

2. Магомедова, Р.М. О причинах проявления агрессивности и агрессивного поведения студентов современного вуза / Р.М. Магомедова // *Казахский педагогический журнал*. – 2012. – № 2 (92). – С. 131-137.

3. Простакишина, Н.П. Вербальная агрессия и основные формы ее проявления в молодежной среде (на примере студентов филиала ФГБОУ ВПО «ВГУЭС», г. Находка) / Н.П. Простакишина // *Молодой ученый*. – 2014. – № 3. – С. 108-110.

REFERENCES

4. Bagina, V.A. and Bagina, A.N. (2013), "Research into the causes of manifestation of aggressiveness in behavior of today's youth", *Theoretical and practical issues of scientific thought in the modern world: the Collection of works of 2nd international scientific and practical conf.*, publishing house "RIC BSU", Ufa, pp. 27-32.

5. Magomedova, R.M. (2012), "The reasons for the manifestation of aggression and aggressive behavior of modern high school students", *Kazakh Pedagogical Journal*, Vol. 92, No. 2, pp. 131-137.

6. Prostakishina, N.P. (2014), "Verbal aggression and basic forms of its manifestation in young people (for example students branch of FGBOU VPO "VGUES" Nakhodka)", *Young scientist*, No. 3, pp. 108-110.

Контактная информация: o-pony@mail.ru

Статья поступила в редакцию 07.04.2015.

УДК 796.853.23:159.9

ФОРМИРОВАНИЕ АКТИВНО-ДЕЙСТВЕННОГО ОТНОШЕНИЯ К ЗАНЯТИЯМ СПОРТОМ ДЗЮДОИСТОВ 12-13 ЛЕТ В СОРЕВНОВАТЕЛЬНОМ ПЕРИОДЕ

Андрей Александрович Близовский, соискатель,

Александр Петрович Шумилин, кандидат педагогических наук, доцент,

Сибирский федеральный университет (СФУ), Красноярск,

Алексей Григорьевич Левицкий, доктор педагогических наук, профессор,

Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург, (НГУ им. П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург)

Аннотация

В статье предлагается методика формирования отношения юных дзюдоистов к занятиям спортом в соревновательном периоде. Приводится её экспериментальное обоснование.

Ключевые слова: соревнование, дзюдоисты, отношение, динамика, формирование.

DOI: 10.5930/issn.1994-4683.2015.04.122.p222-228

FORMING OF THE ACTIVE ATTITUDE TOWARDS THE SPORTS ACTIVITIES AMONG JUDOKAS AT AGE OF 12-13 YEARS DURING THE COMPETITIVE PERIOD

Andrey Alexandrovich Bliznevsky, the competitor,

Alexander Petrovich Shumilin, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer,

Siberian Federal University, Krasnoyarsk,

Alexei Grigoryevich Levitsky, the doctor of pedagogical sciences, professor,

The Lesgaf National State University of Physical Education, Sport and Health, St. Petersburg

Annotation

The article suggests the methodology of forming the attitude of young judokas towards sports activities during the competitive period. Its experimental justification has been given.

Keywords: competition, judo, attitude, dynamics, forming.

ВВЕДЕНИЕ

При обосновании методики управления формированием отношения юных дзюдоистов к спортивной деятельности мы исходили из собственных результатов и положений

теорий мотивации и деятельности [1].

Формирование активно-действенного отношения юных дзюдоистов к спортивной деятельности базируется на следующих принципах физического воспитания и спортивной тренировки:

1. Принцип формирования отношения на основе освоения интеллектуальных ценностей борьбы дзюдо.

2. Принцип соответствия содержания и особенностей спортивной деятельности мотивам и потребностям юных дзюдоистов.

3. Принцип стимулирования деятельности дзюдоистов системой оценивания, основой которой является оценка деятельности спортсменов (тренировочной, соревновательной).

Для выбора направлений в формировании отношения дзюдоистов к спортивной деятельности мы опирались на следующие известные в теории физического воспитания и спортивной психологии положения [1, 2, 5, 6], а также на полученные нами результаты:

1. Влияние межличностных отношений в спортивной команде на укрепление и сохранение отношения к занятиям спортом.

