

АКТУАЛЬНЫЕ ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ПРАКТИКИ: обобщение и распространение опыта

Соколов Александр Александрович,

тренер-преподаватель,

МБУДО СШ № 6,

г. Белгород, Белгородская область, Россия;

Прохоров Андрей Викторович,

тренер-преподаватель,

МБУДО СШ № 6,

г. Белгород, Белгородская область, Россия

МЕТОДЫ И ФОРМЫ ВОСПИТАНИЯ ЛИЧНОСТИ В СПОРТЕ

Аннотация: Методы воспитательного воздействия на формирующую личность спортсмена – это особые способы организованной педагогической деятельности, направленные на решение конкретной воспитательной задачи по формированию определенного - личностного качества.

Физическое воспитание совершенно неотделимо от других видов воспитания. Органической основой их взаимосвязи является единство физического и духовного развития человека, а также закономерности организации всей социальной системы физического воспитания. Собственно, физическая культура и спорт выступают как мощное средство социального становления личности подростков, активного совершенствования индивидуальных, личностных качеств, а также двигательной сферы. Таким образом, физическая культура и спорт выступают важнейшим условием, а физическое воспитание – важнейшим условием, а физическое воспитание – важнейшим средством разностороннего развития личности. представлений и потребностей.

Объективная сторона влияния занятий спортом на интеллект состоит в том, что умственная и физическая деятельность выступает в единстве и во взаимосвязи. Многие явления, происходящие в окружающем мире и в организме, могут быть познаны только в результате двигательной деятельности. Это относится,

АКТУАЛЬНЫЕ ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ПРАКТИКИ: обобщение и распространение опыта

прежде всего, к представлениям о кинематографических, динамических и ритмических характеристиках движений, то есть к представлениям о времени, пространстве, продолжительности выполнения движений, темпе, скорости, ритме, а также о возможностях собственного тела.

Занятия физической культурой и спортом способствуют улучшению умственной работоспособности подростков в результате положительного влияния чередования характера деятельности, смены умственной и физической работы, а также применения физических нагрузок, которые, даже непродолжительные, оказывают позитивное влияние на протекание психических процессов. Ограничение двигательной активности, наоборот, ведет к снижению умственной работоспособности.

Однако, возможно и отрицательное влияние учебно-тренировочных занятий на интеллект подростков, которое обычно вызвано односторонним увлечением спортом (в ущерб другим видам деятельности, в частности учебе) или утомлением, наступающим вследствие учебно-тренировочных занятий со слишком большими нагрузками. Кроме того, угнетающее влияние на интеллект школьника, занимающегося спортом, могут оказать и условия, исключая привычный физический и умственный труд.

В процессе учебно-тренировочных занятий наиболее радикальное средство формирования волевых черт характера подростков – нагрузка. Упражнение следует рассматривать не только как метод, направленный на совершенствование в технике и тактике, обеспечение физической подготовленности, но и как средство развития воли. В ходе учебно-тренировочного процесса у подростков возникают определенные трудности, способствующие развитию волевых черт характера. Это необходимость овладеть сложной техникой спортивных упражнений, проявлять волевые усилия, преодолевать усталость, сохранять самообладание и работоспособность в неблагоприятных условиях внешней среды, регулировать эмоциональ-

АКТУАЛЬНЫЕ ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ПРАКТИКИ: обобщение и распространение опыта

ное состояние, сохранять и соблюдать установленный режим дня. Все эти трудности в наибольшей мере проявляются во время спортивных соревнований, которые и служат одним из основных средств формирования волевых качеств спортсмена.

Волевые качества подростков на учебно-тренировочных занятиях, как и во всех других случаях жизни, выступают в виде взаимно противоположных положительных и отрицательных проявлений: смелости и боязливости, уверенности и сомнения, выдержки и торопливости и т.п. Учитывая индивидуальные особенности подростков, необходимо создавать условия, в которых проявляются и закрепляются сильные стороны характера. При этом необходимо принимать во внимание другие, тесно связанные с волевыми качества личности: увлеченность и стремление к поставленной цели: непосредственной, близкой, далекой.

