

Содержание:

image not found or type unknown



Введение технология компьютер урок

Соревнование – основной элемент спортивной деятельности. Без них спорт полностью утрачивает свой смысл и свою специфику. Более того, показано, что в развитии человеческой культуры различные виды противоборства, состязаний, игр первичны; лишь позже начали появляться и закрепляться в практике элементы, методы, формы подготовки к их участию. Стало быть, генетически и субординационно спортивные состязания «старше» спортивной тренировки и других форм подготовки спортсменов. Спортивное соревнование выступает как причина, породившая тренировку, а не наоборот.

В связи с тем, что основой спорта являются соревнования, для обеспечения их функционирования в процессе исторического развития общества формируется и соответствующая сфера спорта. Сфера спорта — это специализированная социально-организованная система, которая образовалась вокруг соревнования. Она включает в себя: идеологическое, научное и методическое управление; материально-техническое и финансовое обеспечение; подготовку кадров; отбор и подготовку спортсменов и связи с другими сферами человеческой деятельности.

1.1. Нравственно – этическое воспитание человека.

Специфическая особенность спорта – обязательность соревнований – прямо и наиболее значительно влияет на морально – этическое, нравственное формирование личности.

Как известно, в любом виде спорта соревнования проводятся по жестоким правилам. Действующий регламент обуславливает не только сам ход соревновательной борьбы, но и подготовку к ней. Правила, следовательно, определяют психологическую настройку атлета. Они требуют от спортсменов в каждом виде спорта конкретных проявлений физических качеств, волевых усилий, определённых свойств мышления, допустимого уровня эмоционального

возбуждения. Необходимость неоднократного проявления свойств и качеств неизбежно приводит к их развитию.

Правила соревнований построены на основе «строгого соперничества». Необходимость спортсменов завоёвывать первенство в соревнованиях, проводимых по существующим правилам, побуждает спортсменов и тренеров желать в первую очередь победы над противостоящей командой путём достижения выигрышных очков, баллов или призовых мест любыми средствами. А «любые» способы не всегда этичны. Приведу несколько примеров.

Предположим, на старте финального забега на 100 метров стоят восемь равных по силам участников. Вероятность того, что именно такой – то спринтер станет чемпионом, в этом случае равна одной восьмой. Каждому из участников выгодно, если кого – то из бегунов судьи снимут за фальстарт, а кто – то, возможно, споткнётся на дистанции. Ведь в таком случае конкурировать будут лишь шесть бегунов, шансы каждого из них вырастут до одной шестой. Есть случаи и аморального поведения. Например, на одном из чемпионатов мира по футболу португальцы во встрече с командой Бразилии стремились вывести из строя самую яркую звезду бразильцев – знаменитого Пеле. Он не мог действовать в полную силу и португальцы совершенно беззастенчиво били его по ногам, пока не лишили возможности играть.

Конечно, те, кого называют истинными спортсменами и рыцарями спорта, не ищут лёгких и сомнительных путей к пьедесталу почёта. Не ищут их потому, что в результате влияния нравственных требований коллектива приобрели надёжные морально – этические устои. У них сформировались взгляды, убеждения, характер, которые противоречат логике схемы «строгого соперничества»: объективно выгодное в ряде случаев становится субъективно неприемлемым. Но, к сожалению, это не всегда так. Некоторые порой идут к спортивной победе окольными путями.

В спорте, по мнению специалистов, может существовать схема так называемого «нестроого соперничества». При правилах, построенных по схеме «нестроого соперничества», спортсмену или команде объективно невыгодно, если противник выступает плохо. Ведь победа над слабыми стоит «дешевле», чем ничья с сильными. Не покажешь отличного результата, если твой соперник плохо подготовлен и груб. Схема «нестроого соперничества» побуждает «болеть» за соперника, помогать ему раскрыть в соревновании все свои возможности, расти и совершенствоваться. Такая схема в большей мере способствует развитию массового спорта. Она не выступает в противоречие с морально – этическими и

эстетическими нормами. Она способствует в полной мере правильному воспитанию зрителей, спортсменов, судей, тренеров.

