

Актуалізація проблеми формування особистості в процесі занять боксом

Роботу виконано на кафедрі здоров'я та фізичної культури ВНУ ім. Лесі Українки

У статті проаналізовано сучасні дослідження, які стосуються ролі занять із боксу для формування особистості спортсмена.

Ключові слова: чесність, порядність, благородство, сила волі, дисциплінованість, наполегливість, стриманість.

Вихор В. І. Актуализация проблемы формирования личности занятий боксом. В статье анализируются современные исследования роли занятий боксом для формирования личности спортсмена.

Ключевые слова: честность, порядочность, благородство, сила воли, дисциплинированность, настойчивость, сдержанность.

Vikhor V. I. Mainstreaming of Personality Formation in the Process of Boxing. In the article the role of boxing in the process of personality formation have been analyzed.

Key words: honesty, integrity, generosity, strength of will, discipline, perseverance, self-restraint.

Постановка наукової проблеми та її значення. Аналіз останніх досліджень із цієї проблеми.

У сучасних умовах, що характеризуються корінними соціальними перетвореннями в усіх сферах суспільного розвитку, особливого значення набуває проблема підвищення морального рівня особистості як одного з найважливіших факторів соціально-економічних, народногосподарських перетворень [1; 3]. Це має конкретно виразитися в якісній зміні соціокультурної життєдіяльності суспільства; залученні людей до здорового способу життя, невід'ємною частиною якого є заняття фізичною культурою та спортом.

Високий позитивний ефект впливу фізичної культури та спорту на людину не вимагає спеціальних доказів і становить складну соціальну діяльність із перетворювальною і формувальною спрямованістю.

У процесі активних занять спортом відбувається не лише засвоєння системи спеціальних знань, формування рухових умінь і навичок, розвиток комплексу рухово-координаційних якостей, а й перетворення особистості з певною ієрархією ціннісних установок, інтересів та потреб [3–8; 9; 13]. Під впливом систематичних занять спортом поряд із біологічною природою людини вдосконалюється і її соціальна сутність, забезпечується взаємопроникнення об'єктивного та суб'єктивного, перетворення індивідуально орієнтованих потреб у суспільно значущі [7].

Велика соціальна значущість спорту та його популярність зумовлюють його визначальну роль як одного з провідних факторів морального виховання, передусім дітей та підлітків. Спортсмени високої кваліфікації стають об'єктом наслідування для молоді, еталоном моральних і духовних цінностей [9]. Отже, процес формування особистості спортсмена – важливе соціальне завдання, яке вимагає комплексного підходу до його розв'язання. Формування характеру людини, її морально-вольових якостей, ціннісних установок певною мірою підпорядковується закономірностям, що визначають спрямованість і зміст спортивної діяльності з урахуванням специфіки певного виду спорту.

Бокс – специфічний вид спорту, який характеризується яскравим проявом особистісних якостей. Боксерський поєдинок між спортсменами зумовлює логіку їхньої поведінки. Характер спортивного поєдинку визначає вибір засобів у суперництві за лідерство.

Бокс – складний і сильний вид спорту. Його все більше визнають не лише як ефективний засіб у справі різнобічного фізичного розвитку, а і як засіб морально-вольового та естетичного виховання молоді. Тому сучасна система підготовки висококваліфікованих боксерів має забезпечувати різнобічний та гармонійний їх розвиток, відмінне здоров'я та довголіття.

Мета статті – дослідження сучасних методів прояву особистісних якостей боксерами масових розрядів.

Аналіз останніх досліджень із цієї проблеми. Аналіз спеціальної літератури засвідчує складніший характер прояву агресивності: від стану страху та тривожності до жорстокості. Отже, перебіг і характер боксерського поєдинку значною мірою визначаються здатністю управляти своїм внутрішнім станом, що, у свою чергу, залежить від ступеня сформованості особистісних якостей спортсмена і цільових ціннісних орієнтацій.

В. Л. Дементьев, О. Б. Малков [2] пропонують таку структуру логіки спортивного поєдинку в єдиноборствах, основними компонентами якого є: початок взаємодії суперників, етап активного впливу протиборчих сторін, виключення суперника з боротьби.

Логіка й хід спортивної боротьби істотно залежать від особистості боксера. Вибір атакуючої, контратакуючої або захисної стратегії значною мірою визначає рівень агресії, певною мірою притаманної кожному спортсменові. Отже, питання виховання спортсмена за своєю значимістю має розглядатися поряд із його тактико-технічною підготовленістю й займати не менше часу та уваги.

