

Конспект родительского собрания на тему «Морально-волевые качества в спорте»

Тема: Родительское собрание на тему: «Морально-волевые качества в спорте»

Цель: Оздоровление нации, формирование здорового образа жизни населения, гармоничное воспитание здорового, физически крепкого поколения.

Особенности формирования морально-волевых качеств при занятиях физической культурой и спортом детей подросткового возраста

Нравственно-волевые качества в структуре личности подростков

Переход к подростковому возрасту характеризуется глубокими изменениями условий, влияющих на личностное развитие ребенка. Они касаются физиологии организма, отношений, складывающихся у подростков со взрослыми людьми и сверстниками, уровня развития познавательных процессов, интеллекта и способностей. Во всем этом намечается переход от детства к взрослости. Организм ребенка начинает быстро перестраиваться и превращаться в организм взрослого человека. Центр физической и духовной жизни ребенка перемещается из дома во внешний мир, переходит в среду сверстников и взрослых. Отношения в группах сверстников строятся на более серьезных, чем развлекательные совместные игры, делах, охватывающих широкий диапазон видов деятельности, от совместного труда над чем-нибудь до личного общения на жизненно важные темы. Во все эти новые отношения с людьми подросток вступает, уже будучи интеллектуально достаточно развитым человеком и располагая способностями, которые позволяют ему занять определенное место в системе взаимоотношений со сверстниками.

Подростничество - это самый трудный и сложный из всех детских возрастов, представляющий собой период становления личности. Вместе с тем это самый ответственный период, поскольку здесь закладываются основы нравственности, формируются социальные установки, отношения к себе, к людям, к обществу. Кроме того, в данном возрасте стабилизируются черты характера и основные формы межличностного поведения. Главные мотивационные линии этого возрастного периода, связанные с активным стремлением к личностному самосовершенствованию, - это самопознание, самовыражением самоутверждение.

Необходимые теоретические предпосылки для благоприятного формирования нравственно-волевых качеств создают психологические особенности школьного возраста, на что указывают Н.И. Болдырев, Л.И. Божович, Т.В. Драгунова, А.Г. Ковалев, И.С. Кон, А.И. Кочетов, В.А. Крутецкий, А.С. Макаренко, И.Ф. Сладков, В.А. Сухомлинский и др. Ими подчеркивается особая восприимчивость подростков к процессу педагогического руководства нравственно-волевым развитием, т.к. в этом возрасте уже накоплен достаточный опыт морального поведения, пробуждается нравственная потребность в самовоспитании.

Процесс нравственно-волевого воспитания подростка включает в себя становление общечеловеческих идеалов, воспитание гражданской зрелости, общественной активности, высоких нравственных потребностей, интересов и мотивов деятельности. На занятиях спортом, как во всех других сферах деятельности человека, нравственные качества выступают в единстве взаимно-противоположных положительных и отрицательных

качеств: смелости и страха, желаемого и возможного, стойкости и слабости воли, интереса и необходимости, выдержки и несдержанности.

Избирая морально-волевые качества подростка предметом исследования, необходимо обратить внимание, прежде всего, на нравственную направленность, моральные основы воли. Наличие такой воли обеспечивает успех активной нравственной позиции личности, обладающей способностью ставить общественно значимые цели, принимать осознанные этические решения и претворять их в жизнь, несмотря на встречающиеся трудности.

Диалектика морального регулирования, определяя особенности нравственного воспитания, проникает в любую деятельность личности, означая особый характер ее отношений к миру и людям, формирование ее нравственно-ценностной мотивации, нравственных убеждений, и в конечном счете, нравственно-волевых качеств, создающих основу саморегуляции личности. Особенность нравственного поведения, как известно, заключается в том, что оно, будучи детерминированным, в то же время характеризуется своей «автономией». Материалистическая методология морального поведения личности, основанная преимущественно на самоконтроле, является наиболее адекватным выражением особенности морали как социально регулятивной системы.

Анализируя структуру психологического феномена - морально-волевое качество, можно выделить «практическое» «поведенческое» начало, т.е. волю, и начало «теоретическое», складывающееся из рационального и эмоционального компонентов. В основе «теоретического отношения» лежат мысли, чувства человека, поэтому содержание нравственно-волевого качества есть единство «теоретического» и «практического» поступка, т.е., само нравственно-волевое качество выступает как единство «теоретического» и «практического» действия.

