

Проскурина Елена Федоровна

д-р пед. наук, старший преподаватель

Костюхова Анна Вячеславовна

студентка

Трутнева Мария Сергеевна

студентка

Южно-Российский институт управления (филиал)
ФГБОУ ВО «Российская академия народного хозяйства
и государственной службы при Президенте РФ»
г. Ростов-на-Дону, Ростовская область

РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ВОВЛЕЧЕННОСТИ МОЛОДЕЖИ В СПОРТИВНУЮ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

***Аннотация:** в статье авторами рассмотрена тема вовлеченности молодежи в спортивную деятельность. Исследователи привели ряд рекомендаций для реализации данного вопроса.*

***Ключевые слова:** рекомендации, вовлеченность, молодежь, спортивная деятельность.*

Большое влияние на подростков оказывают окружающие их взрослые. Поэтому, мы считаем важным информирование родителей, учителей физической культуры, классных руководителей, тренеров и специалистов, работающих с молодыми спортсменами об особенностях ценностно-смысловой сферы подростков и о том, как они меняются по мере вовлечения подростков в спортивную деятельность [1, с. 171].

Ввиду того, что подростки, с разной степенью вовлеченности в спортивную деятельность отличаются характеристиками ценностно-смысловой сферы, далее будут рассмотрены основные особенности ценностно-смысловой сферы на каждой ступени вовлеченности в спортивную деятельность и предложены рекомендации, ориентированные на каждую изученную в работе группу отдельно [2].

На наш взгляд, для вовлечения в спортивную деятельность на каждом этапе стоит подчеркивать различные положительные моменты занятий спортом в зависимости от наиболее значимых для подростков ценностей и представлений о смысле жизни. Это можно делать с помощью бесед, групповых дискуссий, сообщений, тренингов. Предлагаемые формы работы могут проводиться как родителями, так и специалистами.

Ступень 1 – Осведомленность – подростки, не занимающиеся спортом помимо уроков физической культуры в школе: не могут описать, в чем заключается смысл жизни, и не знают, как его сформулировать; предпочитают духовно-нравственные ценности эгоистически-престижным. Наиболее значимая для этой группы подростков ценность – «интерес к знаниям, наслаждение прекрасным и попытка сделать мир лучше».

Для вовлечения в спортивную деятельность подростков, не занимающихся спортом помимо уроков физической культуры в школе, мы предлагаем повышать их интерес к спортивной деятельности через беседы – «Спорт в нашей жизни», «Зачем начинать заниматься спортом», «Польза спортивной деятельности для меня» (могут проводиться родителями); тренинги – «Мотивация в спорте», «Я могу измениться» (могут проводиться специалистами-психологами и тренерами) по тематике спорта как элемента здорового образа жизни, как деятельности, занимаясь которой можно совершенствовать свою личность и укреплять здоровье.

Еще одним способом вовлечения подростков в спортивную деятельность может быть проведение дискуссий, направленных на знакомство подростков с интересными аспектами различных видов спорта – «Самый сложный вид спорта», «Легче работать одному или в команде» и т. д. При обсуждении значения спорта в жизни человека важно подчеркивать значение спорта и здорового образа жизни для формирования личности подростка, его знаний, навыков.

Для вовлечения этой группы подростков в спортивную деятельность можно так же использовать интернет-ресурсы: создавать паблики с фотографиями спортсменов, фотографиями, демонстрирующими привлекательность

спортивной деятельности. Можно описывать привлекательные стороны спортивной деятельности.

На данной ступени важно показать привлекательность спортивной деятельности и занятий спортом; возможность получать удовольствие от занятий спортом и приобщиться к культуре здорового образа жизни, а возможно и привлечь к этому свою семью. Рассказать о том, что знакомство со спортивной деятельностью предоставить подростку много новой информации и знаний [3, с. 341].

Ступень 2 – Привлекательность – подростки, занимающиеся спортом, но не имеющие спортивных достижений: понимают смысл жизни и рассматривают фактор семьи (я и любимый человек) как необходимую составляющую их смысла жизни. Для этих подростков одинаково важны как духовно-нравственные, так и эгоистически-престижные ценности. Наиболее значимы для них следующие ценности: «сохранение и развитие собственной личности»; «самостоятельность»; «интерес к знаниям, наслаждение прекрасным и попытка сделать мир лучше»; «общение»; «признание и уважение людей, влияние на окружающих».