Виклад основного матеріалу й обґрунтування отриманих результатів дослідження. Для дослідження впливу виховного процесу на формування особистісних якостей боксерів у Санкт-Петербурзі було проведено педагогічний експеримент за участю 56 боксерів 16–18 років III і II розрядів. Заняття проводилися на базі ДЮСШ олімпійського резерву впродовж 2002–2005 рр. Контрольна (КГ) й експериментальна (ЕГ) групи нараховували по 28 спортсменів кожна.

У КГ заняття проходили за програмою, яку затвердила Російська федерація боксу. В ЕГ поряд із підвищенням рівня загальної фізичної та тактико-технічної підготовленості велику увагу приділяли планомірній виховній роботі, основу якої складало формування провідних рис характеру, що сприяють духовному зростанню особистості, підвищенню моральності, загальної та рухової культури.

В ЕГ проводили бесіди про боксерів-переможців Олімпіад, чемпіонатів і першостей світу, Європи, Росії. При цьому звертали увагу на особливості їхнього характеру, прояв поваги до суперника, гідну поведінку на рингу в найбільш гострі драматичні моменти спортивного поєдинку. Боксерам розповідали про подальший життєвий шлях спортсменів після завершення спортивної кар'єри; акцентували увагу на тому, що успішніше змогли себе реалізувати боксери з високими морально-етичними установками.

Для визначення ступеня прояву агресивності ми розробили шкалу тестів на основі методики Р. В. Кеттелла [14] й А. Л. Компрі [15]. Тестували такі риси: стриманість, цілеспрямованість, чесність, емоційність, що дають змогу створити найбільш повні об'єктивні уявлення про особистість боксера. Для перевірки рівня агресивності спортсменів зазначених груп (ЕГ і КГ) розробили 5-бальну шкалу оцінювання комплексу ознак, що характеризують особистість. Для отримання об'єктивної оцінки було створено спеціальну комісію з трьох експертів (авторитетних тренерів, які підготували відомих спортсменів). Крім того, використовували методику самооцінки, яка зіставлялася з думкою експертів.

До початку педагогічного експерименту рівень агресивності боксерів КГ і ЕГ не мав істотних відмінностей ($p < 0,05$). КГ займалася згідно з програмою, яку рекомендувала Російська федерація боксу.

Окремі дослідники [6; 10; 12] під час аналізу стосунків спортсменів у єдиноборствах велику увагу приділяють проблемі агресивності, яку ми трактуємо як одну з моральних категорій. Оцінюючи феномен агресивності, вони виділяють такі її прояви, як спортивна злість та азарт тощо. Джерелом агресивності в спорті вважається її прояв у бойових навичках за участю у військових діях. Однак у спортивній діяльності вона не може бути виправданою: тут передусім потрібно вирішувати проблему всебічного гармонійного розвитку людини.

Результати досліджень В. Н. Томилова [12] показали, що швидкий приріст спортивної майстерності, яка випереджає вікові закономірності формування особистості, рівень її ціннісних орієнтацій, моральності призводить до зростання агресивності, що засвідчує потребу організації цілеспрямованої виховної роботи під час спортивної підготовки.

Методика виховної роботи, яку здійснювали в ЕГ, включала бесіди про вияв благородства, гуманізму, чесності, цілеспрямованості та принциповості переможцями й призерами найбільших змагань із боксу. Наведені дані засвідчували залежність темпів приросту спортивної майстерності від ступеня прояву моралі й моральності, духовних потреб спортсменів.