Рациональный, эмоциональный и поведенческий компоненты морально-волевого качества личности находятся в наиболее эффективном с поведенческой точки зрения единстве в той форме мотивации, которая получила название установки. Социальная установка содержит в себе три взаимосвязанных компонента:

- когнитивный (познавательный) - определенные представления и мнения об объекте;
- аффективный (эмоциональный) - положительные или отрицательные чувства к объекту;
- поведенческий - готовность к определенному образу действий в отношении объекта.

Они все являются компонентами субъективной стороны установки, в роли которой в данной теории выступают морально-волевые качества. Волевые качества - это особенности волевой регуляции, проявляющиеся в конкретных специфических условиях, обусловленных характером преодолеваемой трудности.

Как уже говорилось, воля - это только обобщенное понятие, за которым скрывается много разных психологических элементов. Говоря о составных элементах воли, имеется в виду их совокупность, их количество, различия и связи между ними. Чаще всего отмечаются такие элементы (качества), как целеустремленность, решительность, настойчивость, выдержка, самостоятельность, смелость, стойкость, самообладание и инициативность. К элементам воли отнесены критичность, исполнительность и уверенность.

Для подростка воля (и как черта другого человека, сверстника или взрослого, и как желаемая собственная черта) стоит на одном из первых мест. Люди, обладающие волевыми качествами, становятся для подростка идеалом, на который он хотел бы походить и которому старается подражать. Именно такой высокой оценкой подростками волевых свойств личности и объясняется то, что ребята в качестве перспективы самовоспитания чаще всего выдвигают задачу воспитания воли.

Однако, как раз про подростков принято говорить, что у них слабая воля, более слабая, чем у детей других школьных возрастов. Подростки недостаточно организованы,

легко пасуют перед трудностями, легко поддаются чужому влиянию, часто ведут себя вопреки усвоенным, казалось бы, требованиям и правилам поведения. Правда, это больше относится к младшим подросткам, но и среди старших немало таких. Не меняет дела и акселерация. Напротив, при ускоренном физическом и в некоторой степени психическом развитии особенно бросается в глаза отсутствие волевых качеств.

Безусловно, развитие воли по мере взросления ребенка не идет вспять. И уровень развития воли у подростка сам по себе не становится ниже. Просто подростки живут и действуют в более сложной социальной ситуации, требующей от них более высоких форм саморегуляции, в том числе и более сложных проявлений волевого поведения, к чему они не всегда готовы.

В подростковом возрасте и учебная деятельность ребенка, и положение его среди окружающих существенно меняются. Учение (как и все другие виды деятельности, в том числе общественная и трудовая) становится более сложным, требующим значительно больших усилий, большей самостоятельности и ответственности. Отношение взрослых к подростку также меняется: они ждут от подростка более зрелого, более «взрослого» поведения, предполагающего проявление волевых качеств личности. И это понятно: ведь подросток становится и более разумным, и более сильным, и более развитым физически.

В семье повышение требований к подростку в значительной степени обусловлено реальной нуждой родителей в его помощи. В домашнем обиходе часто действительно бывает востребована физическая сила подростка, его знания и умения. Если к более младшим детям родители обычно обращаются лишь с отдельными поручениями (вымыть посуду, подмести пол), то подросткам не так уж редко приходится нести по дому определенные постоянные обязанности (ходить за покупками в магазин, участвовать в приготовлении еды, присматривать за маленькими детьми). Тут, конечно, требуется значительно больше организованности, ответственности, самостоятельности.

Правда, можно наблюдать и прямо противоположную картину. Отношение родителей к подростку не меняется. Они стремятся сохранить над ним ту же власть, какая была у них прежде, хотят постоянно руководить им, лишают его самостоятельности и свободы. Обычно это вызывает у подростка резкий протест, он упрямится и даже бунтует. Подобные конфликты мешают воспитанию волевых качеств.

Огромное значение для подростка имеет то положение, которое он занимает в коллективе сверстников. Конечно, и тогда, когда он учился в младших классах, коллектив в его жизни присутствовал, но ни отношения в нем, ни «общественное мнение» еще не имели для ребенка того решающего значения, которое они приобретают теперь. Раньше во всем главенствовал взрослый, дети хотели получить прежде всего его одобрение, подражали ему в своем поведении. А для подростка именно законы коллективной жизни являются теми нравственными правилами, подчиняться которым они всячески стремятся. Но так как требования сверстников и взрослых часто расходятся, то приходится делать выбор, а всякий выбор, как известно, - важнейшая составляющая волевого поведения.