2. На этапе начальной спортивной специализации в структуре спортивной мотивации дзюдоистов значимым становится результативная мотивация с направленностью на достижение успеха в деятельности.

3. Влияние самооценки спортсмена на постановку целей и мотивацию достижения.

4. Благоприятное педагогическое сотрудничество тренера и спортсмена оказывает положительное влияние на формирование и сохранение отношения юных спортсменов к занятиям спортом.

5. Влияние положительных эмоций на протекание осуществляемой человеком деятельности.

6. Влияние результатов соревновательной деятельности на отношение юных дзюдоистов к занятиям спортом.

Основные направления формирования отношения к спортивной деятельности юных дзюдоистов в соревновательном периоде сводятся к следующему:

1. Анализ результативности соревновательной деятельности дзюдоистов и объяснение ее проявлением усилий на тренировках и соревнованиях проводился с помощью мотивационного тренинга «причинных схем» [1]. В исследованиях [1] установлено, что позитивное влияние на мотивацию (учебную, спортивную) оказывает влияние такая причинная схема, при которой неудачные действия человека объясняются недостаточным проявлением собственных усилий для достижения поставленных целей.

2. Развитие у юных дзюдоистов результативности (как качества личности) в тренировочной и соревновательной деятельности. Отношение человека к деятельности связано с успешностью выполняемой деятельности. Такая тенденция была выявлена и нами в предварительных исследованиях. В наших исследованиях показано, что, чем выше результативность соревновательной деятельности дзюдоистов, тем более устойчивое и ярче выражено отношение к спортивной деятельности.

3. Формирование у спортсменов адекватной самооценки и планирование на основе этого соревновательных целей. Учитывая, что самооценка определяет устойчивость отношения к спортивной деятельности, мы считаем необходимым в управлении формированием отношения к спортивной деятельности решение следующих задач: 1) формирование адекватной самооценки у спортсменов; 2) учитывать характер самооценки при формировании отношения к спортивной деятельности.

4. Оптимизация отношения дзюдоистов к тренировочной и соревновательной деятельности. Предварительные наши исследования позволили выявить у спортсменов различное отношение тренировочной и соревновательной деятельности. Сравнение ее с

результативностью соревновательной деятельности спортсменов позволили установить следующее. Чем более выражено у спортсмена отношение к соревновательной деятельности, тем более высокая результативность соревновательной деятельности спортсмена. В этой связи мы считаем необходимым в соревновательном периоде формирование у спортсмена оптимального отношения к тренировочной и соревновательной деятельности, заключающееся в преобладании отношения к соревновательной деятельности.

В соревновательной деятельности проявляются два аспекта отношения: ориентация на достижение успеха и ориентация на избегание неудачи [1, 3]. Проведенные нами исследования, а также результаты исследований Е.Г. Бабушкина [1] показали, что выраженная у спортсмена ориентация на достижение успеха оказывает положительное влияние на предстартовое состояние спортсмена, и его поведение в соревнованиях и на результаты соревновательной деятельности.

Опираясь на результаты исследований Е.Г. Бабушкина [1] мы полагаем, что формирование отношения к достижению успеха у юных дзюдоистов будет осуществляться при соблюдении следующих условий:

1) формирование у юных дзюдоистов синдрома достижения, т.е. преобладания стремления к успеху над стремлением избегания неудачи;

2) самоанализ результатов своей деятельности. О содержании этой работы указывалось выше.

3) выработка оптимальной тактики целобразования в занятиях дзюдо;

4) межличностная поддержка со стороны тренера, товарищей по группе.

5. Обеспечение положительного эмоционального фона на занятиях. Необходимость решения этой задачи обуславливается тем, что между мотивацией и эмоциями человека имеется определенная взаимосвязь – положительные эмоции при выполнении деятельности способствуют укреплению мотивации. В этой связи, как на тренировочных занятиях, так и на соревнованиях создается положительный эмоциональный фон.