Шкала оцінювання особистісних якостей спортсменів, які займаються боксом

№	Риса характеру	Шкала оцінки, бали				
		5	4	3	2	1
1	Чесність	Порядність, благородство під час вирішення проблем	Визнання значимості командних пріоритетів перед особистісними	Готовність надати допомогу партнерові чи суперникові	Відсутність критичного ставлення до інших	Підпорядкування суспільних інтересів особистим
2	Принциповість	Здатність обґрунтувати свою точку зору й підтримати іншу в інтересах більшості	Уміння відстоювати свою точку зору, будучи в меншості	Відсутність гнучкості під час прийняття складного рішення	Зміна точки зору залежно від ситуації	Невміння відстоювати свою думку
3	Цілеспрямованість	Підпорядкування дій і вчинків поставленій меті	Уміння домагатися поставленої мети адекватними засобами	Надмірне прагнення до досягнення мети	Використання неадекватних засобів для досягнення мети	Прагнення до мети будь-якою ціною
4	Сила волі	Уміння долати труднощі різного характеру	Збереження працездатності в несприятливих умовах	Прояв сили волі за особистої зацікавленості	Недостатня готовність до подолання труднощів	Невміння долати труднощі
5	Дисциплінованість	Уміння раціонально організувати всі види діяльності	Відповідальне ставлення до роботи	Неохоче підпорядкування встановленій дисципліні	Слабкий контроль за своїми діями та вчинками	Епізодичні порушення дисципліни
6	Наполегливість	Здатність до мобілізації зусиль для розв'язання завдання	Готовність до багаторазових дій для досягнення мети	Надмірні витрати зусиль для розв'язання поставленого завдання	Невміння довести справу до кінця	Невміння концентрувати зусилля в потрібному напрямку
7	Комунікбельність	Відсутність труднощів під час вступу в контакт із іншими особами. Повага до чужої думки	Достатня відкритість, товариськість, але не з усіма особами	Знаходження та встановлення контактів із людьми лише у своїй сфері діяльності	Труднощі під час установаження контактів з іншими	Непоступливість, підозрілість, недовірливість
8	Стриманість	Уміння регулювати психоемоційний стан у кожній ситуації	Уміння контролювати слова, дії та вчинки в складних ситуаціях	Епізодичний прояв негативних емоцій стосовно інших	Недостатній контроль за словами, діями та вчинками	Можливі прояви грубості й силових дій стосовно інших
9	Емоційність	Здатність керувати своїми почуттями	Доброчливе ставлення до інших людей	Зайва емоційність під час складних вчинків	Окремі прояви негативних емоцій стосовно інших	Запальність і агресивність у складних ситуаціях

Одними з важливих розділів методики виховної роботи є аналіз поведінки та вчинків боксерів у різних життєвих і педагогічних ситуаціях; характер їх взаємовідносин із тренерами, судьями, глядачами та вболівальниками. Демонстраційні матеріали про хід боксерського поєдинку давали змогу створити цілісну картину, що засвідчує рівень прояву особистісних якостей, цілеспрямована робота з формування яких забезпечує управління ступенем агресивності й дає змогу краще контролювати ситуації, що виникають під час боксерського поєдинку.

Дослідження І. Д. Суркіної [11] показали, що під впливом фізичних і стресових впливів відбувається зниження імунітету, який забезпечує здоров'я та гомеостаз організму. Запропонована система виховної роботи передбачала комплекс заходів щодо його захисних сил. Для цього організували тренування на природі, де внаслідок тіснішого спілкування та взаємодії з навколишнім середовищем спортсмени мали можливість оволодіти спеціальними вправами, спрямованими на загострення

чуттєвого сприйняття колірної та світлової гами, природного шуму дерев та листя, води, вітру, співу птахів тощо. Це сприяло відновленню душевної рівноваги, блаженства, прояву добрих почуттів до своїх товаришів й інших людей, з іншими вони спрямувалися. Не рідше двох разів на місяць організовували туристичні походи (піші, велосипедні, на човнах або байдарках), що дають змогу розв'язувати завдання не лише підвищення рівня загальної фізичної підготовленості, а й формувати комплекс особистісних якостей.

У процесі виховної роботи широко застосовували арсенал ефективних засобів виховання: переконання, особистий приклад, роз'яснення різних форм поведінки з подальшим аналізом і прогнозуванням можливих наслідків порушення правил суспільної поведінки. Організовували особисті зустрічі з майстрами спорту міжнародного класу, переможцями та призерами найбільших змагань, заслуженими тренерами, які наводили приклади з власного спортивного та життєвого досвіду, який засвідчує, що високих спортивних результатів частіше домагаються люди з гуманістичними ідеалами, менш орієнтовані на прояв агресії як способу досягнення перемоги.

Боксерам рекомендували спеціальну спортивну та педагогічну літературу з описом життєвого шляху олімпійських чемпіонів і призерів, життєвого кредо їхніх кумирів. Проводили спеціальні збори, зустрічі та бесіди з батьками боксерів, яких ознайомлювали з програмою спортивної підготовки та планами виховних заходів із метою об'єднання зусиль для формування моральності молодих боксерів, які вибрали цей вид спортивної діяльності. Такий підхід до розуміння цілеспрямованого виховного впливу дав змогу успішним формувати позитивні соціально значимі властивості та якості особистості.

