Бажання персоналізувати себе індивідуально переходить на протязі занять спортивною діяльністю в наступну фазу – фазу інтеграції, що призводить до зниження проявів негативних емоцій та зміні мети занять спортивною діяльністю в цілому.

Дослідження у визначеному напрямку продовжуються.

ЛІТЕРАТУРА

1. *Захаров А. Г. Как преодолеть страхи у детей. - Москва: Педагогика, 1986 – 180 с.*
2. *Петровский А. В. Психология развивающейся личности. – Москва: Педагогика, 1987 – 240 с.*
3. *Психологический словарь / Под ред. В. П. Зинченко, Б. Г. Мещерякова. – Москва: Педагогика, 1996 – 450 с.*
4. *Раттер М. Помощь трудным детям : пер. с англ. / Под. общ. ред. А. С. Спиваковской – Москва: Прогресс, 1987 – 424 с.*

PERSONALIZATION OF TEENAGERS, WHO TAKE PART INTO SPORT SECTIONS

OLGA PAPIR

South Ukrainian State pedagogical University after K.D. Ushinskiy

The problem of personalization of teenagers, who take part into sport sections are examined in this article.

АНАЛІЗ ІНДИВІДУАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ У СПОРТСМЕНІВ АКРОБАТІВ ВІКОМ 14-16 РОКІВ ТА ДІТЕЙ, ЩО НЕ ЗАЙМАЮТЬСЯ СПОРТОМ

Н.В.РАЦИБОРИНСЬКА, А.Б.КОЛОСОВ

м.Вінниця

Актуальність проблеми позитивного впливу занять фізичною культурою та спортом насьогодні є безперечною у зв'язку із ускладненнями як в соціальному так і в медичному плані, що обумовлено значним погіршенням психічного і фізичного здоров'я, особливо дітей і підлітків в Україні за останні роки, а також підвищення рівня їх соціальної дезадаптації.

На думку Кліменка В.В. (1987) спорт, заняття фізичною культурою є тим головним і незамінним засобом, розумне застосування якого для практично здорової людини, підніме до вершини здоров'я, а отже і творчої активності. Спорт, - пише Толпєгін, - позитивно впливає на психіку, покращує настрій, підвищує інтелектуальні здібності людини.

Цікаві результати в дослідженнях особистості спортсменів отримані в роботі М.Ванека і В.Гошека (1982). Автори обстежили 824 спортсмена високої кваліфікації одночасно п'ятьма особистісними тестами, що дають відомості про 62 якості особистості. Серед цих якостей найбільш характерними для спортсменів виявилися: емоційна стійкість, лідерство, схильність до ризику, ощадливість, новаторство, самоконтроль, товариськість.

Брайент Дж. Кретті (1978) знайомить з результатами одного з найбільш фундаментальних досліджень, присвячених вивченню впливу тривалих і систематичних занять спортом на зміни особистості, професора Ікегамі, представленим на Другому міжнародному конгресі зі спортивної психології у Вашингтоні. Свою вибірку з 1500 спортсменів він розділив на різноманітні групи залежно від стажу занять: 1-2 роки, 3-4 роки, 5-6 років, 7-8 років, 8-9 років, 9-10 років. Результати статистичного аналізу отриманого матеріалу показали, що зі збільшенням спортивного стажу піддослідні ставали активніше, агрессивніше, безтурботніше, відчували меншу тривожність і схильність до депресії і *фрустрації, меньше прагнули до лідерства* при спілкуванні з іншими і рідше відчували почуття власної неповноцінності. На думку Ікегамі заняття спортом не впливали на загальні зміни емоційної сталості. Брайент Дж. Кретті у своїй книзі резюмує: для спортсмена

характерні своєрідні особливості. Вони мають достатньо високий інтелект, екстравертовані, емоційно стійкі, виявляють достатню твердість характеру.

У результатах дослідження Огілви (1978) плавців різноманітних вікових груп подані деякі уявлення про характер можливих особистісних змін у дітей під впливом дуже напружених і інтенсивних тренувальних і змагальних навантажень. Особистісні характеристики хлопчиків і дівчинок віком 10-14 років порівнювалися з аналогічними показниками девятнадцатирічних плавців високого класу. Виявилося, що в міру того, як юні спортсмени дозрівали, в них поліпшився самоконтроль, підвищився рівень особистої тренованості, вони ставали більш привітними, товариськими, наполегливими, интерадісними, поступливими і менше замкнутими і егоцентричними.

Родионов А.В. (1982) повідомляє про дані німецького дослідника Дойля, який пише, що регулярна спортивна діяльність викликає певні зміни, які призводять до утворення індивідуальної структури особистості, що відрізняється від такої у людей, що не займаються спортом. Такі якості як стійкість, цілеспрямованість, сміливість, стриманість, - на думку Дойля, - спортсмен буде спеціально розвивати більшою мірою, ніж неспортсмен, тому що вони необхідні у спортивній діяльності й удосконалюються в процесі тренування.