6. Формирование благоприятных межличностных отношений. Характерным для подросткового возраста является то, что юные спортсмены «идут на коллектив», для них очень важно пребывание в коллективе, где бы с ними считались. Учитывая известное в психологии положительное влияние коллектива и благоприятных межличностных взаимоотношений на укрепление мотивации к занятиям спортом у юных спортсменов, мы в своей работе уделяли значительное внимание этому аспекту. Особое внимание уделяется формированию благоприятных отношений у юных спортсменов к тренеру. Такая необходимость обуславливается тем, что тренер является авторитетом для юных спортсменов. Формируя отношение к себе, тренер тем самым формирует у юных спортсменов отношение к занятиям спортом.

7. Обеспечение благоприятного педагогического сотрудничества. Тренер и спортсмен – равноправные союзники в достижении спортсменом высшего спортивного мастерства. Тренер должен дать понять это спортсмену и добиться от него сотрудничества. Требования тренера должны быть приняты спортсменом как его собственные. Сотрудничество, сотворчество тренера и спортсмена – это залог их успешной плодотворной работы в достижении высоких спортивных результатов.

8. Удовлетворение актуальных потребностей юных дзюдоистов. Положительное отношение юных дзюдоистов к спортивной деятельности будет сохраняться, и закрепляться при удовлетворении потребностей, связанных с данной деятельностью.

В этой связи мы считаем следующим направлением в управлении отношением к спортивной деятельности – удовлетворение актуальных потребностей юных дзюдоистов: 1) физиологических; 2) в безопасности; 3) в социальных связях; 4) в уважении; 5) самоактуализации. Первоначальным этапом этой работы является выявление актуальных потребностей юных дзюдоистов. На основе выявления актуальных потребностей строится работа по их удовлетворению.

РЕЗУЛЬТАТЫ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ЭКСПЕРИМЕНТА

С целью проверки эффективности разработанной нами методики формирования отношения дзюдоистов к занятиям спортом на этапе начальной спортивной специализации был проведен годичный педагогический эксперимент на базе спортивных школ г. Красноярска. В эксперименте приняло участие две группы юных спортсменов-дзюдоистов в возрасте 12-13 лет: контрольная и экспериментальная группы по 12 человек в каждой. Стаж занятий спортом составил в среднем 3 года. В процессе эксперимента спортсмены принимали участие в пяти соревнованиях. Показатели отношения к спортивной деятельности снимались: вначале предсоревновательного этапа; после втягивающего, ударного и восстановительного микроциклов; за день до соревнования; в течение недели после прошедшего соревнования. На соревнованиях определялась результативность соревновательной деятельности и фиксировалось место, занятое в соревновании.

Занятия со спортсменами экспериментальной группы проводились по разработанной нами методике в течение соревновательного периода годичного цикла тренировки. В содержании методики было выделено два направления работы со спортсменами: первое направление после спортивного соревнования, второе направление перед соревнованием. В контрольной группе занятия проходили по традиционной методике, рекомендованной для детско-юношеских спортивных школ.

В качестве показателей, регистрирующих отношение дзюдоистов к спортивной деятельности и результативность деятельности спортсменов, служили следующие:

- 1) ориентация спортсмена по Р.А. Пилюяну в модификации Е.Г. Бабушкина [1];
- 2) характер спортивного интереса к спорту;
- 3) отношение к тренировочной и соревновательной деятельности;
- 4) ориентация соревновательной деятельности на достижение успеха и избегание неудачи;
- 5) результативность соревновательной деятельности при проведении схваток с различными соперниками;
- 6) уровень спортивных достижений (занятые места в соревнованиях);
- 7) отношение к предстоящему соревнованию (по методике Ю.Л. Ханина).

У спортсменов экспериментальной группы в структуре отношения к спортивной деятельности произошли существенные изменения в выраженности составляющих компонентов (таблица 1).

