

ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ И ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

Воронов Николай Андреевич

канд. биол. наук, доцент

Авдеева Светлана Николаевна

преподаватель

Аршинова Наталья Германовна

преподаватель

ЯрГУ им. П. Г. Демидова

г. Ярославль, Ярославская область

ВЛИЯНИЕ СПОРТА НА СТАНОВЛЕНИЕ ЛИЧНОСТИ

Аннотация: в статье рассматриваются вопросы влияния спортивной деятельности на формирование личности. Описываются ценности физической культуры и спорта, определяются направленности социальных значений спорта. Предлагается классификация стадий социализации человека, занимающегося спортивной деятельностью и дается характеристика каждой стадии.

Ключевые слова: физическая культура и спорт, социализация спортсменов, социализация молодежи, ценности физической культуры и спорта.

Спорт является частью физической культуры, которая как феномен общей культуры уникальна. Именно она, по словам В.К. Бальсевича, является «естественным мостиком, позволяющим соединить социальное и биологическое в развитии человека». Более того, как доказывает Н.Н. Визитей, она является «самым первым и базовым видом культуры, который формируется в человеке». Физическая культура с присущим ей дуализмом физиологического и социального может значительно влиять на состояние организма, психики, а также на статус человека.

Исторически физическая культура складывалась, прежде всего, под влиянием практических потребностей общества в полноценной физической подготовке подрастающего поколения и взрослого населения к труду. Вместе с тем, по

мере становления систем образования и воспитания физическая культура становилась базовым фактором формирования двигательных умений и навыков [1].

Качественно новая стадия осмысления сущности физической культуры связывается с ее влиянием на духовную сферу человека как действенного средства интеллектуального, нравственного, эстетического воспитания. Занятия спортом оказывают значительное влияние как на биологическую сущность человека – на его здоровье, физиологические характеристики и физическое развитие, так и на развитие его духовности и моральных качеств.

Социальное значение спорта в процессе воздействия на личность обуславливается совокупностью тех ценностей, которые он продуцирует. «Ценности являются социально приобретенными элементами структуры личности, выступают как фиксированные, устойчивые представления о желаемом». Как элемент общечеловеческой культуры ценности усваиваются личностью в процессе социализации, а затем становятся основными регуляторами ее поведения [2].

Ценности физической культуры и спорта можно разделить на два уровня: общественный и личностный. К общественным ценностям физической культуры относятся все то, что создано людьми для физического совершенствования, оздоровления и организации здорового образа жизни:

- специальные знания, накопленные человечеством;
- спортивная техника;
- технологии спортивной подготовки;
- методики оздоровления;
- спортивные достижения.

Личностный уровень ценностей физической культуры состоит в «спортивном багаже», накопленном в процессе тренировочной и соревновательной деятельности, к которому относятся:

- знания в области физического совершенствования;
- двигательные умения и навыки;
- социально-психологические установки;
- способность к самоорганизации.

Особое значение для личности имеет также освоение мобилизационных ценностей физической культуры, которые заключаются в быстром реагировании на стрессовые ситуации. Именно они помогают человеку выжить в экстремальных условиях, которые не столь уж и редки в жизни современного общества: болезни, травмы, экологические аварии – вот тот неполный перечень ситуаций, когда человеку особенно нужны высокоразвитые двигательные качества и способности. Физкультурно-спортивная деятельность способствует мобилизации функциональных, психологических и физических возможностей организма, опосредованно влияя на создание своеобразного резерва для ответа на непредвиденные внешние воздействия.

Представленный ряд ценностей физической культуры и спорта, определяет широкую направленность социальных значений спорта. При этом, в рамках данной работы хотелось бы сделать упор на социальное значение спорта как фактора социализации. Часто спорт называют «школой характера», «школой эмоций», «школой воли», «школой честной игры», тем самым, утверждая его социально значимые нравственные, эстетические и эмоциональные ценности.

Физическая культура и спорт играют важную роль в формировании личности, в том плане, что многие социальные ситуации проигрываются в спортивной деятельности. Это позволяет спортсмену вырабатывать для себя жизненный опыт, выстраивать особую систему ценностей и установок, что можно обобщить в конструкт адаптивных стратегий поведения [3].