До теперішнього часу накопичені багаточисельні порівняльні дані про особистісні якості спортсменів і осіб, що не займаються спортом, що свідчать про те, що ці категорії людей істотно відрізняються між собой цілою низкою особистісних властивостей. Обстеження великої групи спортсменів - чемпіонів і призерів Олімпійських ігор показало, що відмінними рисами їхньої особистості є висока емоційна стійкість, твердість характеру, впевненість у собі, свідомість, самоконтроль, самостійність в оцінці складних ситуацій, наполегливість і завзятість, прагнення зайняти керівне положення в групі, ініціативність і сміливість дій. Звичайно, єдиним реальним засобом визначення впливу спорту на особистість є вивчення однієї і тієї ж групи спортсменів протягом тривалого періоду часу, починаючи з того моменту, коли вони ще не брали участь в офіційних змаганнях. Також необхідно вести спостереження і за контрольною групою неспортсменів.

Метою нашого дослідження було вивчення індивідуально-психологічних особливостей у хлопчиків 14-16 років, які займаються спортом та не займаються фізичною культурою.

В ході наших експериментальних досліджень особистісні якості вимірювались за допомогою шіснадцятифакторного опитувальника Р.Кеттела. Ця методика за інформацією Уейнберга і Гоулда (1998) використовується провідними дослідниками в галузі спортивної психології та психодіагностики. В результаті опитування були отримані відомості по шіснадцяти шкалам, які дали можливість виділити найбільш виражені тенденції в групах хлопчиків, які займаються спортивною акробатикою і мають достатньо високу спортивну кваліфікацію (КМС, МС) та хлопчиків, що не займаються активною фізичною культурою. При вивченні особистісних якостей відповідно в групі спортсменів і хлопців, що не займаються фізичною культурою виявлено такі показники: за шкалою *"замкнутість - спілкування"* спостерігається загальна для двох груп тенденція до скептичності, негнучкість у відношенні до людей, із різницею в 4% в групі спортсменів вбік спілкування; за шкалою *"обмежене мислення - кмітливість"* отримані відомості характеризують спортсменів як значно кмітливіших за хлопців, що не займаються фізичною культурою, з різницею в 60% між показниками різних груп; за шкалою *"емоційна нестійкість - емоційна стійкість"* спостерігається загальна тенденція до стабільності в поведінці та емоційності, достатньої толерантності до емоціогенних чинників із різницею в показниках в 2%; за шкалою *"незалежність - підпорядкованість"* загальна тенденція до домінантності, однак в групі неспортсменів вона вища і різниця в показниках становить11%; за шкалою *"стриманість - експресивність"* середні значення із перевагою в групі спортсменів в тенденції до активності, інтерадісності, експресивності та імпульсивності на 16%; за шкалою *"підлеглість почуттям – висока нормативність поведінки"* також середні відомості із незначною перевагою групи спортсменів в тенденції до таких якостей, як відповідальність, завзятість у

досягненні цілей, обов'язковість на 8%; за шкалою *"нерішучість - сміливість"* середні показники із перевагою в групі спортсменів на 13% в тенденції до таких якостей як сміливість, схильність до ризику; за шкалою *"жорстокість - чутливість"* досить низька оцінка в обох групах із загальною тенденцією до таких якостей як скептицизм, цинічність, бундючність з перевагою в групі неспортсменів на 48%; за шкалою *"довірливість - підозрілість"* значно виражена тенденція в групі хлопчиків, що не займаються спортом, до таких якостей як підозра, сумніви, пошук недостатків у інших, у яких показники вищє на 25%; за шкалою *"непрактичність - практичність"* низький показник в обох групах, із трохи більшою тенденцією (в 5%) в групі неспортсменів до таких якостей як загально прийняті норми, увага до дрібниць, спрямованість на зовнішню реальність; за шкалою *"прямолінійність - дипломатичність"* в групі школярів, що не займаються спортом, середні показники, в групі спортсменів значно виражена тенденція (показники вищє на 20%) до таких якостей як відсутність сентиментальності, розважливість; за шкалою *"тревожність - спокійність"* середні показники в обох групах із трохи вираженішою (на 3%) тенденцією неспортсменів до таких якостей як невпевненість, схвильованість погані передчуття; за шкалою *"радикалізм - консерватизм"* середні дані в обох групах, в групі школярів, що не займаються спортом, на 6% вираженіша тенденція до таких якостей як скептицизм, схильність до експериментування, інтелектуальні сумніви з приводу фундаментальних проблем; за шкалою *"конформність - нонконформізм"* середні показники в обох групах із вираженішою на 28% тенденцією в групі спортсменів до переваги прийняттю рішень разом з іншими людьми, орієнтування на соціальне схвалення; за шкалою *"низький самоконтроль – високий самоконтроль"* середні дані в обох групах із більшою (на 9%) схильністю в групі школярів, що не займаються фізичною культурою до дисциплінованості, точності у виконанні соціальних вимог, контроль за своїми емоціями, турбота своїю суспільну репутацію; за шкалою *"напруженість - розкутість"* середні показники в обох групах із вираженішою на 2% тенденцією в групі школярів до спокійності, зниженої мотивації, лінощів; за шкалою *"адекватність самооцінки"* середні показники в обох групах із вираженішою на 18% тенденцією хлопців, що не займаються спортом до більш адекватної самооцінки.