Таблица 1

Характеристика отношения к спортивной деятельности дзюдоистов в конце педагогического эксперимента ($\bar{x} \pm \sigma$), баллы

Регистрируемые показатели (баллы)	Контрольная группа	Экспериментальная группа	p
K1 – ориентация на духовные потребности	2,7 $\pm$ 0,09 2,7 $\pm$ 0,09	2,8 $\pm$ 0,06 3,7 $\pm$ 0,06	<0,01
K2 – ориентация на материальные потребности	2,8 $\pm$ 0,07 2,9 $\pm$ 0,05	2,9 $\pm$ 0,08 3,4 $\pm$ 0,05	<0,05
K3 – ориентация на социальный быт	2,4 $\pm$ 0,05 2,6 $\pm$ 0,04	2,3 $\pm$ 0,04 3,1 $\pm$ 0,05	<0,05
K4 – ориентация на пополнение специальных знаний	3,1 $\pm$ 0,05 3,2 $\pm$ 0,06	3,0 $\pm$ 0,04 3,7 $\pm$ 0,07	<0,05
K5 – ориентация на отсутствие болевых ощущений	3,3 $\pm$ 0,03 3,4 $\pm$ 0,05	3,5 $\pm$ 0,07 3,6 $\pm$ 0,08	>0,05
K6 – ориентация на накопление сведений о противнике	3,3 $\pm$ 0,03 3,2 $\pm$ 0,03	3,4 $\pm$ 0,04 3,8 $\pm$ 0,05	<0,05
K7 – ориентация на отсутствие психогенных влияний	3,0 $\pm$ 0,05 3,2 $\pm$ 0,07	3,1 $\pm$ 0,04 3,7 $\pm$ 0,05	<0,05

Примечание: верхние числа означают ориентацию в начале эксперимента; нижние – в конце эксперимента.

Положительным моментом в работе со спортсменами этой группы следует отметить усиление ориентации юных спортсменов: 1) на духовные потребности (в самовыра-

жении, в самоутверждении, в общении, в обострении чувства принадлежности к группе, в повышении стремления к спортивному самосовершенствованию и др.); 2) на пополнение специальных знаний из области спортивной тренировки ($P<0,05$); 3) на накопление сведений о противнике ($P<0,05$); 4) на отсутствие психогенных влияний и болевых ощущений ($P<0,05$). У спортсменов контрольной группы изменения в структуре спортивной мотивации носили не существенный характер. В процессе педагогического эксперимента отмечаются позитивные изменения в отношении к тренировочной и соревновательной деятельности (таблица 2).

Таблица 2

Направленность отношения к тренировочной и соревновательной деятельности у спортсменов к окончанию педагогического эксперимента ($\bar{x}\pm\sigma$), баллы

Направленность отношения	Контрольная группа	Экспериментальная группа	P
– на тренировочную деятельность	6,2±0,68 6,4±0,73	6,3±0,67 7,5±0,9	>0,05 <0,01
– на соревновательную деятельность	5,1±0,62 5,6±0,84	5,0±0,56 8,3±0,85	>0,05 <0,001
– на достижение успеха	5,5±0,58 5,7±0,73	5,6±0,62 7,3±0,75	>0,05 <0,001
– на избегание неудачи	6,1±0,68 6,3±0,77	6,2±0,61 6,0±0,63	>0,05 >0,05

Примечание: условные обозначения те же, что в таблице 1.

В отношении к спортивной деятельности у юных дзюдоистов произошли существенные изменения. У юных спортсменов значительно укрепилась направленность на тренировочную ($P<0,01$) и соревновательную ($P<0,001$) деятельность. Причем, соревновательная деятельность стала для них более привлекательной, что характерно для спортсменов высокой квалификации. Подобная тенденция была выявлена и при исследовании высококвалифицированных боксеров [4]. В структуре отношения к соревновательной деятельности проявляется тенденция усиления достижения успеха, что является необходимым условием для спортсмена в борьбе за победу.

Дополнительная работа со спортсменами экспериментальной группы по формированию активно-действенного отношения к спортивной деятельности позволяет оказывать существенное влияние на формирование составляющих компонентов, что, по-видимому, должно отразиться на укреплении у них интереса к спорту и успешности их спортивной деятельности, понимаемой в нашем исследовании как результативность соревновательной деятельности спортсменов в схватках со спортсменами различной квалификации.

