в большей степени свойственна обширная палитра определений, характеризующая особенности образа «Я» личности испытуемых с раннего детства. Увеличение показателей «подвижности» и «спокойствия» в детском возрасте, как черт характера у некурящей группы испытуемых может являться прогностическим признаком не возникновения аддикции от табака в буду-

щем.

4. В результате развития от детства к юности, личность юношей, употребляющих никотин, претерпевает изменения. Очевидно изменение показателей «упрямства» личностной ригидности к показателям подвижности, экстравертированности и высокой степени возбудимости.

ЛИТЕРАТУРА

1. Карпинский, К.В. Психология жизненного пути личности : учеб. пособие / К.В. Карпинский. – Гродно : Изд-во Гродненского гос. ун-та, 2002. – 167 с.
2. Кулагина, И.Ю. Возрастная психология: полный жизненный цикл развития человека : учебное пособие для студентов высших учебных заведений / И.Ю. Кулагина, В.Н. Колюцкий. – М. : ТЦ Сфера, 2005. – 464 с.
3. Логинова, Н. А. Психобиографический метод исследования и коррекции личности : учеб. пособие для вузов / Н.А. Логинова. – Алма-Аты : Изд-во «Казакх университет», 2006. – 176 с.
4. Мясищев, В.Н. Психология отношений / В.Н. Мясищев. – Воронеж : Изд-во НПО «МОДЭК», 2003. – 400 с.
5. Реан, А.А. Психология человека от рождения до смерти / А.А. Реан. – СПб. : ПРАЙМ-ЕВРОЗНАК, 2002. – 656 с.

REFERENCES

1. Karpinsky, K.V. (2002), *Psychology of a course of life of persons: Studies grant*, publishing house “Grodno State University”, Grodno, Belarus.
2. Kulagin, I.Yu. and Kolyutsky, V.N. (2005), *Age psychology: Full life cycle of development of the person. Manual for students of higher educational institutions*, Shopping Center “Sfera”, Moscow.
3. Loginova, N.A. (2006), *Psychobiographic method of research and correction of persons: studies grant for higher education institutions*, Kazakh state university, Alma-Ata, Kazakhstan.
4. Myasishchev V.N. (2006), *Psychology of the relations*, publishing house “NPO Modex”, Voronezh.
5. Rean A.A. (2010), *Psychology of the person from the birth to death*, Prime-Evroznak, St. Petersburg.

Контактная информация: kobzev.e@mail.ru

Статья поступила в редакцию 14.10.2013.

УДК 796.011:378

РЕАЛИЗАЦИЯ ИДЕИ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ЛИЧНОСТИ В СИСТЕМЕ ФИЗИЧЕСКОГО ОБРАЗОВАНИЯ П.Ф. ЛЕСГАФТА

Татьяна Евгеньевна Копейкина, кандидат педагогических наук, доцент,
Институт физической культуры, спорта и здоровья Северного (Арктического) федерального университета имени М.В. Ломоносова,
Архангельск

Аннотация

Статья посвящена исследованию историко-педагогического наследия П.Ф. Лесгафта в процессе создания системы физического образования в России. Особое внимание уделено реализации идеи совершенствования личности через процесс и результат гармонического развития личности.

Цель исследования: историко-педагогический анализ развития идеи совершенствования личности в наследии П.Ф. Лесгафта в контексте комплексного изучения человека. Методологиче-