

Е. М. Наумова

Формирование личной организованности у подростков в процессе физкультурно-спортивной деятельности

В статье рассматриваются основные направления формирования личной организованности у подростков в процессе физкультурно-спортивной деятельности. Эти направления зависят от многих факторов, отражающих характер взаимодействия педагога, тренера, руководителя команды и подростка. Указанные факторы качественно меняют технологию модели обучения и влияют на мотивационную готовность обучающихся к саморазвитию и самообразованию, а также к достижению идеала личной организованности. В процессе формирования личной организованности возникает задача не только поиска эффективных методов формирования умений и навыков у обучающихся, но и выявления проблемного поля научного изучения заявленной проблемы, определения педагогических условий, оптимальных в отношении организации и результатов дидактического процесса. Автор, используя доказательные основания, выстраивает оригинальные перспективы данного анализа. Приводится идеал сформированности личной организованности подростка в процессе физкультурно-спортивной деятельности.

Ключевые слова: направление, физкультурно-спортивная деятельность, формирование мышления, мотив, цель, морально-волевой аспект поведения, личная организованность, активность, идеал, лидерство, подросток.

Е. М. Naumova

Formation of Teenagers' Personal Organization during Sports Activity

In the article the basic directions of formation of teenagers' personal organization during sports activity are regarded. The article is devoted to the generalization of pedagogical experience in the formation of teenagers' personal organization during sports activity. These areas depend on many factors, reflecting the nature of the interaction of a teacher, coach, team leader and teenager. These factors qualitatively change the training model and technology affect the motivational readiness of students to self-development and self-education, as well as to achieve the ideal of personal organization. During the formation of individual organization there is a problem not only finding effective methods of formation of abilities and skills of students, but also to identify the problem field of the scientific study of the stated problem. There is identification of the optimal educational conditions for the organization and results of the didactic process. The author using the evidence-base builds original perspectives of the analysis. We present the ideal formation of the teenager's personal organization during of sports activity. This, of course, shows the depth of the theoretical analysis of the sources and the breadth of scientific expertise of the author, the quality of practice-oriented findings.

Keywords: direction; sports and sporting activities; formation of thinking; motive; target; a moral and volitional aspect of behaviour; personal organization; activity; ideal; leadership; teenager.

Анализ исследований по изучению такого базового волевого свойства человека, как *личная организованность*, для всесторонней и объективной оценки уровня сформированности личной организованности у подростков позволил нам в своем исследовании использовать четыре основных направления формирования личной организованности у подростков в процессе физкультурно-спортивной деятельности:

- формирование мышления (знаний, осмысленности и интеллектуальных способностей);
- формирование мотивационно-целевых ориентаций (компетенций, мотиваций, умений в постановке истинных целей и их достижении, активности, инициативы, лидерства);

– формирование морально-волевого аспекта поведения (самодисциплины, ответственности, волевой саморегуляции);

– совершенствование в физкультурно-спортивной деятельности через формирование продуктивного компонента.

Операциональная составляющая каждого из перечисленных направлений может быть рассмотрена при условном абстрагировании от их единства, которое в значительной степени определяется функциональной моделью процесса формирования личной организованности подростков.

Охарактеризуем особенности формирования каждого из четырех направлений формирования

личной организованности подростков в процессе физкультурно-спортивной деятельности.

1. Формирование мышления (знаний, осмысленности и интеллектуальных способностей)

Формирование мышления в процессе физкультурно-спортивной деятельности представляет собой учебно-тренировочный процесс обмена знаниями, инновационной информацией между всеми участниками учебно-тренировочного процесса в рамках изучаемого вида деятельности. Обмен знаниями, инновационной информацией есть процесс коммуникации, обмена различного вида сообщениями, которые выстраиваются в дидактической последовательности.

Интеллектуальные способности связаны с формированием такого мышления, которое позволяет осмысливать и анализировать, сравнивать и обобщать, создавать собственное понимание спортивного совершенствования, подбирать и оценивать методики, творчески осуществлять функционирование спортивной деятельности, контроль и коррекцию своего здоровья, спортивной подготовленности.