Занятия спортом способствуют формированию у подростков положительных эмоций. Причины этого явления объясняются тем фактом, что мышечное напряжение (в определенных пределах интенсивности) связано с возникновением приятных ощущений. Достижение поставленных целей, даже сознание приближения к ним, - главный фактор, дающий человеку удовлетворение своей деятельностью. В ходе учебно-тренировочного процесса подростков этот эффект достигается вследствие осознания прогресса в освоении техники спортивных упражнений, в развитии двигательных и психических качеств, победы на соревнованиях и др. На учебно-тренировочных занятиях школьник как бы познает себя с новых, ранее неизвестных ему сторон, утверждаем себя в своем сознании. 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 возникшие негативные эмоциональные переживания. Однако занятия спортом – фактор, вызывающий не только положительные эмоции. Они могут стать также источником острых негативных пе-

АКТУАЛЬНЫЕ ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ПРАКТИКИ: обобщение и распространение опыта

реживаний, причем наиболее отрицательное влияние на эмоциональную сферу оказывают неудачные выступления на спортивных соревнованиях, отрицательные примеры поведения, если таковые имеются в процессе учебно-тренировочных занятий, не сформированный здоровый психологический климат в группе занимающихся. Таким образом, в силу самой сущности физической культуры и спорта проявление в них негативных черт характера (трусости, безволия, грубости и т.д.) воспринимается как некрасивое, отрицательное поведение и, наоборот, смелость, решительность, мужество – как пример для подражания. Тем самым учебно-тренировочные занятия способствуют формированию у подростков этически оправданных представлений о правильном поведении человека.

Важное место в формировании личности подростка в процессе учебно-тренировочных занятий занимает и эстетическое воспитание, влияние которого мы рассматриваем с двух сторон. Одна состоит в их воздействии на формирование у школьников красоты движений, поведения и телосложения.

Занятия физической культурой и спортом направлены, прежде всего, на овладение человеком своей двигательной сферой, обогащение двигательных представлений, развитие двигательных способностей. Смысловое содержание понятия «физическая культура» может раскрываться как окультуривание движений, повышение их экономности, рациональности, уместности, то есть овладение теми сторонами движений, которых характеризуют их совершенство, красоту. Таким образом, учебно-тренировочные занятия являются фактором формирования эстетики движений у подростков.

Другая сторона занятий физической культурой и спортом при решении задач эстетического воспитания подростков – формирование у них эстетически оправданных представлений о красивом в движениях человека, в его поведении и в физическом развитии. Определенная степень спортивной культуры дает возможность воспринимать как красивое в движениях спортсмена их рациональность,

АКТУАЛЬНЫЕ ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ПРАКТИКИ: обобщение и распространение опыта

соответствие конкретной ситуации и решаемым задачам, выражение в них разума и энергии. Таким образом, занятия спортом позволяют воспитывать у подростков эстетически оправданные представления о красоте движений человека.

Результаты, которые достигаются в формировании личности подростков на учебно-тренировочных занятиях, зависят и от соблюдения ряда условий. Одно из них – сочетание занятий спортом с другими видами деятельности, имеющими воспитательную направленность и осуществляемыми в семье, школе средствами искусства, печати, телевидения и т.д.

Другое важное условие – постоянный контроль за определенными морально-этическими основами поведения. Согласно мнению многих авторов здесь могут быть выделены три близкие, но несходные стороны:

- 1) морально-этические положения, характерные для людей, живущих в определенных социально-экономических условиях;
- 2) мотивы, которыми руководствуется молодой человек в занятиях спортом;
- 3) этические основы поведения спортсмена.

Кроме названных условий достижения положительных результатов в формировании личности подростков, занимающихся спортом, следует указать на решающее значение личности преподавателя, направленности его действий. Морально-этические положения, которыми руководствуются подростки, имеют прямую взаимосвязь с общественной сферой, в которой юный спортсмен живет, трудится, учится, и интеллектуальной атмосферой в ней.

Воспитательная работа как важнейшая функция педагога приобретает особое значение на учебно-тренировочных занятиях с подростками. В первую очередь это обусловлено тем, что для данной возрастной группы популярные спортсмены часто являются образцом для подражания, причем старшеклассники могут копировать не только их спортивную технику, но и поведение, манеры, а порой и их мировоззрение и взгляды. Поэтому личностные качества тренера, его идейная

АКТУАЛЬНЫЕ ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ПРАКТИКИ: обобщение и распространение опыта

убежденность, честность и дисциплинированность будут играть немаловажную роль в формировании личности подростков, занимающихся спортом. Весь стиль поведения педагога должен способствовать утверждению атмосферы оптимизма, жизнерадостности, бодрости и неиссякаемой энергии.