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

1.2. Воспитание уверенности в себе и своих силах.

В спорте точнее, чем в любом другом виде деятельности, можно сказать, кто есть кто. Этому способствует, во-первых, достаточно дифференцированная система спортивной классификации: 2 и 1 юношеские разряды; 3, 2, 1 – взрослые, кандидаты в мастера спорта, мастера спорта, мастера спорта международного класса и, наконец, заслуженные мастера спорта. Однако спорту важно не только и не столько то, что определило уровень мастерства, ценнее другое – что может сделать сам спортсмен для своего развития и самосовершенствования.

В любой заданный отрезок времени спортсмен знает, на что он способен. Более того, если он сопоставит, что получалось полгода назад и что теперь, то материал для оценки становится более действенным – определяется эффективность проведённых тренировок, выполненной работы, затраченных усилий.

Значит, в любой момент спортсмен знает, до какой ступени спортивной лестницы он добрался, сколько времени и энергии он затратил на весь подъём и сколько – на переход от предыдущей ступеньки к новой. Он может планировать, когда и как достигнет следующей, может заглянуть дальше и прикинуть путь к более высокой ступени, о которой мечтает.

Спортивная деятельность позволяет, таким образом, ставить конкретные перспективные и промежуточные цели, контролировать движение, оценивать свою деятельность в связи со сроками достижения промежуточных целей и степенью приближения перспективной. 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 человека. Имеется в виду развитие у личности уверенности в себе и своих силах, развитие возможностей достижения намеченной цели.

В чём же опасность слишком быстрого роста спортивных результатов? Во – первых в том, что спортсмену излишне легко даются начальные ступеньки. Новичок не осознаёт, что без большого труда, порой предельного физического, волевого и эмоционального напряжения нет по – настоящему значительных результатов в спорте. Когда легко, он не думает об этом, не закаляет свою волю. А ведь основное средство формирования волевых качеств – преодоление трудных и всё усложняющихся препятствий на пути к поставленной цели. Умение генерировать необходимое волевое усилие формируется с самого начала спортивной биографии. По дороге к спортивным вершинам столкновение с препятствиями неизбежно. Спортсмен должен чувствовать и знать, что спорт – не лёгкая забава, а трудное дело. Во – вторых, скоротечные успехи, особенно если в их основе нет настоящего труда, могут привести к утрате самокритичности. Желанные цели будут казаться легко достигаемыми, на самом же деле это далеко не так. Есть не мало людей, которые за год проходили путь от новичка до перворазрядника. Многие потом на этом уровне застревали. Немногие шли дальше и быстро становились мастерами. К сожалению, чемпионы и рекордсмены из таких, как правило, не получались.

Таким образом, спорт может формировать у человека столь необходимую ему в жизни уверенность в себе, в своих силах, преобладающий положительный и стенический эмоциональный фон, оптимизм. Как черту характера. Влияние спорта на развитие этих черт личности во многом связано с организацией всего процесса обучения, воспитания и тренировки спортсмена и особенно с определением перспективных и промежуточных целей, с оценкой деятельности спортсмена на каждом участке его пути к вершине спортивного успеха. А оценка эта даётся многими людьми.

Как спорт помогает оценивать себя.

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

Ещё в прошлом веке американский психолог Джеймс предложил формулу:

успех

Самоуважение = притязания

Из этой простой формулы видно, что самооценка (пусть Джеймс называет её самоуважением) тем выше, чем большего успеха достиг человек. Но вот личностная, субъективная оценка успеха определяется, оказывается не только и не столько объективными какими – то критериями, сколько соответствием достигнутого запланированного, реального результата – заранее намеченной цели. Чем выше эта цель, чем значительнее планы человека, тем труднее ему их осуществить, тем ниже его оценка собственной деятельности, тем меньше у него оснований быть довольным собой.