К интеллектуальным способностям относятся умения мыслить самостоятельно, творчески, продуктивно, использовать знания и опыт в организации своего поведения и спортивной деятельности.

Формирование интеллектуальных способностей имеет самое прямое отношение к формированию мотивации спортсмена, его специальной психологической, технической подготовке и включает два раздела: теоретическое образование и непосредственное развитие интеллектуальных способностей.

Содержание теоретического образования предполагает разнообразные знания, необходимые для успешной реализации тренировочной и соревновательной деятельности. Выполнение специальных заданий и различные способы организации занятий побуждают спортсмена к творческим проявлениям при применении новых вариантов техники, разных тактик, совершенствовании средств и методов подготовки, умения планировать, управлять временем, расставлять приоритеты, что влияет на развитие интеллектуальных способностей.

Для успешной реализации функционирования знаний создается, дорабатывается и совершенствуется их учебно-методическое оснащение. Плакаты, рисунки, схемы, таблицы, учебные ки-

но- и видеофильмы, специальная литература – каналы передачи знаний.

Формируя мышление спортсменов – морских многоборцев, важно опираться на главную цель инновационного воспитания при занятиях спортом: создать возможности, обуславливающие побуждение спортсмена к самовоспитанию, самопознанию, саморазвитию, самоорганизации, направленных на достижение гармонии с другими людьми, социумом, природой, формирующих лидерские качества, совесть, ответственность перед обществом, развивающие духовно-нравственное мировоззрение, патриотическую, гражданскую позицию, мышление и физическое совершенство.

Сущностное содержание инновационного образования в спортивных командах заключается в создании психолого-педагогической системы инновационного обучения и воспитания, оказывающей эффективное воздействие на развитие профессионально-спортивных, гражданских, патриотических и других важных качеств личности, обладающей мышлением, которое способно к генерации инноваций не только в экстремальных ситуациях, но и при решении всевозможных проблем современной жизни.

Формирование мышления спортсменов опирается на следующие принципы управления: самости, творчества, прогнозирования и моделирования, духовно-нравственного развития, любви к труду, референтации, осознанности и рефлексии, толерантности, корпоративности, лидерства.

Вся деятельность по формированию мышления спортсменов должна быть подчинена формированию личности лидера, владеющего методологическими, эвристическими и инновационными способностями, базирующимися на высокой креативности; имеющего высочайшие социально-духовные качества гражданина, патриота; генерирующего инновации, направленные на развитие прогресса, поиск истины в разрешении противоречий, кризисных ситуаций, экстремальных ситуаций и в повседневной практике.

Физические и психические способности организма каждого спортсмена, особенно высокой квалификации, индивидуальны. Знание спортсменом этих особенностей (набор спортивной формы, подведение ее к важным соревнованиям, процессы восстановления, реакции на физические нагрузки и психологические воздействия и др.), обусловленное высокими интеллектуальными способностями, умением анализировать тренировочные и соревновательные нагрузки, про-

фессиональное отношение спортсменов к делу, требовательное отношение, прежде всего к себе, и доверительное общение с тренером по рациональному использованию этих особенностей в подготовке к важнейшим стартам дает высокие спортивные результаты.

Анализируя вышеизложенное, определим основной показатель, характеризующий когнитивный компонент подростка-спортсмена: способность самостоятельно творчески и продуктивно мыслить при создании вариантов техники, тактики, средств личной организованности; проявление пунктуальности и прилежности; упорядоченность и планомерность в работе; рациональное использование времени; умение программировать собственное поведение; способность подчинять побуждения и эмоциональные порывы отдаленным целям; умение соблюдать и поддерживать порядок во всем.

2. Формирование мотивационно-целевых установок (компетенций, мотиваций, умений в постановке истинных целей и их достижении, активности, инициативы, лидерства)

Мотивы, побуждающие человека заниматься спортом, имеют свою структуру. Анализ различных исследований позволяет выделить две группы мотивов спортивной деятельности, характеризующиеся ярко выраженной социальной направленностью и педагогическими стремлениями.