Глубокое влияние на процесс формирования личности подростков оказывает коллектив, в котором молодой человек тренируется. Содружественная деятельность, деловые межличностные отношения, взаимная помощь и ответственность - все это способствует воспитанию членов коллектива.

Совместная коллективная практическая деятельность создает благоприятные возможности и для интеллектуального взаимообогащения подростков. Перенимая знания внутри спортивного коллектива, школьники лучше познают специфику и назначение физического воспитания как в личной, так и в общественной жизни.

Велико также значение физкультурного коллектива в развитии эстетических качеств личности подростков. И хотя формирование эстетической оценки нравственных отношений в коллективе значительно сложнее, без этого, что особенно важно, нравственно-эстетические критерии личности могут быть низкими.

В ходе учебно-тренировочного процесса подростков, как и во всех видах воспитания, необходима сознательная активность воспитуемого в решении образовательно-воспитательных задач. Формирование лишь тогда сможет считаться достаточно эффективным, когда оно перерастает в самовоспитание.

Период социальной и спортивной адаптации – серьезное испытание для подростков. Надо освоиться с новой обстановкой, коллективом, затрачивая дополнительные усилия на привыкание к режиму учебно-тренировочных занятий и т.д. Поэтому большое значение в развитии положительных качеств спортсменов-школьников имеет правильно организованное руководство их самовоспитанием. Под самовоспитанием понимается «...сознательная, систематическая работа личности над собой, направленная на формирование и совершенствование положи-

АКТУАЛЬНЫЕ ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ПРАКТИКИ: обобщение и распространение опыта

тельных и устранение отрицательных качеств в соответствии с требованиями общества, личными потребностями и сложившимися идеалами»). Стимулировать процесс самовоспитания подростков в ходе учебно-тренировочного процесса можно, только используя дифференцированный и индивидуальный подход: одних побуждать руководствоваться своим положительным идеалом, другим помочь разрушить отрицательный и формировать положительный, третьим помочь в выборе идеала.

Таким образом, важнейшая задача занятий физической культурой и спортом – формирование личности. Это достигается путем проникновения воспитательных мер во все сферы деятельности преподавателя и путем самовоспитания занимающегося. Основным условием достижения положительных результатов в формировании личности подростков в ходе учебно-тренировочного процесса служит комплексный подход, обязывающий соблюдать единство воздействия на занимающихся средств и методов физического и нравственного воспитания. Одним из основных условий успеха в учебно-тренировочных занятиях и, особенно в спортивных соревнованиях, является развитие интеллектуальной, волевой и эмоциональной сфер подростков.

Следовательно, решая задачи физического воспитания, преподавателю необходимо ориентировать свою деятельность на такие важные компоненты, как формирование ценностных ориентаций на физическое и духовное совершенствование личности подростков, формирование потребностей и мотивов к систематическим занятиям физическими упражнениями, воспитание моральных и волевых качеств. Формирование гуманистических отношений, приобретение опыта общения. При этом школьников необходимо обучать способам творческого применения полученных знаний, умений и навыков для поддержания высокого уровня физической и умственной работоспособности, состояния здоровья, самостоятельных занятий.

АКТУАЛЬНЫЕ ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ПРАКТИКИ: обобщение и распространение опыта

Форма как часть процесса воспитания зависит от целей, содержания, методов и одновременно обуславливает их осуществление, воплощение в конкретном деле. Поэтому формы воспитания зависят от конкретных педагогических ситуаций, и поэтому они так разнообразны, носят творческий характер и порой индивидуально неповторимы.

В педагогике спорта, в основном, применяют как индивидуальную, так и групповую, массовую формы, и методы стимулирования поведения. При этом все не отвергаются иные методы воспитания личности в спорте.

Список литературы

1. Введение в теорию физической культуры/ Под ред. Л. П. Матвеева.- М.: Физкультура и спорт, 1983. - 65 с.
2. Физическое воспитание: Учебник/ Под ред. В. А. Головина, В. А. Маслякова, А. В. Коробкова и др. - М.: Высшая школа, 1983. - 124 с.
3. Сборник инструктивно-методических материалов по физическому воспитанию: Пособие для учителей / Сост. В. П. Богословский.- М.: Просвещение, 1984. - 117 с.