Таким образом, становится ясно, что спорт влияет на формирование важной черты личности, в значительной степени, определяющей результативность, плодотворность, полезность человеческой деятельности, её вклад в общее дело. Видно также, что влияние это на уровень притязаний человека может быть разнонаправленным в связи с тем, как протекает жизнь этого человека в спорте. 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. Конечно, система ведущих, главных отношений человека определяется не только самооценкой, но и другими социальными условиями и факторами. Тем не менее, нет оснований пренебрегать ролью самооценки. Чтобы убедиться в этом, достаточно представить себе влияние противоположных – полярных – самооценок на черты характера человека, определяющиеся основными его отношениями.

Если человек оценивает себя в целом не очень высоко, ему сложно развить и проявить такие черты характера, как самолюбие, гордость, самомнение, требовательность, критичность, активность, творчество, ответственность в отношении к труду. У человека с низкой самооценкой скорее проявляется скромность, застенчивость, терпимость, пассивность. Наоборот, человек, высоко

себя оценивающий, может быть склонен к проявлению честолюбия, тщеславия, эгоцентризма, малой самокритичности, но большой критичности к другим, заносчивости, склонности к лидерству в общении и в деятельности, активности, к отсутствию боязни ответственности и других подобных черт характера.

Спорт для человека, им увлечённого, - дело любимое, значимое, жизненно важное. Поэтому общая самооценка спортсмена очень часто базируется на оценке им преимущественно своих спортивных возможностей, результатов, способностей и перспектив. Добившись определённых успехов в спорте, человек начинает с уважением относиться к самому себе. Высоко оценив себя как спортсмена, он переносит эту оценку на себя как на личность, как на члена общества.

Спорт способствует тому, что формы и оттенки поведения и общения человека становятся шире, богаче. Совершенствуемое в ходе занятий спортом умение быть с людьми, взаимодействовать и общаться с ними переносится на другие сферы жизни и деятельности.

Наверно, правильное поведение и способы общения, воля, способность к саморегуляции, адекватный уровень притязаний и верная самооценка могут возникнуть с большей вероятностью тогда, когда спорт и спортивная деятельность не рассматриваются как самое главное, как самоцель. И пусть победа на первенстве страны, мира, на Олимпийских играх, установление рекорда требуют колоссальной затраты энергии, волевых напряжений, стойкости, мужества, отваги, вполне сопоставимых с теми деяниями человеческими, которые принято называть подвигами, пусть так. И всё - таки рекорд - не для рекорда, победа - не только, чтобы убедиться, что сильнее соперника. Спорт, спортивная работа, победы - средство, не цель.

Список литературы

1. Бойченко, С.Д. Классическая теория физической культуры / С.Д. Бойченко - Мн.: Лазурок, 2002. -312 с.;
2. Бальсевич, В.К. Физическая культура для всех и для каждого / В.К. Бальсевич - М.: «Физкультура и спорт», 2005 - 208с.;
3. Гужаловский, А.А. Основы теории и методики физической культуры / А.А. Гужаловский - М.: Физкультура и спорт, 2001. - 352с.;

4. Еншин, М.М. Социология физической культуры и спорта / М.М. Еншин – Мн.: 1995, - 273с.;
5. Евсеев, Ю.И. Физическая культура / Евсеев Ю.И.- Ростов Н/д: Феникс, 2002.- 384с.;
6. Лубышева, И.И. Социология физической культуры и спорта / И.И. Лубышева – М.: «Академия», 2001. – 240с.;
7. Матвеев, Л.П. Теория и методика физической культуры / Учеб. Для ин-тов физ. Культуры.- М.: Физкультура и спорт, 2005.-543с.;
8. Матвеев Л.П. Теория и методика физического воспитания / Л.П. Матвеев- М.: «Физкультура и спорт», 1976.-255с.;
9. Матвеев Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты / Л.П.Матвеев – СПб.: Издательство «Лань», 2005. – 384с.;
10. Холодов, Ж.К. Кузнецов, В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта / Ж.К. Холодов, В.С Кузнецов – М.: Издательский центр «Академия»,2000.- 480с.;