

## ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ И ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

*Лукманова Наталия Борисовна*

канд. биол. наук, доцент, заведующая кафедрой

*Ядовина Юлия Викторовна*

магистрант

ФГАОУ ВПО «Северный (Арктический) федеральный  
университет имени М.В. Ломоносова»  
г. Архангельск, Архангельская область

### ЛИЧНОСТНО-ОРИЕНТИРОВАННЫЙ ПОДХОД КАК КОМПОНЕНТ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ ЮНЫХ ГИМНАСТОК

*Аннотация:* в статье рассматриваются возможности использования технологии лично-ориентированного подхода с использованием психолого-педагогических подходов в ходе тренировочного процесса по художественной гимнастике в группе девочек 10–12 лет. Обобщаются теоретические подходы в изучении лично-ориентированной технологии. Делается вывод о том, что использование психолого-педагогических методик в ходе тренировочного процесса позволяет создавать максимально возможные условия жизненного самоопределения юных спортсменов.

*Ключевые слова:* лично-ориентированный подход, юные спортсмены, учебно-тренировочный процесс.

Общеизвестно, что основная идея лично-ориентированного подхода в обучении заключается в необходимости организации учебной траектории для каждого учащегося, исходя из его интересов, возможностей, способностей и субъективного опыта. При этом теория лично-ориентированного подхода концепции И.С. Якиманской (2011) рассматривается как педагогическая катего-

рия, где целью личностно-ориентированного подхода является создание условий, необходимых для раскрытия и развития личностных особенностей учащегося [7, с. 24–88; 8, с. 112].

При изучении личностно-ориентированного обучения в практико-ориентированных технологиях в аспекте физического воспитания школьников В.К. Бальсевич, Л.И. Лубышева (2003, 2006) отмечают, что этот подход должен стать основным направлением исследований [1, с. 19; 2, с. 18, 86; 4, с. 139]. Ориентация учебно-воспитательного процесса на индивидуальные особенности каждого учащегося определена духовно-нравственными и психологическими компонентами [3, с. 22; 5, с. 49]. Следует отметить, что, чем в большей степени совпадают средства психолого-педагогические воздействия в ходе спортивной тренировки или использования технологий физического воспитания с мотивами, потребностями и интересами школьников, тем активнее осуществляется их двигательная деятельность [6, с. 25, 56, 73].

В практике физического воспитания и спорта (на примере учебно-тренировочных занятий в группе юных гимнасток 10–12 лет) нами была использована теоретическая модель И.С. Якиманской (2011). Выявлено, что важным условием для проявления индивидуальных способностей спортсменов является использование в учебно-тренировочном процессе «лично-утверждающих» или лично-ориентированных ситуаций, которые используются тренером-преподавателем на основе рефлексии, осмысления, переосмысления имеющейся ситуации.

При этом, педагогическая технология с использованием лично-утверждающей ситуации, как правило, ставит обучающегося в новые условия, преобразующие практический опыт, направленный на создание и реализацию новой модели поведения. Лично-утверждающая ситуация, как педагогическая технология может включать в себя: нравственный выбор; самостоятельно определенные цели; реализация модели поведения; препятствия, предполагающие волевые усилия; самоанализ и самооценка; пересмотр прежних ценностей и воз-

можное принятие новых; принятие на себя ответственности. Именно эти компоненты учебно-тренировочной ситуации позволяют формировать собственный опыт.

Спортивная деятельность – это управляемый педагогический процесс овладения спортивным мастерством в процессе многолетней спортивной тренировки, в котором важным компонентом является психологическая подготовка.

Современные психолого-педагогические средства и технологии, сопровождающие учебно-тренировочный процесс включают компоненты, которые педагоги или тренеры могут на наш взгляд эффективно использовать в спортивной практике. Прежде всего, это методики психологической диагностики, позволяющие оценить индивидуальные особенности в уровне психологической мотивации, готовности к соревновательной деятельности, психоэмоциональное состояние юных спортсменов.

Таким образом, реализуя личностно-ориентированный подход с использованием психолого-педагогических технологий в ходе тренировочного процесса создаются максимально возможные условия жизненного самоопределения юных спортсменов, в рамках которого вопросы физического, психоэмоционального, социально-психологического, личностного, благополучия спортсменов являются ведущими, так как определяют жизненный успех, благополучие, самореализацию и полноценное функционирование [2, с. 25–58; 4, с. 139; 5, с. 49].

### ***Список литературы***

1. Бальсевич В.К. Спортивно ориентированное физическое воспитание, образовательные и социальные аспекты / В.К. Бальсевич, Л.И. Лубышева // Теория и практика физической культуры и спорта. – 2003. – №3. – С. 19–22.

2. Бальсевич В.К. Спортивный вектор физического воспитания в российской школе / В.К. Бальсевич – М.: НИЦ Теория и практика физической культуры и спорта, 2006. – 112 с.

3. Гульянц С.М. Психолого-педагогические предпосылки появления и развития личностно-ориентированного подхода в обучении и воспитании / С.М. Гульянц // Вестник Бурятского Государственного университета. – 2009. – №1. – С. 22–27.

4. Лубышева Л.И. Спортивное образование школьников: новые векторы и перспективы развития / Л.И. Лубышева // Инновационные педагогические технологии в системе физкультурного образования и оздоровления населения. – СПб.: НИИФК, 2006. – С. 139–143.

5. Лукьянова М.И. Личностно-ориентированное обучение как ресурс здоровьесбережения / М.И. Лукьянова // Психология обучения. – 2008. – №5. – С. 49–56.

6. Никитушкин В.Г. Современная подготовка юных спортсменов / В.Г. Никитушкин. – М., 2009. – 110 с.

7. Сериков В.В. Личностно-ориентированный подход в образовании: концепции и технологии: Монография / В.В. Сериков. – Волгоград: Перемена, 2009. – 152 с.

8. Якиманская И.С. Личностно-ориентированное обучение в современной школе / И.С. Якиманская. – М.: Сентябрь, 2011. – 112 с.