Придя в спортивную секцию или школу, юный спортсмен попадает в новую социальную сферу: тренеры, судьи, спортивный коллектив – это новые агенты социализации, конкретные люди, ответственные за воспитание и образование, обеспечивающие эффективное освоение новой социальной роли спортсмена.

Для каждого человека особенно важна первичная социализация, когда закладываются основные психофизические и нравственные качества личности. Среди агентов первичной социализации далеко не все играют одинаковую роль и обладают равным статусом. Для спортсмена тренер также играет одну из ведущих ролей, в данном случае он усиливает позиции родителей в формировании

базисных ценностей, а также регулирует поведение, при этом ориентируя на спортивный стиль жизни, достижение высоких результатов [1].

При этом значение спорта в период становления личности возрастает в том плане, что тренировочная деятельность позволяет молодым спортсменам справляться с трудностями, возникающими в жизненных ситуациях, не связанных со спортом. Тренировочная деятельность приносит ребенку эмоциональное удовлетворение, заключающееся в росте спортивных результатов, спортивная секция становится для него той сферой, которая снижает негативное влияние тех сложностей, с которыми он сталкивается других сферах – школе, семье, кругу сверстников.

Классификацию стадий социализации спортсмена путем включения его в спортивную деятельность можно связать с этапами формирования его спортивной карьеры. Если принять этот принцип, то можно выделить следующие стадии социализации:

- 1) включение субъекта в спортивную деятельность;
- 2) занятия детско-юношеским спортом;
- 3) переход из любительского в профессиональный спорт;
- 4) завершение спортивной карьеры и переход к другой карьере.

Для первой стадии социализации характерен период начала спортивной деятельности. В это время формируются интерес, ценностные ориентации на спортивные занятия, закладываются основы ценностного отношения к спортивной деятельности. Этот период очень важен для юного спортсмена. Новый круг общения, первая проба сил, первые победы и неудачи создают условия для формирования спортивного характера.

Немногие дети могут успешно пройти этап спортивной подготовки, более одной трети прекращают занятия спортом еще в детском возрасте. Однако оставшиеся в спорте, совершенствуясь в спортивном мастерстве, вступают в новую фазу социальных отношений.

Возрастает количество соревнований, тренировочных сборов, переезды в другие города и страны, новые спортивные базы – тренировочный процесс меняет форму организации, и вместе с этим трансформируется социальный опыт, появляются новые ценности и ориентации. Участие в соревнованиях различного уровня (национальные и международные, плановые и коммерческие) определяют интеграцию спортсмена в спортивную субкультуру, обладающую специфическими образцами и нормами поведения, которые формируют социальные установки спортсменов.

Третью стадию социализации символизирует расцвет спортивной карьеры. Спортсмен подчиняет образ жизни интересам спортивного клуба, команды, коллектива, который обеспечивает его эффективную спортивную подготовку. Наряду с тренером особое место в его жизни занимают массажисты, врачи, менеджеры.

Для четвертой стадии социализации характерны период завершения спортивной карьеры и переход к другой профессиональной карьере. Как правило, у спортсменов это один из сложных жизненных периодов. Решение закончить спортивную карьеру часто связывается с травмой, снижением спортивных результатов, выход из сборных команд. Негативные ситуации провоцируют спортсмена на психологический кризис. Важную роль в преодолении негативных моментов в жизни спортсмена должны сыграть руководители спортивного клуба, тренеры, но, как правило, справиться с данными трудностями помогает создание семья [4].

Раскрытое выше влияние спорта на становление личности в контексте процесса социализации молодежи, на наш взгляд, следует рассмотреть более детально в аспекте формирования адаптационных стратегий поведения.

Список литературы

1. Лубышева Л.И. Социальная роль спорта в развитии общества и социализации личности. М. 2001. – С 11.
2. Лубышева Л.И. Современный ценностный потенциал физической культуры и спорта и пути его освоения обществом и личностью. М. – 2003. – С. 17.
3. Бальсевич В.К. Физическая культура для всех и для каждого. – М.: ФиС, – 2006. – С.127.
4. Визитей Н.Н Физическая культура личности. - Кишинев: Штиинца, 1994. – С. 16.