

При высоком авторитете тренера спортсмены прощают некоторые недостатки в его характере, например, вспыльчивость, несдержанность. Некоторые спортсмены предъявляют к тренеру требования быть авторитетным во всех отношениях.

Авторитет тренера может ослабевать в зависимости от различных условий. Чаще всего это происходит из-за ухудшения отношения тренера к своему делу, менее тщательной подготовки к тренировочным занятиям, потери в работе огонька, воодушевления. Причиной всего этого может служить то, что тренер мечтал подготовить выдающегося спортсмена, но это ему не удалось.

Также большой ошибкой тренера при падении авторитета бывает появление "любимчиков". Тренеры, особенно молодые, обращаются с ними иначе, чем с остальными спортсменами, порой закрывая глаза на их проступки, уделяют им больше внимания.

Формування соціальної потреби студентів до систематичних занять фізичними вправами

А.Л.Турчак, проф., канд. пед. наук
*Кіровоградський державний педагогічний університет
ім. В.Винниченка*

Методичні і загальнотеоретичні питання формування соціальних потреб особистості всебічно досліджені у працях В.Г. Афанасьєва, Г.Г. Ділігенського, Р.А. Довбуша, Н.В. Иванчука, Н.І. Михайлова, Л.П. Станкевича та ін.; психологічні основи формування потреби людини розглянуто у роботах Б.Г. Ананьєва, Л.І. Божович, Л.С. Виготського, О.М. Леонтьєва, К.К. Платонова, С.Л. Рубінштейна та ін.; загально-педагогічні основи формування соціальних потреб висвітлені у творах А.С. Макаренка, В.О. Сухомлинського, С.Т. Шацького та ін.; питанням формування потреби фізичного вдосконалення особистості присвячені публікації В.А. Бауера, А.В. Внукова, М.І. Жаворонкової, Ю.С. Жілко, Н.І. Пономарева, А.С. Царика та ін.

У психолого-педагогічній літературі використовується поняття потреби як об'єктивної необхідності організму в певних умовах, які забезпечують його діяльність, життя і розвиток. «Потреба – це необхідність, яку людина переживає і усвідомлює» [6]. Вона виступає в якості універсального і найсильнішого збудника діяльності. Це визначення поняття «потреба» сприймається як основа у нашій роботі.

Сутність потреби розкриває в своїх роботах Ю.В. Шаров. Він виділяє такі її ознаки: потреба – певний вид ставлення особистості до оточуючої дійсності; потреба визначає нестачу або відсутність речовин, енергії чи інших факторів, необхідних для нормального функціонування організму; потреба як стан характеризується постійним напруженням організму; потреба є основним збудником організму до активної діяльності, направленої на задоволення її ж самої [8].

Змістовний аспект потреб тісно пов'язаний з питанням їх класифікації. Вітчизняними та закордонними вченими запропоновано значну кількість варіантів класифікації потреб. Проте, як відмічає П.В.Симонов, ми до цього часу не маємо розробленої загальноприйнятої класифікації потреб людини [7]. Існуючі класифікації потреб розрізняються основами, кількістю і змістовними характеристиками їх визначення. На підставі генетичної ознаки потреби поділяються на біогенні (первинні,

вроджені, фізіологічні, природні, притаманні як людині, так і тваринам) і соціальні (вторинні, набуті, вищі, притаманні лише людині).

В основі будь-якої людської діяльності лежить потреба, яка спрямовує і спонукає її. За визначенням О.М. Леонтьєва наявність у суб'єкта потреб – така ж фундаментальна умова його існування, як і обмін речовин.

Конкретизуючи співвідношення потреб і діяльності Б.С.Братусь, О.В.Літін підкреслюють, що незалежно від того, що ми досліджуємо, необхідно враховувати, що потреба, яка виникла у процесі діяльності людини, викликає іншу, відмінну у відношенні до початкової, діяльність, яка протікає вже у нових педагогічних умовах, що в свою чергу збагачує потребу і перетворює її [2].