Для изучения отношения дзюдоистов к предстоящему соревнованию была использована методика Ю.Л. Ханина [7]. Опрос спортсменов проводился перед соревнованием вначале эксперимента и после окончания эксперимента (таблица 3).

Таблица 3

Отношение дзюдоистов к предстоящему соревнованию в начале и конце эксперимента ($\bar{x}\pm\sigma$), баллы

№	Показатели отношения	Начало эксперимента	Окончание эксперимента	P
1.	Уверенность («смогу ли я»)	4,5±0,51	4,8 ±0,52	>0,05
		4,7±0,55	6,6±0,65	<0,05
	P	>0,05	<0,01	
2.	Восприятие вероятных соперников («могут ли соперники»)	4,7±0,53	5,0±0,51	>0,05
		5,1±0,52	5,3±0,52	>0,05
	P	>0,05	>0,05	>0,05
3.	Желание участвовать в соревновании («хочу ли я»)	5,3±0,48	5,6±0,61	<0,05
		5,7±0,54	6,7±0,65	<0,05
	P	>0,05	<0,05	<0,01
4.	Оценка спортсмена тренером («смогу ли я с точки зрения тренера»)	3,6±0,41	4,1 ±0,42	
		3,9±0,40	5,3±0,55	
	P	>0,05	<0,01	

Анализ полученных результатов свидетельствует о повышении показателей отношения дзюдоистов к предстоящему соревнованию в экспериментальной группе к окончанию эксперимента. Значительно повысилась уверенность дзюдоистов перед соревнованием ($P<0,05$); желание участвовать в соревновании ($P<0,05$); субъективная оценка спортсмена тренером ($P<0,05$). В контрольной группе такого повышения не наблюдалось.

Полученные результаты характеризуют отношение юных дзюдоистов к предстоящему соревнованию как активно-действенное, оказывающее положительное влияние на поведение на соревнованиях и результатах выступления, что отражено в таблице 4.

Таблица 4

Результативность соревновательной деятельности дзюдоистов контрольной и экспериментальной групп ($\bar{x} \pm \sigma$), коэффициент

Характер схватки	Начало эксперимента	Окончание эксперимента	P
Соперник высокого разряда	0,18±0,03	0,23±0,03	>0,05
	0,17±0,05	0,37±0,04	<0,01
	P>0,05	P<0,05	
Соперник одинакового разряда	0,34±0,04	0,33±0,05	>0,05
	0,35±0,04	0,55±0,07	<0,01
	P>0,05	P<0,01	
Соперник низкого разряда	0,42±0,05	0,46±0,05	>0,05
	0,44±0,04	0,65±0,07	<0,01
	P>0,05	P<0,05	

На начало эксперимента исходные показатели результативности соревновательной деятельности юных спортсменов контрольной и экспериментальной групп не различались. В обеих группах наблюдается тенденция, отмеченная нами ранее, заключающаяся в снижении результативности по мере повышения спортивного разряда соперника. По окончании эксперимента в экспериментальной группе произошло существенное повышение результативности соревновательной деятельности в схватках с различными соперниками.

В процессе эксперимента фиксировались места, занятые дзюдоистами на соревнованиях. В экспериментальной группе призовых мест было 43 (из 60 возможных), в контрольной – 27. Этому способствовало проявление стремления у дзюдоистов к достижению высоких результатов: в экспериментальной группе стремление к достижению высоких результатов усилилось с 43,5 балла (средний уровень) до 67 баллов (высокий уровень), в контрольной группе с 46,2 балла (средний уровень) 50,7 до балла (средний уровень).

На наш взгляд, существенную роль в приросте показателей в экспериментальной группе сыграло укрепление активно-действенного отношения дзюдоистов к спортивной деятельности, отмеченное нами выше. В контрольной группе таких изменений не наблюдалось, как и не было отмечено положительных изменений в формировании отношения к спортивной деятельности.