И на все это накладываются возможности и потребности самого подростка. У подростков много новых разнообразных интересов, выходящих далеко за пределы школы и учения. Они начинают увлекаться спортом, техникой, различными видами искусства. У них возникает интерес к другому полу, тяга к развлечениям, к времяпрепровождению в компании сверстников. Все это в какой-то степени отвлекает подростков от выполнения их основных обязанностей и создает дополнительные трудности в смысле управления своим поведением.

Одновременно с этим у подростков (особенно у старших) уже складывается умение анализировать свое поведение, появляется свое личное отношение к окружающему, собственные образцы для подражания, собственные требования к себе. Причем эти требования часто не совпадают с возможностями подростков им соответствовать. В результате подростки нередко чувствуют себя людьми со слабой волей, что вызывает у них недовольство собой, чувство неполноценности. Понятно, почему многие ребята начинают стремиться к воспитанию в себе именно этих качеств.

Таким образом, налицо расхождение, с одной стороны, между требованиями жизни и интересами ребенка, с другой - между его возможностями и собственными требованиями к себе. Нужен уже достаточно высокий уровень развития воли, чтобы эти расхождения преодолеть. И как раз этого уровня чаще всего подростки еще не достигают. Зная все это, взрослые лучше смогут понять поведение подростков, их особенности, их переживания и конфликты.

Наблюдения показывают, что очень часто ребята проходят стадию так называемого классического волевого акта. Они переживают острую борьбу мотивов (делать ли то, что надо, или то, что хочется), после чего появляется намерение и, наконец, осуществляется его исполнение. Однако такого рода произвольное поведение очень сложно и трудно.

Дело в том, что у подростков очень ярко выражено стремление подбирать аргументы в пользу эмоционально более привлекательного поведения за счет поведения необходимого, требуемого. Скажем, надо сделать выбор: сесть за приготовление уроков или продолжать компьютерную игру. И подросток незаметно для себя начинает подыскивать аргументы в пользу игры (дискету надо отдавать, по физике завтра, наверное, не спросят). Словом, у подростков сильные эмоции гораздо чаще, чем у взрослых, мешают принять разумное решение.

Как правило, подростки не умеют предвидеть те последствия своего поступка, которые зависят не от объективных обстоятельств, а от собственного психологического или даже физического состояния. Откладывая «на потом» выполнение неинтересного дела (приготовление уроков, уборку комнаты) и точно рассчитав по времени, что он успеет это сделать позже, подросток тем не менее не учитывает, что потом у него будет еще меньше желания работать, что он устанет или захочет спать.

Часто подросток бывает, намерен поступить, так или иначе, под влиянием владеющего им в данный момент чувства. Например, под влиянием товарищей или минутного сильного впечатления (телевизионной передачи, скажем) подросток принимает решение систематически делать зарядку. Но постепенно эмоция ослабевает, и у подростка, предоставленного самому себе, намерение остается невыполненным. Вот почему так важно поддерживать намерения подростка, вместо того чтобы упрекать его в недостаточной силе воли.

Точно так же добрые намерения могут оказаться невыполненными потому, что силы свои подросток рассчитать не может. Вот он решает добиться хороших отметок по какому-то школьному предмету; быстро это сделать не удастся и его намерение ослабевает. Задача взрослого - помочь ему правильно рассчитать свои силы, распределить время.

Огромное значение имеет формирование таких качеств личности подростка, как чувство долга, ответственности, привычка к систематическому труду, наличие широких познавательных интересов. Очень ценно, чтобы перед подростком уже возникала проблема самоопределения, то есть постепенно складывалось представление о его будущем месте в жизни, устойчивый интерес к какой-либо профессии или какому-либо виду деятельности. Это залог организованности поведения, умения достичь поставленных целей.

Формирование чувства долга, ответственности и вообще всех нравственных чувств начинается очень рано, и в подростковом возрасте эти чувства могут достигать уже достаточно высокого уровня. Но если это не сопровождается выработкой соответствующих нравственных привычек, может выйти так, что, несмотря на все усилия, подросток не может противостоять соблазну поступать так, как ему в данную минуту хочется. Он ведет себя наперекор своим нравственным чувствам, и это заставляет его переживать недовольство самим собой, раскаяние и даже приводит к снижению самооценки. Вот почему так важно обратить внимание на выработку именно привычек нравственного поведения.