На основі аналізу робіт О.М. Леонтьєва, Л.С. Рубінштейна і власних досліджень Ю.В.Шаров сформулював основні закономірності процесів розвитку і задоволення потреб особистості: потреби розвиваються в результаті зміни способів і засобів їх задоволення. Розширення кола предметів і способів задоволення потреб є головним шляхом їх розвитку; потреби відтворюються і розвиваються у діяльності. Чим різноманітніші предмети задоволення потреб, тим складніші і багатогранніші способи задоволення, і, відповідно, вплив на розвиток потреб; посилення потреби залежить від частоти відтворення (повторення) і різноманітності діяльності; якщо задоволення тих чи інших потреб неможливе в одній системі, то напругу, викликану однією потребою, можна зняти через діяльність, направлену на задоволення адекватної їй за силою і значущістю; виникнення непереборних бар'єрів до задоволення потреби призводить до її затухання; будь-яка потреба має здатність відтворюватися. Процес виникнення і задоволення потреб носить фазовий і імпульсний характер. Сила потреби обернено пропорційна часу, що відділяє момент її задоволення від нового виникнення і переживання; процес задоволення і розвитку потреб пов'язаний з усвідомленням людиною себе як частинки суспільства, з процесом пізнання суспільного буття. Сила переживання духовних потреб визначається тим, настільки вона усвідомлена суб'єктом; розвиток духовних потреб здійснюється у взаємодії та протиріччі між різними класами і групами потреб [8].

Поняття фізкультурної діяльності вживається науковцями у різних значеннях. Ю.М. Андреев вбачає в ній багатогранний процес активної людської діяльності, що розвиває і вдосконалює психофізичну організацію особистості у відповідності з її цілями та потребами всього суспільства, і називає все це терміном «рухова активність»[1].

М.А. Пономарьов розглядає діяльність як соціально організовані, свідомо керовані дії, направлені на формування і підтримку фізичних можливостей людей, населення в цілому і ототожнює її з фізичною культурою. Найбільш прийняте, на наш погляд, визначення поняття «фізкультурна діяльність» подає А.А. Логінов. Він вважає, що фізкультурна діяльність – це організована або самостійна діяльність людей, у процесі якої шляхом використання різних засобів фізичної культури розв'язується загально-соціальне завдання – досягнення всебічного фізичного й функціонального розвитку та підготовки людини до виконання життєвих і трудових функцій.

Діяльність людини представлена потребою, мотивом, метою, завданнями та ін. Якщо розкрити їх зміст, то прослідковується наступна схема: потреба – об'єкт – предмет – мотив – мета – план – засоби – дії – умови – продукт – контроль.

Практичний досвід засвідчує, що інтереси і потреби мають тісний взаємозв'язок, а останні вивчені недостатньо. Адже потреба у тому чи іншому об'єкті є необхідною передумовою виникнення і розвитку інтересу до нього. Розглядаючи роль первинної

потреби у формуванні фізкультурних інтересів, ми встановили значення інтересу для формування потреби у заняттях фізичною культурою. Так, формування у студентів потреби фізичного вдосконалення досягається при умові органічного взаємозв'язку навчальної і позааудиторної роботи з фізичного виховання, а також єдності вимог сім'ї і школи. Засвоєння студентами необхідних теоретичних знань, а також доступних для них організаційних умінь і навичок, активізація їх пізнавальної діяльності, залучення до різноманітної суспільно-корисної роботи з фізичної культури та спорту забезпечують необхідне розуміння сутності фізичного вдосконалення, практичних шляхів його досягнення і стимулюють активність до навчальних, аудиторних і самостійних занять.

М.Є. Кутепов розкрив методологічні проблеми потреби населення у заняттях фізичними вправами і шляхи реалізації цих потреб, засновані на ідеях системного та діяльнісного підходів. Автор зазначає, що цілі і мотиви занять фізичною культурою розглядаються не як розрізнені фактори детермінації фізкультурно-спортивної діяльності, а як структурні елементи окремого цілого, неподільного [3].

Аналіз спеціальної літератури свідчить, що всі вище зазначені підходи вказують на домінуючу роль фізкультурної діяльності у формуванні потреби фізичного вдосконалення і що основним її джерелом є біологічна потреба.

У наш час вважається безсумнівним, що біологічні (успадковані, вроджені) потреби відіграють провідну роль у фізичному розвитку особистості. Біологічною основою всієї моторної діяльності людини є вроджена потреба у рухах, пов'язана з механізмом саморегуляції активності. Природно, що людський організм прагне до збереження певного рівня рухової активності, обумовленого біологічною потребою. Оригінальну класифікацію мотивів занять фізичною культурою студентів подає І.Г. Келишов. Він виділяє: мотиви дружньої або групової солідарності, мотиви самовдосконалення, мотиви зобов'язання, мотиви наслідування, мотиви суперництва, фізкультурні інтереси [3].

