

1. Бальсевич, В.Х. Физическая культура для всех и каждого. – М.: Физкультура и спорт, 207 с.
2. Барчуков, И.С. Физическая культура: учебное пособие. – М: ЮНИТИ – Д2Н2, 2003.
3. Преображенский, В.С. Все о лыжах и лыжне / Г.Н. Пропастин // Молодая гвардия. 1985. С.38 – 49
4. Раменская, Т.И., Баталов А.Г. Лыжный спорт: Учебник Л8 8. Москва: Физическая культура, 2005. 320 с.

УДК 796/799

Мяжкова Е.С., Мяжков Р.Н.
Myagkova E.S., Myagkova R.N.

*Российский государственный профессионально-педагогический университет, г.
Екатеринбург, Россия*
*Russian state professional Pedagogical University,
Yekaterinburg, Russia*

МОТИВАЦИЯ К ЗАНЯТИЯМ СПОРТОМ ЧЕРЕЗ НАСТАВНИЧЕСТВО

Аннотация. В статье авторы раскрывают проблему снижения мотивации подростков к занятиям спортом в период перехода на этап совершенствования спортивного мастерства (15-16 лет) в связи с отсутствием высоких спортивных результатов и ответственности за учёбу в школе - подготовку к экзаменам. Одним из способов мотивации спортсменов в этот период авторы рассматривают – наставничество.

Ключевые слова: мотивация, педагогическое воздействие, профессиональные компетенции, личность спортсмена, наставничество.

MOTIVATION TO PLAY SPORTS THROUGH MENTORING.

Annotation. The article deals with the problems of transition to the stage of improving sports skills (15-16 years old). During this period, the athlete is puzzled by the analysis of his results and the amount of time allocated to training sessions.

Keywords: motivation, pedagogical impact, professional competencies, athlete's personality, mentoring.

Современный спорт — это уникальное явление жизни социума и человека. В течение последнего десятилетия внедряются большое количество программ (от муниципальных до масштаба страны) по развитию спорта в нашей стране (и массового спорта, и спорта высших достижений). Поэтому растет количество детей, увлекающимися в мир спорта. И если для одних это на протяжении этапа обучения остается хобби, дополнительным времяпровождением, то для других это формируется основной целью и задачей становления успешной личности в течении долгого периода.

Многолетнюю подготовку спортсменов Ж.К. Холодов, В.С.Кузнецов классифицируют условно на 4 этапа [4]:

1. Этап предварительной подготовки;
2. Этап начальной спортивной подготовки;
3. Этап углубленной специализированная в избранном виде спорта;
4. Этап спортивного совершенствования.

На этом этапе углубленной специализации подготовка становится все более направленной на избранный вид спорта, упражнения из смежных видов спорта используются чаще всего как средства, улучшающие восстановление, и для психологической разгрузки. Ставится задача достижения спортивных результатов. Наиболее способные в этом возрасте во многих видах спорта выполняют нормативы мастеров спорта.

На этапе спортивного совершенствования предполагается достичь максимально запланированных результатов, поэтому тренировочный процесс носит узко специализированный характер, используются самые эффективные средства и методы тренировки, способные вызвать значительный рост спортивных результатов.

Эти два этапа соответствуют примерно возрасту 15-16 лет (в некоторых видах спорта чуть раньше 13-14 или позже 16-17 лет). В этот период растёт объем тренировочной нагрузки, достигая до 20 часов в неделю. Перед спортсменом ставятся всё большие цели для достижения результата: победы на соревнованиях высокого уровня, выполнение взрослого разряда или звания.

Параллельно в этом возрасте растёт у подростка и объём школьной программы. И остро встаёт вопрос подготовки к экзаменам, в том числе и посещение дополнительных занятий с репетиторами. Появляется дополнительный вес ответственности за своё будущее – получение образования.

Спортсмену приходится работать в очень плотном режиме школа-тренировки. И если в этот напряжённый период у подростка снижается результат (преследуют неудачи, сложность достигнуть нужных спортивных показателей), то и снижается мотивация в продолжении заниматься выбранным видом спорта. И в один из моментов школьник выбирает свои силы направить на учёбу и подготовку к экзаменам.

Здесь очень важным становится вопрос поддержки родителями, учителями, и, обязательно главного наставника – тренера.

У грамотного педагога всегда есть свой арсенал средств и методов мотивации спортсменов на всех этапах его подготовки.

Вопросами мотивации в спортивной деятельности занимались многие специалисты: Немов Р.С, Ильин Е.П., Пуни А.Ц. и др.

И.А. Фурманов выделили в процессе формирования мотивации два механизма, в рамках которых воздействие может осуществляться следующими путями:

1. Воздействие на эмоционально-познавательную сферу. Формируются убеждения, интересы и положительные эмоции, изменяется система ценностей и отношений к действительности.

2. Воздействие на деятельную сферу. Через специально организованные условия деятельности, хотя бы избирательно, удовлетворяются те или иные потребности, а затем через целесообразно оправданное изменение характера деятельности укрепляются старые, формируются новые, необходимые потребности [4].

Для эффективного формирования мотивации спортсменов важно два момента.

1. Стимулирование представляет собой побуждение человека извне, целью которого является превращение внешнего побуждения во внутреннее, т.е. мотив. Виды стимулирования: положительное, отрицательное, моральное, материальное.

2. Поэтапное подключение мотивов по мере развития спортсмена. На начальном этапе приоритетным должно быть проявление склонностей и развитие интересов в сфере спорта (процессуальных мотивов).