Для дальнейшего вовлечения в спортивную деятельность подростков, занимающихся спортом, но не имеющих спортивных достижений, мы предлагаем показать (через лекции «Ценность спорта», «Зачем мне спорт?», «Возможности молодого спортсмена») как спортивная деятельность помогает в установлении контактов с другими людьми – позволяет находить общие темы для общения, делает взаимодействие необходимым.

Одним из вариантов вовлечения подростков в спортивную деятельность на данном этапе может быть привлечение подростков к спортивным праздникам и фестивалям «Веселые старты», «Полоса препятствий» и т. д. Участие в таких мероприятиях родителей может служить дополнительной мотивацией.

Родители и тренеры могут обратить внимание подростков на то, что, занимаясь спортом, человек развивается (физически и духовно), учится самостоятельности, самоконтролю, становится более ответственным, что положительно оценивается сверстниками и окружающими взрослыми.

Ступень 3 – Привязанность – подростки, занимающиеся спортом, и, имеющие юношеский разряд: понимают и могут ответить на вопрос «Что такое смысл жизни», рассматривают семью (я и любимый человек) и детей как составляющую смысла жизни; предпочитают эгоистически-престижные ценности духовно-нравственным. Наиболее значимые ценности этой группы подростков: «сохранение и развитие собственной личности»; «социальный статус, власть и материальное положение»; «забота о здоровье как часть общей культуры», «признание и уважение людей, влияние на окружающих».

Для дальнейшего вовлечения в спортивную деятельность подростков этой группы при проведении лекций, тренингов и дискуссий стоит продолжать делать акцент на спортивной деятельности как на элементе саморазвития. Важно отметить, что лекции могут проводиться родителями, имеющими спортивный опыт, или специалистами. Возможны следующие темы лекции; «Достижения в спорте – труд спортсмена или мастерство тренера», «Чем спорт стал для меня», «Как я могу стать лучше» и т. д. Организовывать мастер-классы с участием спортсменов, которые имеют высокие звания и титулы (обычно федерации отправляют профессиональных спортсменов в школы, чтобы тот рассказал и показал свой вид спорта).

Ступень 4 – Преданность – подростки, занимающиеся спортом, и, имеющие взрослый разряд: знают в чем состоит смысл жизни, могут его сформулировать – смысл жизни в семье (я и любимый человек); ценность смысла жизни (цели в жизни) выше, чем для остальных групп подростков. Для этих подростков одинаково важны как духовно-нравственные, так и эгоистически-престижные ценности. Наиболее значимые ценности: «сохранение и развитие собственной личности»; «традиции и конформизм»; «социальный статус, власть и материальное положение»; «забота о здоровье как часть общей культуры», «признание и уважение людей, влияние на окружающих».

Проводя с подростками этой группы беседы и дискуссии, можно говорить о значении спортивной деятельности для человека вообще, о том, что занятия спортом сейчас могут перерасти в профессию в будущем. Возможные темы для

обсуждения: «Спорт – это ценность», «Культура спорта», «Моё будущее в спорте». Важно обращать внимание подростков на сопряженные виды деятельности: что есть много профессий, связанных со спортом (например, спортивный менеджер) это на тот случай, когда человек получил травму и не может заниматься спортом профессионально. Важно отметить, высокую значимость тренера для этой группы, поэтому, его участие в беседах и дискуссиях очень важно.

Выявлена взаимосвязь между вовлеченностью подростка в спортивную деятельность и ценностно-смысловой сферой (системой ценностей и смыслов – ценностей самого высокого порядка) подростков, по-разному вовлечённых в нее. По мере вовлечения в спортивную деятельность и достижения результатов в ней, подростки более четко представляют себе смысл жизни, формулируют смысл своей жизни. Подростки, занимающихся спортом, способны раскрыть значимость смысла жизни (целей в жизни), и наполняют его содержанием, связанным с семьей в различных ее проявлениях.

Список литературы

1. Челпанов А.В. Ценностные и коммуникативные особенности личности любителей и профессионалов в спортивной командной деятельности: Дис. ... канд. психол. наук. – СПб., 2006. – 218 с.
2. Стамбулова Н.Б. Психологическая структура спортивной деятельности // Спортивная психология в трудах отечественных специалистов / Сост. и общая редакция И.П. Волкова. – СПб.: Питер, 2002. – 324 с.
3. Гайнутдинов Р.З. Физическое воспитание и спорт как ценность и фактор формирования здоровьеориентированного мышления современной студенческой молодёжи / Р.З. Гайнутдинов, Д.М. Насибуллина // Актуальные проблемы педагогической психологии в условиях реализации современного образования. – Уфа: Башкирский государственный педагогический университет им М. Акмуллы, 2014. – С. 430–434.