В результаті можна зробити висновок, що серед індивідуально-психологічних особливостей в групі спортсменів спостерігалась тенденція до переважання вольових якостей та якостей, характерних для соціально активної особистості, тоді як в групі хлопчиків, що не займаються фізичною культурою, характерною виявилась схильність до ригідної поведінки та соціальної напруженості. Таким чином психодіагностика відмінностей дозволила встановити більш позитивну динаміку процесів та функцій особистісних якостей у дітей, які займаються спортом, що, підтверджує важливість фізичної культури для підтримання фізичного та психічного здоров'я.

ЛІТЕРАТУРА

1. *Блудов Ю.М., Плахтиенко В.А. Личность в спорте, - М.: Советская Россия, 1982. – 160с.*
2. *Вяткин Б.А. Интегральная индивидуальность и ее развитие в специфических условиях спортивной деятельности // Психологический журнал, 1993. Т.14 №2. - С.73-83*
3. *Клименко В.В. Психомоторные способности юного спортсмена, - К.: Здоровье, 1987. - 165 с.*
4. *Кретти Брайент Дж. Психология в современном спорте, - М.: Физкультура и спорт, 1978. - 224 с.*
5. *Уейнберг Р.С., Гоулд Д. Основы психологии спорта и физического воспитания, - К.: Олимпийская литература, 1998. – 336с.*

Vinnicja
N.RACYBORYNSKA B.KOLOSOV

It is known, for better understanding and anticipating the behaviour in sport and physical education, it is necessary to investigate characteristic personality peculiarities of athletes. The aim of our investigation was an attempt to connect sport activity with some personal traits development. In order to establish of distinctions was carried out research between athletes (sport acrobatics) and boys who don't have strong physical loading.

ФІЗИЧНІ ВПРАВИ ЯК ЗАСІБ АКТИВІЗАЦІЇ ПІЗНАВАЛЬНИХ ПРОЦЕСІВ ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ

ВАЛЕРІЯ РЕШЕТІЛОВА

Дніпропетровський державний інститут фізичної культури та спорту

Актуальність. Останнім часом особливо гостро постає питання про напрями розвитку фізичного виховання в загальноосвітніх школах. Від того, наскільки змістовно багата і різноманітна система використання засобів фізичного виховання, залежить розуміння фізичного виховання, як суттєвого компоненту, що обумовлює загальний розвиток дитини. Заняття з фізичної культури потрібно організувати так, щоб вирішувати як задачі розвитку рухових вмінь, навичок та якостей, так і формування ціннісних орієнтацій, пізнавальних здібностей, бажання займатись фізичними вправами.

Особливе місце в системі шкільного навчання займає молодший шкільний вік, тому що дуже інтенсивно формуються інтереси, потреби дітей, збільшуються пізнавальні здібності дитини .

Дослідженнями психологів встановлено, що пізнавальні здібності дітей молодшого шкільного віку за останні роки значно підвищились, визначаються не тільки віковим розвитком, але і новим змістом та методами навчально-виховної роботи в загальноосвітніх школах [3, 5].

Для формування пізнавальних процесів особливий інтерес представляє рухова активність під час занять фізичними вправами, тому що в ній співвідносяться відчуття і рухомість. Фізичні вправи містять в собі великі можливості для розвитку психологічних процесів сприйняття, пам'яті, мислення, уявлення, які визначають рівень пізнавальної активності дітей.

Дослідження останніх років свідчать про те, що зміни в фізичній сфері (наприклад, швидкості як фізичної якості) сприяють змінам у психічній сфері (наприклад швидкості сприйняття інформації й приймання рішення). Іноді сполучений вплив використовується послідовно (фізичні вправи створюють передумови для розвитку психічних якостей), іноді паралельно (вправи одночасно впливають на фізичну і психічну сфери) [4].

Наукові дослідження взаємозв'язку розвитку рухових якостей та психічних процесів інтелекту та фізичної підготовленості, впливу рухового режиму на розумову працездатність, свідчать про те, що високому рівню моторного розвитку відповідає більш високий рівень психічного розвитку [1, 2].

Однак зміст та методика проведення занять з фізичної культури орієнтовані, в основному, на розвиток рухових навичок дітей і не враховують в повній мірі можливостей рухової діяльності в процесі формування пізнавальних процесів, що є невикористаним резервом підвищення інтелектуального рівня дітей. Тому пошук засобів фізичного виховання, які спрямовані на активізацію пізнавальних процесів з урахуванням індивідуальних особливостей розвитку дітей молодшого шкільного віку є актуальною проблемою.

Мета роботи – обґрунтувати використання фізичних вправ, які спрямовані на активізацію пізнавальних процесів дітей молодшого шкільного віку.