Наприкінці педагогічного експерименту проведено повторне оцінювання ступеня прояву агресивності за участю тих самих експертів. Результати дослідження показали динаміку прояву рис характеру в обох групах. Так, рівень дисциплінованості зріс у КГ до 3,6 бала; в ЕГ – до 4,3 бала; рівень стриманості в КГ становив 3,2 бала; в ЕГ – 4,0 бала.

Найбільш успішно відбувалося формування таких якостей, як наполегливість і чесність. За їх природного підвищення у КГ результати становили 3,6 і 3,7 бала. В ЕГ вони виявилися більш яскраво вираженими і становлять, відповідно, 4,6 бала та 4,4 бала. Отримані результати узгоджуються з даними В. Н. Томилова [12], В. А. Дементьєва й О. Б. Малкова [2], Н. І. Пономарьова, В. М. Рейзіна [7], які зазначають, що прояв багатьох морально-вольових і моральних якостей значною мірою залежить від рівня їх виховного впливу, особистості тренера, його ціннісних орієнтирів, а також від соціальних запитів суспільства. Постановка виховної роботи, у свою чергу, залежить від запитів суспільства, його зацікавленості у творчій участі особистості не лише в спортивній, а й в інших сферах суспільної діяльності, а також у підвищенні рівня моральності підростаючого покоління.

Висновки та перспективи подальших досліджень. Отже, ефективність змагальної діяльності боксера визначають рівень його тактико-технічної підготовленості і значною мірою організація та проведення цілеспрямованої, особистісно-орієнтованої комплексної системи виховної роботи, яка успішно формує особистісні якості боксера.

Список використаної літератури

1. Бальсевич В. К. Онтокинезиология человека / В. К. Бальсевич. – М. : Теория и практика физ. культуры, 2000. – 275 с.
2. Дементьев В. А. Структуризация конфликта поединка в спортивных единоборствах / В. А. Дементьев, О. Б. Малков // Теория и практика физ. культуры. – 1986. – № 10. – С. 37–39.
3. Кретти Брайент Дж. Психология в современном спорте : пер. с англ. Ю. Я. Ханина / Брайент Дж. Кретти. – М. : Физкультура и спорт, 1977. – 224 с.
4. Лубышева Л. И. Инновационные технологии в профессиональной подготовке спортивного педагога / Л. И. Лубышева, В. А. Магин. – М. : Теория и практика физ. культуры, 2005. – 191 с.
5. Мартенс Райнер. Социальная психология и спорт / Райнер Мартенс. – М. : Физкультура и спорт, 1979. – 176 с.
6. Найдиффер Р. М. Психология соревнующегося спортсмена / Р. М. Найдиффер. – М. : Физкультура и спорт, 1979. – 224 с.
7. Пономарев Н. И. О формировании потребности человека в физкультурно-спортивной деятельности (теоретический аспект) / Н. И. Пономарев, В. М. Рейзин // Теория и практика физ. культуры. – 1988. – № 10. – С. 2–4.
8. Пуни А. Ц. К психологической теории спортивной деятельности / А. Ц. Пуни // Теория и практика физ. культуры. – 1973. – № 12. – С. 10–14.
9. Родионов А. В. Принципы психофизического сопряжения в подготовке спортсменов-единоборцев высокой квалификации / А. В. Родионов // Теория и практика физ. культуры. – 2001. – № 11. – С. 34–36.
10. Романин А. Н. Проблема агрессивности в зарубежной психологии спорта / А. Н. Романин, Е. В. Романина, Е. Б. Матвеев // Теория и практика физ. культуры. – 1985. – № 7. – С. 54–56.

11. Суркина И. Д. Стресс и иммунитет у спортсменов / И. Д. Суркина // Теория и практика физ. культуры. – 1981. – № 3. – С. 18–20.
12. Томилов В. Н. Агрессивность в спорте: социально-биологический аспект / В. Н. Томилов // Теория и практика физ. культуры. – 1990. – № 10. – С. 39–41.
13. Ханин Ю. Л. Психология общения в спорте / Ю. Л. Ханин. – М. : Физкультура и спорт, 1980. – 208 с.
14. Cattell R. В. The Scientific Analysis of Personality Baltimore, Maryland Denguin Books, Jns. 1965. – P. 16–25.
15. Comprey A. L. Comprey Personality Scales. San Diego, California Educational and Industrial Testing Service, 1971. – P. 24–26.

Адреса для листування:
43000, Луцьк, Київський майдан, 13, кв. 51.
Тел. 8 (03322) 3-22-46.

Статтю подано до редколегії
15.09.2011 р.