ВЫВОДЫ

1. Разработана методика формирования у дзюдоистов 12-13 лет активно-действенного отношения к занятиям спортом в соревновательном периоде, включающая работу по следующим направлениям: выявление и удовлетворение актуальных потребностей; обеспечение благоприятного сотрудничества с юными дзюдоистами; обеспечение положительного эмоционального фона на занятиях и соревнованиях; формирование благоприятных межличностных отношений в системах «тренер-спортсмен» и «спортсмен-команда»; формирование у юных дзюдоистов синдрома достижения; анализ результативности соревновательной деятельности; развитие качества результативности; оптимизация отношения к тренировочной и соревновательной деятельности с ориентацией на соревновательную деятельность; формирование адекватной самооценки своей подготов-

ленности; сбалансирование уровня притязаний и подготовленности спортсмена.

2. Внедрение методики в учебно-тренировочный процесс юных дзюдоистов 12-13 лет в соревновательном периоде позволило сформировать у них активно-действенное отношение к занятиям спортом, выразившееся в следующем: в повышении результативности соревновательной деятельности юных дзюдоистов с 0,37 до 0,65; в усилении ориентации на соревновательную деятельность с 7,6 до 8,3 балла; в усилении ориентации на достижение успеха с 6,3 до 7,3 балла; в усилении ориентации на удовлетворение духовных потребностей, материальных потребностей; ориентации на социальный быт, пополнение специальных знаний, накопление сведений о предстоящих соперниках, на отсутствие психогенных влияний ($P < 0,05$).

ЛИТЕРАТУРА

1. Бабушкин, Г.Д. Формирование спортивной мотивации / Г.Д. Бабушкин, Е.Г. Бабушкин ; Сибирская гос. акад. физ. культуры. – Омск : [б.и.], 2001. – 132 с.
2. Бабушкин, Г.Д. Психолого-педагогическое обеспечение подготовки спортсменов к соревнованиям / Г.Д. Бабушкин ; Сибирский гос. ун-т физ. культуры. – Омск : [б.и.], 2007. – 87 с.
3. Батурин, Н.А. Психология успеха и неудачи в спортивной деятельности : учебное пособие / Н.А. Батурин ; Урал. гос. ин-т физ. культуры. – Челябинск : [б.и.], 1988. – 86 с.
4. Взаимосвязь мотивации и эмоций в физкультурно-спортивной деятельности / Б.П. Яковлев, Г.Д. Бабушкин, Е.Г. Бабушкин, Н.Р. Усаева // Теория и практика физической культуры. – 2014. – № 2. – С. 87-89.
5. Горбунов, Г.Д. Психопедагогика спорта / Г.Д. Горбунов. – М. : Физкультура и спорт, 2006. – 208 с.
6. Шумилин, А.П. Формирование мотивации результативности соревновательной деятельности юных дзюдоистов : дис. ... канд. пед. наук / Шумилин А.П. – Красноярск, 2003. – 150 с.
7. Ханин, Ю.Л. Психология общения в спорте / Ю.Л. Ханин. – М. : Физкультура и спорт, 1980. – 209 с.

REFERENCES

1. Babushkin, G.D. and Babushkin E.G. (2001), *Forming of sport motivation*, SibGAFK, Omsk.
2. Babushkin, G.D. (2007), *Psycho-pedagogical providing of the preparation of athletes for competitions*, SibGUFK, Omsk.
3. Baturin, N.A. (1988), *Psychology of success and failures in sports activities: Tutorial*, Ural-GIFK, Chelyabinsk.
4. Yakovlev, B.P., Babushkin, G.D., Babushkin, E.G. and Usaeva, N.R. (2014), "Relationship of motivation and emotion in sport and physical culture", *Theory and practice of physical culture*, No. 2, pp. 87-89.
5. Gorbunov, G.D. (2006), *Psychopedagogy of sport*, Physical culture and sport, Moscow.
6. Shumilin, A.P. (2003), *Forming of motivation of effectiveness of competitive activity of young judoka*, dissertation, Krasnoyarsk.
7. Khanin, Y.L. (1980), *Psychology of communication in sport*, Physical culture and sport, Moscow.

Контактная информация: al.judo@yandex.ru

Статья поступила в редакцию 28.04.2015.