

**Абкеримов Б.Н.****УДК 796.011.1****ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ЧЕЛОВЕКА**

**Постановка проблемы.** Спорт является не только эффективным средством физического развития человека, укрепления его здоровья, сферой общения и проявления социальной активности людей, разумной формой организации и проведения их досуга, но и влияет на другие стороны человеческой жизни: авторитет и положение в обществе, трудовую деятельность, на структуру нравственно-интеллектуальных характеристик, эстетических идеалов и ценностных ориентаций. Поэтому возникает необходимость психолого-педагогического обоснования спортивной деятельности человека.

**Цель работы** – определить психолого-педагогические основы физической культуры и спорта в социально значимой деятельности современного человека.

Общеизвестно, что двигательная активность является одним из важнейших условий здорового образа жизни. Она влияет на формирование и совершенствование организма и состояние здоровья. Главный субъект физической культуры – личность. В последние годы в психолого-педагогической науке особое значение приобрела проблема воспитания гармонически развитой личности. Среди многих факторов (социальных, гигиенических, культурных и т.п.) физическая культура занимает одно из важных мест, выполняя уникальную роль комплексного развития целостной личности.

Американские ученые-социологи сделали заключение, что спорт аккумулирует в себе основные ценности общества. Благодаря занятиям спортом общественные ценности передаются личности. Данное положение нашло подтверждение в трудах американских ученых. Историк Джон Беттс пишет: «Спорт и капиталистический дух имеют много общего: дух инициативы, противоборства и соревнования» [4, с. 8]. Другой известный американский профессор Р. Форс справедливо считает, что спорт является миниатюрой самой жизни и, таким образом, служит как бы лабораторией, в которой может создаваться положительная система ценностей.

Важнейшая социальная задача современного общества – вырастить поколение граждан, гармонически сочетающих в себе духовное богатство, моральную чистоту, физическое совершенство. В этой связи значительная роль отводится физическому воспитанию, направленному на всестороннее развитие целостной личности, так как спорт служит не только совершенствованию тела, но и воспитанию духа.

К числу базовых, ключевых факторов, формирующих качества развития личности, относятся:

- общение с окружающей природой, процесс ее познания и преобразования;
- социальная активность;
- нравственное развитие, самоуправление своим поведением;
- отношение к своему здоровью, его укрепление и сохранение.

С. Л. Рубинштейн подчеркивал, что «ребенок развивается, воспитываясь и обучаясь, а не развивается, воспитывается и обучается... личностные психические свойства ребенка, его способности, черты характера и т.д. ... не только проявляются, но и формируются в ходе собственной деятельности ребенка...» [8, с. 324].

Занимаясь спортом, человек в первую очередь совершенствует и укрепляет свой организм, своё тело, свою способность управлять движениями и двигательными действиями. Это очень важно. Ещё в 1927 году в первой отечественной монографии, посвящённой психологии физической культуры, профессор А. П. Нечаев писал: «Пора, наконец, признать, что нельзя говорить о полном воспитании там, где отсутствует воспитание движений. Ловкость, выносливость и настойчивость, в известном смысле, могут быть названы мускульными добродетелями, а утомляемость, апатия, капризное настроение, скука, беспокойство, рассеянность и неуравновешенность – мускульными пороками» [7, с. 99].

Спорт, вне всякого сомнения, – одно из главных средств формирования движений, совершенствования их тонкой и точной координации, развития необходимых человеку двигательных физических качеств. Но не только. В процессе занятий спортом закаляется его воля, характер, совершенствуется умение управлять собой, быстро и правильно ориентироваться в разнообразных сложных ситуациях, своевременно принимать решения, разумно рисковать или воздерживаться от риска. Спортсмен тренируется рядом с товарищами, соревнуется с соперниками и обязательно обогащается опытом человеческого общения, учится понимать других.

Спорт наряду с живописью, музыкой и балетом постепенно убеждает людей, что человеческое совершенство – одна из прекраснейших ценностей жизни. Спорт раскрывает не только физические способности человека, но и психические. Спорт делает человека естественнее, ближе к тому идеалу, когда сглаживается жестокое противоречие с мудростью природы, наделившей всё живое радостью жизни. Эта мысль близка к философскому обобщению человеческого бытия.

Все больше спортсмены, кроме борьбы и соперничества, характерных для занятий спортом, видят в нём искренность отношений, дружбу и доброжелательность между людьми. Это связано с тем, что спортивная, особенно соревновательная деятельность, лично значима, трудна. Она требует затраты больших физических сил. В жестоком соперничестве, безусловно, полнее и ярче, чем в обыденности, проявляется каждая черта характера. Здесь напряженнее выступают чувства, полнее проявляется воля. Следовательно, спорт для человека – могучее средство самопознания, самовыражения и самоутверждения.

Обязательность соревнований как специфическая особенность спорта прямо и наиболее значительно влияет на морально-этическое, нравственное формирование личности. Главная задача, связанная с

**ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ЧЕЛОВЕКА**

воспитанием спортсменов, тренеров, судей и зрителей, заключается в том, чтобы спортивными мотивами, побуждающими бороться за победу в соревнованиях, были моральные, нравственные цели.