З представленої вище класифікації мотивів найбільш важливе значення для вирішення завдань нашого дослідження представляє фізкультурний інтерес, який є найпотужнішим мотивом фізкультурної діяльності. Формування у студентів стійкого інтересу до занять фізичною культурою є найважливішою умовою успішного здійснення їх фізичного виховання. Тільки так можна досягти всебічного розвитку студентів, коли вони з інтересом ставляться до занять фізичною культурою, за власними спонуканнями прагнуть самостійно займатися фізичними вправами в позааудиторний час.

«Інтерес, – за С.Л. Рубінштейном, – це прояв направленості особистості, мотив, який діє в силу своєї усвідомленої значимості і емоційної привабливості»[6].

Практична діяльність включає в себе всі попередні стадії розвитку інтересу і є, на думку О.М. Леонтьєва, таким процесом, що відображає те чи інше ставлення людини до світу, відповідає потребі, є процесом, при якому те, на що він направлений в цілому (його ціль), завжди співпадає з тим об'єктивним, що спонукає суб'єкта до цієї діяльності – з мотивом [4].

Фізіологічну основу формування інтересів, потреб і звичок розкрив І.П. Павлов. Будь-яка звичка формується за механізмом умовного рефлексу. «Умовні рефлекс, – відмічав автор, – надмірно ускладнюють і уточнюють співвідношення між зовнішнім світом і організмом. На них засновані наші звички, виховання, дисципліна» [5].

Вироблення першої звички у новій ситуації, у нових умовах чи у групі споріднених звичок природньо проходить повільніше, ніж наступних. В той же час виховання однієї звички полегшує у подальшому формування інших, споріднених. А

звички і інтереси є основними компонентами сформованої потреби фізичного вдосконалення.

Отже, поданий вище аналіз психолого-педагогічної літератури дозволяє визначити формування і розвиток потреби фізичного вдосконалення наступною схемою: потреба в рухах – настанова – потяг – бажання – намір – прагнення – практична діяльність – інтерес – звичка – потреба фізичного вдосконалення.

Література:

1. Андреев Ю.М. Двигательная деятельность как объект системного анализа теории физической культуры // Теория и практика физической культуры. – 1978. – № 11. – С.54-55.
2. Братусь Б.С., Литин О.В. Закономерности развития деятельности и проблемы психолого-педагогического воздействия на личность // Вестн. Моск. ун-та. Серия 14. Психология, 1982. – №1. – С.12-19.
3. Кутепов М.Е. Структура потребностей и интересов школьников в занятиях физическими упражнениями и спортом: Автореф. дис... канд. пед. наук. – М., 1980. – 22 с.
4. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. – М.: Политиздат, 1975. – 304 с.
5. Павлов И.П. Полное собр. соч. – М.: Изд-во АПН СССР. – Т.4, 1951. – 386 с.
6. Рубинштейн С.Л. Бытие и сознание. – М.: Изд-во АПН СССР, 1957. – 328 с.
7. Симонов П.В. Ключевое значение потребностей в изучении психофизиологии человека // Проблемы комплексного изучения человека. – М.: Наука, 1983. – С. 28-36.
8. Шаров Ю.В. Формирование духовных потребностей школьников как социально-педагогическая проблема: Автореф. дис... д-ра пед. наук. – Л., 1971. – 54 с.

Техника гимнастических упражнений и закономерности, лежащие в ее основе

В.Н. Фарионов, А.А. Раевский

Национальный университет кораблестроения им. адмирала Макарова

Многие упражнения спортивной, художественной гимнастики и акробатики имеют очень сложную структуру как по содержанию, так и по форме, а следовательно, и по технике исполнения.

Структура гимнастического упражнения включает в себя содержание, форму, взаимодействие внешних и внутренних сил, обеспечивающих выполнение упражнения.

Содержание упражнения представляет собой совокупность входящих в него движений, последовательность их выполнения и способностей гимнаста, необходимых для этого. В процессе овладения упражнением эти свойства вступают в активное взаимодействие, обеспечивая выполнение поставленной гимнастом или его педагогом двигательной задачи. Она формирует и изменяет структуру упражнения.

Форму гимнастического упражнения образуют положения и движения тела гимнаста и его звеньев в пространстве и во времени, взаимосвязь между способностями гимнаста. Форма тесно связана с содержанием упражнения.