Мотивы, относящиеся к непосредственным, проявляются как потребность испытывать чувство удовлетворения от проявления мышечной активности; собственной красоты, гибкости, координации, скорости, выносливости, силы; как стремление проявить себя не только в трудных, но и в экстремальных ситуациях; как стремление добиваться рекордных результатов, показывать свое спортивное мастерство и побеждать; как потребность в самовыражении, самоутверждении, стремление к общественному признанию. *Мотивы, относящиеся к опосредованным*, – стремление стать здоровым и сильным, через спортивную жизнь подготовиться к практической жизни; чувство долга; потребность в занятиях спортом через осознание социальной важности спортивной деятельности [5].

В отношении мотивации физкультурно-спортивная деятельность подростков представляется как отражение, закладка определенной стратегии жизни, физкультурно-спортивных интересов и потребностей личности. При этом основной задачей является создание такой педагогиче-

ской стратегии, которая обеспечит ситуации воспитания и проявления всех видов мотивов и потребностей в личностном и социальном смысле. В данном контексте следует отметить, что, во-первых, все мотивы и потребности физической культуры личности значимы; во-вторых, что личностно значимые мотивы и потребности, если они не имеют антинравственного и антиэтического проявления, тоже являются социально значимыми – как возможность подражания и примера, приобщения к физической культуре и спорту; в-третьих, все виды мотивов и потребностей не имеют четкого разграничения, как и все разновидности потребностей (они осознаются во взаимосвязи и во взаимообусловленности).

Технология мотивационных воздействий реализуется в следующих принципах: научности, доступности, постепенности и последовательности, индивидуализации; мировоззренческого, интеллектуального и телесного компонентов; деятельностного подхода к освоению физкультурно-спортивной практики; гуманизации и демократизации.

Исходя из этих принципов определяется состав средств формирования мотивов: знания; деятельность (стимул); положительная и объективная оценка деятельности и ее подкрепление результатом; инструментальная составляющая (научно-методическое обеспечение, инвентарь, оборудование и т. п.); постоянная и эффективная коррекция деятельности; отношения между педагогом и подростком-спортсменом, основанные на уважении и доверии; создание положительного эмоционального фона тренировок, поддержка коллектива; создание ситуаций и условий для реализации индивидуальных интересов, выбора деятельности; ситуации проявления волевых усилий и удовлетворения результатом деятельности; весь процесс формирования физической культуры личности; обеспечение условий реализации физкультурно-спортивных потребностей в свободное время.

Мотивации достижения проявляются в постановке спортсменами новых целей, стремлении к успеху в спортивной деятельности. Тенденции в мотивациях складываются через стремление к успеху (высокий уровень мотивации) и устранение от успеха (низкий уровень мотивации).

Деятельность педагогов по формированию мотивационно-целевых ориентаций у подростка в итоге направляется на воспитание стремления сплотить коллектив, в котором тренируются, повысить социальный статус своей команды;

стремления помочь членам команды в максимальной реализации возможностей; потребности устанавливать и поддерживать хорошие отношения. Также важно обучение применению основ персонального менеджмента, тайм-менеджмента и обучение способам их овладения. Формируются способности мышления, самостоятельной деятельности, целеустремленности, инициативности, лидерства, самообладания, дисциплинированности, личной организованности, чувство долга и ответственности. Стимулирование подростков к самовоспитанию (самосознание, самопознание, самонаблюдение, самоанализ) и самоуправлению (самоприказ, самоубеждение, самообязательство и др.); психической саморегуляции; организации самостоятельной деятельности (планирование, управление, контроль, коррекция); самоконтролю (деятельности, подготовленности, поведения и др.) предполагает и повышение мотивации к спортивной деятельности.

Анализ рассмотренных работ показывает, что мотивационно-целевой компонент личной организованности исследователи соотносят с разноплановыми характеристиками личности – физическими, интеллектуальными, эстетическими и нравственными.

Показатели мотивационно-целевого компонента подростка-спортсмена, занимающегося в команде, включают поиск интересного дела; достижение общественного признания в группе; успешность деятельности; стремление стать квалифицированным спортсменом и уважаемым человеком; обретение друзей; потребность быть необходимым другим людям; желание внести как вклад в решение коллективных проблем; чувство долга и ответственности.