Спортсмен совершенствует свою силу, выносливость, гибкость, т. е. себя самого, своё умение делать движения быстро, точно, сильно. Во-первых, он обязательно должен узнать о самом себе как можно больше, точнее и полнее, поэтому самопознание становится необходимостью. Спортсмен работает над развитием силы, быстроты, выносливости, гибкости, над совершенствованием координации движений – техникой выполнения упражнений. Но наряду с этим человек формирует умение действовать в полную силу, несмотря на усталость.

Спорт разрабатывает способности управлять настроением, справляться с чрезмерным волнением, вызывать в себе состояние приподнятости, вдохновения – овладевать умением самоуправления, саморегуляции эмоций. Глубже «регулируя» самого себя, человек, безусловно, становится совершеннее. Физическая культура даёт возможность развивать и совершенствовать волю. Совершенствование воли достигается благодаря второй специфической особенности спортивной деятельности – обязательности нагрузок и напряжений.

Воля человека отчетливо проявляется и развивается в сознательных действиях, направленных на достижение определённых целей и связанных с преодолением препятствий. Спортивные тренировки и соревнования обязательно сопряжены с возникновением разнообразных преград. Психологи спорта определили волевые качества, которые необходимы спортсменам для преодоления возникающих в процессе их деятельности препятствий. Это целеустремлённость, настойчивость и упорство, решительность и смелость, инициативность и самостоятельность, выдержка и самообладание.

Спортивная деятельность позволяет, таким образом, ставить конкретные перспективные и промежуточные цели, контролировать движение, оценивать свою деятельность. Эта особенность спорта оказывает определённое влияние на формирование тех черт характера человека и особенностей личности, которые обычно не учитываются людьми, по специфике профессии не думающих о том, как спорт влияет на формирование личности. Имеется в виду развитие уверенности в себе и своих силах, развитие возможностей достижения намеченной цели.

Каждый человек – частица коллектива. Совершенно естественно, что как таковой он оценивается обществом, коллективом в первую очередь по тому, насколько полезен, что даёт другим людям, какие социальные функции выполняет. Однако это оценка, особенно применительно к людям молодым, хотя не к ним одним, основывается не только на том, что и как сейчас делает человек, что он уже даёт обществу, но и на том, что сможет дать в будущем, каковы его потенциальные возможности и перспективы. На то, что и как делает человек и на то, что и как он собирается делать, очень влияет осознание им той конечной цели, которой он хочет достичь. Эта цель в психологии называется уровнем притязаний человека. Значит, уровень притязаний – то, к чему человек стремится, чего хочет, на что, по его собственному мнению, имеет право. Уровень притязаний становится тем необходимым условием, которое побуждает человека к деятельности и определяет постановку конкретных целей в ней.

Своеобразие спортивной деятельности формирует и самооценку личности. Самооценка оказывает влияние на многие и многие сферы жизни. В связи с ней формируется, и проявляются в поведении и деятельности главные отношения человека, определяющие его ценность как члена общества: отношение к самому себе, к другим людям, к обществу, к труду.

Физкультура и спорт не только являются средством укрепления здоровья человека, его физического совершенствования, рациональной формой проведения досуга, средством повышения социальной активности людей, но и существенно влияют на другие стороны человеческой жизни, в первую очередь, на трудовую деятельность, нравственные и интеллектуальные качества.

Год от года спорт становится сложнее, умнее, интереснее, а активный интерес к спорту проявляет всё большее число людей. А значит, доля влияния физкультуры и спорта на становление личности человека постоянно возрастает. Современный спорт олицетворяет современное развитие общества, вбирает в себя его сложный противоречивый характер, является его символом, образом, специфическим носителем его неоднозначных проявлений и проблем. Поэтому психология физического воспитания теснейшим образом связана с социальной психологией, которая, будучи наукой о закономерностях межличностного общения и взаимовлияния людей друг на друга в рамках малых групп, коллективов, организаций, указывает психологии физического воспитания пути использования и применения этих закономерностей в формировании важных для личности морально-волевых, физических и спортивных качеств. Социально-психологические закономерности проявляют себя на всех этапах созревания личности и формирования ее самосознания. Особенности самооценки как регулятора поведения теснейшим образом связаны с восприятием своих действий, особенностей телосложения, внешнего облика. Формирование представлений о себе и о другом человеке как личности происходит лишь в активном общении и совместной деятельности учащихся. Знание этих закономерностей и учет их в педагогической деятельности учителя физкультуры и тренера является предпосылкой интенсификации физического образования и воспитания школьников.

В социальной психологии есть много проблем, которые могут быть осмыслены применительно к задачам физического воспитания учащихся, студентов, спортсменов. Например, это проблема психологического климата учебного или спортивного коллектива и его влияния на эффективность двигательного обучения, спортивной тренировки, подготовки к соревнованиям; вопросы психологической совместности и конфликтности, сплоченности, лидерства, групповых норм при формировании физкультурных коллективов и спортивных команд; влияние массовидных социально-психологических

явлений (общественного мнения, средств массовой коммуникации, влияние публики во время соревнований на формирование нравственного облика юных спортсменов и мотивацию спортивных достижений) при соответствующей их разработке в рамках психологии физического воспитания будут способствовать углублению ее теоретических и экспериментальных основ, сформируют продуктивные подходы к практическому решению педагогических задач.

