

Секция «Психология здоровья и психология спорта»  
**Формирования нравственно-волевых качеств у юных спортсменов,**

**занимающихся грэпплингом**

**Чевычелов Дмитрий Алексеевич**

*Аспирант*

Курский государственный университет, Курск, Россия

*E-mail: dimas-903@mail.ru*

Учебно-тренировочная, спортивная и воспитательная деятельности являются основными направлениями работы учреждений дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности и требуют от юных спортсменов проявления не только физических, но и нравственно-волевых качеств, таких как смелость, целеустремленность, самостоятельность, настойчивость, ответственность. На наш взгляд, таким требованиям полностью соответствует спортивная борьба грэпплинг, как один из видов спортивных единоборств.

Сущность предлагаемой нами модели развития физического и нравственно-волевого развития юных борцов заключается в том, что показывают внутренние связи в учреждениях дополнительного образования спортивного профиля на различных уровнях управления по схеме: администрация - тренер - спортивный коллектив - юный спортсмен; по выработке физических качеств, функциональных возможностей и волевого статуса на всех этапах тренировочного процесса: подготовительный включающий спортивно-оздоровительный лагерь), тренирующий и соревновательный. Подчеркивается ориентированная направленность на единство физического и нравственно-волевого развития и готовность к данному процессу как тренеров, так и спортсменов.

Нравственно-волевой статус определялся по данным большого количества стандартных анкет, общепринятых для изучения этого вопроса. Все они представлены в приложениях и в дополнительном разъяснении, на наш взгляд не нуждаются.

В связи с тем, что физические качества тесно связаны с показателями физического развития и с функциональным состоянием организма нами были изучены изменения этих показателей.

Физическая тренировка в подростковом возрасте вызывает значительно более выраженные и быстрее наступающие морфологические и функциональные сдвиги, чем в зрелом возрасте. Под влиянием систематических тренировок происходит перестройка не только функций отдельных органов и систем, но и взаимоотношений между ними.

Регулярные занятия спортом заметно сказываются как на морфологических, так и функциональных показателях физического развития.

Установлено, что адекватная функциональным возможностям нагрузка улучшает развитие костной системы и удлиняет период его роста. Это подтверждают и проведенные нами исследования. Установлено, что показатели роста и веса у подростков, занимающихся грэпплингом как в контрольной, так и экспериментальной группах в процессе двухгодичных тренировок увеличились, примерно, одинаково, но разница в показателях при сравнении групп, была не достоверной ( $P$  по обоим показателям было  $> 0,05$ ). В связи с этим, мы пришли к выводу, что в период интенсивного повышения показателей роста и веса (12 - 14 лет) на достаточно коротком этапе времени не удалось установить влияния различных видов тренировок у юных борцов на степень увеличения этих показателей.

Развитие нравственно-волевых качеств юных борцов нами осуществлялось не только в процессе обычной тренировки. С целью получения более высокого эффекта влияние волевого развития на личность занимающегося нами, прежде всего, были изучены условия

и факторы, активно влияющие на этот процесс. Проведенные исследования позволили предложить схему управления нравственно-волевым развитием. Она выглядит следующим образом: «администрация - тренер - детский спортивный коллектив - юный борец».

Администрация (директор, завуч, методисты) - осуществляют стратегию воспитания, основываясь на последних, достижениях науки и практики тренировок юных спортсменов, занимающихся грэпплингом.

Тренер, на результатах специального тестирования, определялся администрацией, как наиболее подготовленный к процессу физического и нравственно-волевого развития у юных борцов. На основании полученных результатов были выявлены педагоги с разной степенью готовности и проведению этого процесса. Предпочтение отдавалось тренерам с высокой и средней степенью готовности. Очень внимательно анализировались условия и факторы взаимоотношений как внутри педагогического коллектива, так в системе «тренер - юный спортсмен». Оценивалась психологическая готовность к работе по самосовершенствованию подростков: тревожность, склонность к лени, склонность к вредным привычкам, уровень семейного комфорта (или дискомфорта) борцов.

Детский спортивный коллектив является необходимым фактором формирования личности юного спортсмена. Продолжение традиций, сохранение наследия, дух коллективизма, желание добиться большего - является составной частью воспитания.

И все-таки, на одном из главенствующих мест в этом процессе остается тренер. Педагогическая позиция его - это важнейший фактор успешной работы по нравственно-волевоу и физическому развитию юных борцов. Состояние готовности помогает тренеру эффективно управлять тренировочным процессом. Готовность - это решающее условие профессионального совершенствования, повышение уровня мастерства педагога. Готовность как психологическое состояние личности - это внутренняя настроенность тренера на поведение при решении спортивных и педагогических задач, установка на активные и конструктивные действия.

Особенность подростков - это потребность в самоанализе и самооценке. Юные спортсмены охотно называют недостатки в своем характере, черты которые им нравятся в других людях и которые они хотели бы иметь у себя. Для тренера это может быть ориентиром в формировании психоэмоциональной сферы подростков, занимающихся грэпплингом.

### Источники и литература

- 1) Ануфрикова Н.Б. Содержание и организация физического воспитания педагогически запущенных подростков 15-16 лет в спортивных клубах по месту жительства: Автореф. дис.канд. пед. наук: Всерос. научно-исслед. ин-т физ. культуры и спорта. М., 2000. - 24 с. Научная библиотека диссертаций и авторефератов
- 2) Зобков В.А. Мотивация и самооценка подростка как факторы готовности к соревновательной деятельности: Автореф. дис.канд. психол. наук. - М., 1982. - 20 с. Научная библиотека диссертаций и авторефератов