3. Формирование морально-волевого аспекта поведения (самодисциплины, ответственности, волевой саморегуляции)

Формирование морально-волевого аспекта поведения применяется в определенных ситуациях, которые, отражая реалии жизни, способствуют проявлению черт характера, чувств, установлению взаимоотношений, формированию взглядов, убеждений и т. п. Именно в этом и актуализируется значимость формирования морально-волевого аспекта поведения личности.

Формирование морально-волевого аспекта поведения у подростков направлено на воспитание ряда способностей: воспринимать нормы и правила поведения, эстетические воздействия; проявлять целеустремленность и трудолюбие, личную организованность, мировоззренческие,

пропагандистские и организаторские способности; анализировать состояние своего здоровья; применять оздоровительные системы; организовывать и пропагандировать здоровый образ жизни. Педагогический процесс направляется на обучение способам общения в повседневной жизни, на тренировках и соревнованиях, в экстремальных условиях; способам оценки техники движений, организации здорового образа жизни.

Базовой категорией морально-волевого аспекта поведения у подростков является нравственное чувство – постоянное эмоциональное ощущение, переживание, реальные нравственные отношения и взаимодействия.

К средствам, воздействующим на морально-волевого аспекта поведения у подростков в процессе спортивной подготовки, относятся поступки спортсменов, технико-тактические действия, правильно и красиво выполненные упражнения, форма одежды, музыкальное сопровождение, культура общения на тренировках и соревнованиях, инвентарь и оборудование, четкая и продуманная организация занятий.

В нашем эксперименте формирование морально-волевого аспекта поведения у подростков основывается на формировании регулятивного и динамического компонентов. Выделяют показатели регулятивного компонента в структуре личности спортсмена, которые прививаются при осуществлении физкультурно-спортивной деятельности:

– волевой аспект, умение организовывать собственную деятельность [2];

– регулирование эмоциональных состояний, приемы эмоционально-волевой регуляции в отдельных видах физкультурно-спортивной деятельности [3].

Динамический компонент в структуре личности спортсмена включает способы осуществления физкультурно-спортивной деятельности. Данный компонент соотносится с формированием механизма двигательной деятельности, культуры движений, физической, технической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовкой и характеризует подготовленность спортсменов к осуществлению физкультурно-спортивной деятельности, к использованию своих спортивных навыков в других сферах жизнедеятельности. Этот компонент занимает ведущую позицию в спортивной подготовке. Основные показатели динамического компонента: интенсивное стремление к цели, планирование, обдумывание своей деятельности, само-

контроль, аккуратность, выделение главных и второстепенных дел, установление сроков выполнения заданий, подготовка и организация дел, предпочтения порядка в делах.

На этой основе у спортсменов развивается умение мобилизовывать физические и психические возможности, вырабатывается способность к самообладанию и самодисциплине; возникает чувство радости при преодолении препятствий, гордость при достижении цели, оптимизм в начале нового дела, спокойствие в случае неудачи.

4. Совершенствование в физкультурно-спортивной деятельности через формирование продуктивного компонента

Следуя традициям, заложенным основоположником теории физической культуры П. Ф. Лесгафтом, совершенствование в физкультурно-спортивной деятельности подростков рассматривается в рамках разных направлений, одним из которых является педагогический аспект физической культуры как целенаправленная работа над собой; организация совместной деятельности.

В структуре физического совершенствования подростков физическое развитие выступает в роли скрытой цели. В конечном итоге физическая подготовка работает на физическое развитие занимающихся [4]. При грамотно организованном процессе спортивной тренировки повышается уровень морфофункциональных свойств, психомоторных и физических качеств, резервных возможностей организма, улучшается состояние здоровья и работоспособность [1]. Неправильное воздействие, нарушающее методические принципы физического воспитания, может привести к негативным для здоровья спортсменов результатам.

В наше время разработка структуры учебно-тренировочного занятия подростка должна учитывать основные положения персонального менеджмента и тайм-менеджмента.

Управление процессом физического совершенствования предполагает использование основных приемов, методов, инструментов менеджмента.