На рассматриваемыми нами этапах углубленной спортивной специализации и совершенствования спортивного мастерства важно продолжать обогащение сферы интересов спортсменов за счет более глубокого проникновения в суть вида спорта, тренировки, соревнований, спортивной жизни вообще и уже начинаются поиски индивидуального пути в спорте. Тренер и спортсмен начинают работу «на результат», а значит, только процессуальные мотивы уже не могут обеспечить прогресс спортсмена. На этом этапе важно: предложить спортсмену образцы для подражания, помочь выбрать идеал в спорте (для подростка его идеалы – это прообразы жизненных целей), помочь спортсмену в осознании спорта как ценности, как важнейшей сферы, где можно проявить себя [4].

Если в этот период спортсмену не удаётся «оправдать надежды» - достигнуть высокого результата, появляется перенапряжённость, усталость от постоянных нагрузок на тренировках и в школе, средства эмоциональной мотивации уже не помогают.

Одним из способов возвращения интереса подростка в спортивную деятельность – привлечение его к помощи в подготовке подрастающего поколения. Во время тренировочных занятий или спортивных сборов, спортсмен, помогая тренеру, привлекается в роли наставника в работе с младшим составом группы. Такие занятия могут дать многое для анализа своих возможностей, способностей и развития новых:

1. Спортсмен заново проживает процесс начальной подготовки, понимая сколько труда уже вложено в его долгий многолетний тренировочный процесс, что мотивирует к возобновлению занятий спортом.

2. Организационные способности: умение управления группой, организации результативной деятельности, группового взаимодействия. Тем самым, подросток может грамотно и удобно для себя распределить время между тренировками, учёбой и репетиторами.

3. Способность понимать и воздействовать на духовный мир своих партнеров по команде и младших воспитанников, уважение к ним, способность создавать положительный психологический настрой в команде [7]. Ощущение своей важности и ценности для юных спортсменов, мотивирует к достижению новых спортивных результатов.

4. Коммуникативные способности, как в своем спортивном коллективе, так и с младшей группой: способность спортсмена взаимодействовать вербально, не вербально; взаимодействовать с другими на своем уровне воспитанности, развития, на основе гуманистических личностных качеств (общительности, искренности, такта, эмпатии и т. п.) и с учетом коммуникативных возможностей собеседника. Это может помочь спортсмену в учёбе в школе, нахождения компромиссов с учителями и общения со одноклассниками.

5. Способность понимать и воздействовать на духовный мир своих партнеров по команде и младших воспитанников, уважение к ним, способность создавать положительный психологический настрой в команде [2].

6. Готовность к деятельности - возможность для специалиста достичь определенного результата в заданных условиях, то есть возможность эффективно решить профессиональную задачу [1]. Подросток, который помог юному спортсмену достигнуть первых результатов, оценивает важность роли его педагога в течение нескольких лет и мотивирует себя на новый результат – оправдание надежд тренера.

7. Умение анализировать соответствие результатов тренировки поставленным задачам, тем самым выявлять причины успехов и недостатков результатов тренировочного процесса, в том числе и своих.

Таким образом, спортсмен из подопечного сам становится педагогом (пусть и просто помощником), а его тренер – наставником уже в новом для подростка направлении – подготовки новых ребят.

Таким образом, внедрение наставничества становится хорошей мотивацией спортсмена к продолжению занятий спортом и стремления к новым высоким результатам.

Библиографический список:

1. Дьяченко, М.И. Психологические проблемы готовности к деятельности / М.И. Дьяченко, Л.А. Кандыбович. – Минск: Изд-во БГУ, 1976. 176с
2. Неретин, А.В. Компетентность тренера в создании положительного социально-психологического климата в спортивной команде. Волгоград: ФГОУ ВПО «ВГВФК», 2012. 8с.;
3. Фурманов, М.А. Формирование коммуникативной готовности специалистов по связям с общественностью в процессе их подготовки в вузе: автореферат дис. ... кандидата педагогических наук. / Волж. гос. инженер.-пед. акад. - Нижний Новгород, 2005. 22 с.
4. Холодов, Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта /Ж.К. Холодов, В.С.Кузнецов. М: АСАДЕМА, 2000. 480 с.

УДК 796/799

Одиноченко А.Б., Веденина О.А.
Odinichenko A.B., Vedenina O.A.

*Российский государственный профессионально-педагогический
университет,*

г. Екатеринбург, Россия

Russian state professional Pedagogical University,

Yekaterinburg, Russia

РОЛЬ СОЦИАЛЬНОЙ ПОДДЕРЖКИ УЧИТЕЛЕЙ В ФОРМИРОВАНИИ ПОЗИТИВНОГО ОТНОШЕНИЯ ПОДРОСТКОВ К ШКОЛЬНОМУ СПОРТУ И ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ

Аннотация. В данной статье авторы анализируют, насколько сильно влияние социальной поддержки, оказываемой учителями и инструкторами, и как изменяется отношение подростков к школьному спорту и физической активности. Результаты различных исследований показывают, что учащиеся, получающие более высокую степень поддержки от своих учителей или тренеров, формируют более позитивное мнение, касающееся школьного спорта и физической активности, что способствует росту их интереса и удовольствия от спортивных занятий. Такая поддержка в школе не всегда оказывает существенное влияние на общий уровень физической активности за пределами учебного заведения. В статье проявляется необходимость получения поддержки, ориентированных на мотивацию, развитие двигательных навыков и предоставление социальной поддержки ученикам.

Ключевые слова: спорт, физическая активность, молодежь, поддержка, школа.

THE ROLE OF TEACHERS' SOCIAL SUPPORT IN FORMING A POSITIVE ATTITUDE OF ADOLESCENTS TOWARDS SCHOOL SPORTS AND PHYSICAL ACTIVITY

Abstract. In this article, the author analyzes how strongly the impact of social support provided by teachers and instructors is, and how the attitude of adolescents towards school sports and physical activity is changing. The results of various studies show that students who receive a higher degree of support from their teachers or coaches form a