**Таким образом,** процесс физического совершенствования создает все условия для успешного решения психолого-педагогических задач воспитания личности как субъекта творчески активного и физически развитого, осознавшего свои возможности и способного строить свою жизнь.

#### Источники и литература:

1. Вайнбаум Я. С. Гигиена физического воспитания и спорта : учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / Я. С. Вайнбаум, В. И. Коваль, Т. А. Родионова. – М. : Академия, 2002. – 240 с.
2. Жуков М. Н. Подвижные игры : учеб. для студ. пед. вузов / М. Н. Жуков. – М. : Академия, 2000. – 160 с.
3. Лубышева Л. И. Социальная роль спорта в развитии общества и социализации личности : [Электронный ресурс] / Л. И. Лубышева. – Режим доступа : <http://kiloref.chat.ru>
4. Лубышева Л. И. К концепции физкультурного воспитания студентов / Л. И. Лубышева // Теория и практика физической культуры. – 1993. – № 5-6. – С. 15-18.
5. Лях В. И. Выносливость: основы измерения и методики развития / В. И. Лях // Физическая культура в школе. – 1998. – № 1. – С. 7-14.
6. Макарова Г. А. Спортивная медицина : учеб. / Г. А. Макарова. – М. : Советский спорт, 2003. – 480 с.
7. Нечаев А. П. Психология физической культуры / А. П. Нечаев. – Л., М. : Гос. изд-во, 1930. – 112 с.
8. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии / С. Л. Рубинштейн. – СПб. : Питер, 1999. – 720 с.

**Баранская Е.М.**

**УДК 82.09.161.1/161.2**

### **УЗЫ ДРУЖБЫ Я.П. ПОЛОНСКОГО: ЛИТЕРАТУРНАЯ БИОГРАФИЯ И ЛИЧНАЯ СУДЬБА ПОЭТА**

**Постановка проблемы.** Вопрос о соотношении понятий «лирический герой» – «литературная личность автора» – «реальная авторская личность» до сих пор остается полемическим. Спорными остаются не только теоретический, художественно-исторический аспекты, но и вопрос об историко-литературной обусловленности категории «лирический герой».

**Анализ литературы:** Поиск форм выражения авторской личности в тексте всегда вызывал пристальный интерес. «Затекстовый» авторский образ был предметом непосредственного читательского внимания. Важнейшим читательским источником в интерпретации литературной личности становится лирический герой поэта. В теоретической трактовке понятия «лирический герой» для нас актуализируется его обусловленность историко-литературным контекстом, зависимость от литературных традиций (Д.С.Лихачев, Л.Я.Гинзбург, Л.А.Орехова), динамизм (Ю.Н.Тынянов, Б.О.Корман).

**Цель** настоящей статьи: изучить специфику соотношения «авторского» (биографического) и условно-поэтического в создании лирического героя и литературной личности Я.П.Полонского, моделирование условно-художественных ситуаций при создании литературного и «житейского» образа поэта в 1840 – 1860-х гг. **Задачи:** проследить, каким образом литературная личность конструирует и реализует себя в социокультурной среде на уровне поведенческих характеристик; проанализировать и сопоставить историко-литературные и биографические (мемуарные свидетельства, эпистолярный, дневники) материалы Я.П.Полонского и его современников.

Лирический герой наделяется текстовой жизнью в соответствии с авторской поэтической концепцией и включает элементы исторического и психологического обобщения. Литературная личность всегда индивидуализирована и складывается не только из нравственно-этических установок автора и его творческих предпочтений, но формируется в условиях «контекстовой» читательской эрудиции и читательского воображения – это величина текстово-затекстовая, и непременно предусматривает читательскую интерпретационную работу и во многом зависит от нее. И современники, и потомки видят ее «бытование» в определенном литературном окружении, в определенном историко-хронологическом срезе. Лирический герой и литературная личность сосуществуют параллельно, взаимодополняя друг друга.

Литературная личность своими составными элементами являет бытовую, но она значительнее ее. Писатель вращается в литературных кругах, «работает» на разные читательские аудитории, даже на разные идеологии. Но притом он подчеркнуто не отделяет свой бытовой облик от литературного, поскольку живет, «бытует» в этих литературных кругах, более того, стремится к самоутверждению. Он хочет выглядеть в глазах окружающих так, как сам себя представляет, и с этой целью прибегает к мифологизации своей личности: как поэтической, так и реальной. Достигается это «программированием» определенной литературной реакции в критических кругах, журналистских, салонных. Одним из средств является введение «игрового» элемента в жизнь и искусство. Автор «творит» свою жизнь и вносит жизнь в поэзию – надевает различные актерские маски в зависимости от исполняемых «ролей». В поэзии такой маской