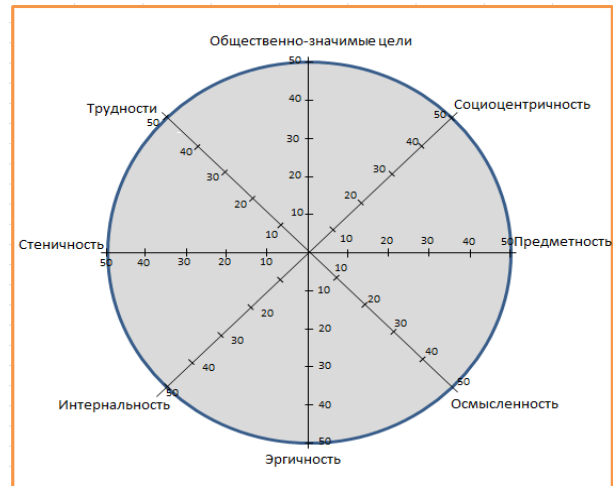
Коррекционными средствами при этом могут выступать проведение учебно-тренировочного процесса по индивидуальному маршруту, самостоятельная работа над слабыми местами.

Выделяют следующие показатели продуктивного компонента: быстрое достижение коллективной цели; поддержание нормальной деловой атмосферы в команде; планомерность, четкость

совместной деятельности; экономия и продуктивное использование времени и средств в совместном деле; рост чувства собственного достоинства; рост собственного авторитета; повышение личной самооценки.

Представим модель идеала личной организованности у спортсменов-подростков в процессе физкультурно-спортивной деятельности в команде морского многоборья на схеме 1.

Схема 1



Таким образом, подростку необходимо соблюдать баланс во всех направлениях гармоничных переменных компонентов личной организованности.

Оценить свои успехи за определенный период в каждой гармоничной переменной можно по шкале от 10 до 50: нужно поставить точки на координатной прямой, а потом соединить отметки успехов линией по кругу. Получится персональное «колесо баланса критериев», анализ которого позволит понять, чему лично подростку нужно уделить больше внимания.

Библиографический список

1. Ершова, Р. В. Психология организованности: теория и практика исследования: монография [Текст] / Р. В. Ершова. – Коломна: КГПИ, 2008. – 179 с.
2. Карпов, А. В. Психология рефлексивных механизмов деятельности [Текст] / А. В. Карпов. – М.: Институт психологии РАН, 2004. – 424 с.
3. Осницкий, А. К. Структура, содержание и функции регуляторного опыта человека [Текст]: дис. ... д-ра псих. наук / А. К. Осницкий. – М., 2001. – 370 с.
4. Соловьев, Г. М. Физическая культура в образовательном процессе ВУЗа [Текст]: учебное пособие / Г. М. Соловьев. – Ставрополь: Высшая школа, 2003. – 243 с.
5. Савина, Н. А. Формирование ценностных ори-

ентаций у студентов ВУЗов [Текст] / Н. А. Савина : дис. ... канд. пед. наук. – М., 2006. – 203 с.

Bibliograficheskiy spisok

1. Ershova, R. V. Psihologija organizovannosti: teorija i praktika issledovanija : monografija [Текст] / R. V. Ershova. – Kolomna : KGPI, 2008. – 179 s.

2. Karpov, A. V. Psihologija reflektivnyh mehanizmov dejatel'nosti [Текст] / A. V. Karpov. – М. : Institut psihologii RAN, 2004. – 424 s.

3. Osnickij, A. K. Struktura, sodержanie i funkcii reguljatornogo opyta cheloveka [Текст] : dis. ... d-ra psih. nauk / A. K. Osnickij. – М., 2001. – 370 s.

4. Solov'ev, G. M. Fizicheskaja kul'tura v obrazovatel'nom processe VUZa [Текст] : uchebnoe posobie / G. M. Solov'ev. – Stavropol' : Vysshaja shkola, 2003. – 243 s.

5. Savina, N. A. Formirovanie cennostnyh orientacij u studentov VUZov [Текст] / N. A. Savina : dis. ... канд. пед. наук. – М., 2006. – 203 с.