Часто подростки понимают задачу воспитать у себя сильную волю довольно своеобразно. Они как бы не замечают проявлений воли в повседневной жизни, не хотят

признать, что и усидчивая работа, и постоянное прилежание также требует воли. Они видят проявление воли преимущественно в героических поступках, совершаемых в каких-то исключительных обстоятельствах. Стремясь воспитать в себе «настоящую» волю, подростки берут как образец героические поступки. И сами упражняются в каких-то поступках, совершаемых в экстремальных условиях. Один рассказывал, что каждый день сидит в жгучей крапиве, «как в засаде», другой несколько раз ночью ходил на кладбище, третий спит на голых досках.

Учитывая такое своеобразное понимание подростками задачи воспитания воли, очень важно вовремя и тактично показать им верный путь, направить их усилия не на изряда вон выходящие упражнения, а на то, чтобы развивать в себе выдержку, организованность, верность слову в повседневных делах и обязанностях.

В VII-VIII классах школы некоторые подростки начинают систематически и целенаправленно заниматься самовоспитанием. Это особенно характерно для мальчиков, в среде которых идеал мужественности становится одним из основных идеалов, порождающих критерии оценок окружающих людей. Подростки любят приключенческие, романтические фильмы и соответствующую литературу, так как именно в них встречаются герои, обладающие нужными качествами мужественности, смелости, характером и силой воли. Подростки пытаются подражать этим героям в жизни, воспроизводя в играх и создаваемых ими ситуациях сцены, прочитанные в книгах или увиденные в фильмах. Это особенно типично для младших подростков в возрасте от 11 до 13 лет.

В старшем подростковом возрасте многие мальчики начинают заниматься саморазвитием у себя необходимых волевых качеств личности. Объектом для подражания для них становятся товарищи, более старшие по возрасту, - юноши и взрослые мужчины. В компаниях с ними подросток принимает участие в делах, требующих проявления воли.

Весьма распространенным среди современных подростков способом развития у себя волевых качеств личности являются занятия видами спорта, связанными с большой физической нагрузкой и риском, такие, где требуются незаурядная сила и мужество. Это - бокс, борьба, тяжелая атлетика, хоккей. Увлекаясь многими видами спортивных занятий вначале ради развития волевых личностных качеств, некоторые подростки затем продолжают заниматься ими же для достижения высоких результатов. Благодаря этому получает дальнейшее развитие мотивация достижения успехов.

Стремление к выработке у себя полезных качеств личности, характерных для взрослых людей одного с ними пола, свойственно не только мальчикам-подросткам, но и девочкам-подросткам. Однако в отличие от мальчиков выработка специфических качеств личности, аналогичных волевым, у девочек идет по иному пути. Для них такими видами деятельности, в которых складываются и закрепляются соответствующие качества, чаще всего являются учение, различные виды занятий искусством, домоводство, а также женские виды спорта. Девочки-подростки особенно стараются преуспеть в учебе, много занимаются теми школьными предметами, где у них что-то не получается.

Описанные полоролевые различия между мальчиками и девочками способствуют тому, что у них вырабатываются настойчивость и работоспособность как раз в таких видах деятельности, которыми им придется заниматься, став взрослыми.

Происходит формирование системы личностных ценностей, которые определяют содержание деятельности подростка, сферу его общения, избирательность отношения к людям, оценки этих людей и самооценку. Старшие подростки начинают интересоваться разными профессиями, у них возникают профессионально ориентированные мечты, т.е. начинается процесс профессионального самоопределения. Однако эта положительная возрастная тенденция характерна далеко не для всех подростков. Многие из них и в более позднем возрасте не задумываются всерьез над своей будущей профессией.

Главная новая черта, появляющаяся в психологии подростка по сравнению с ребенком младшего школьного возраста, - это более высокий уровень самосознания. Вместе с ним возникает отчетливо выраженная потребность правильно оценивать и

использовать имеющиеся возможности, формировать и развивать способности, доводя их до уровня, на котором они находятся у взрослых людей.

Отрочество - как иногда называют подростковый возраст - это время становления подлинной индивидуальности, самостоятельности в учении и в труде. По сравнению с детьми более младшего возраста подростки обнаруживают веру в способность определять и контролировать собственное поведение, свои мысли и чувства. Подростковый возраст - это время обостренного стремления к познанию и оценке самого себя, к формированию целостного, непротиворечивого образа «Я».

Подростковый возраст - это возраст жадного стремления к познанию, возраст кипучей энергии, бурной активности, инициативности, жажды деятельности. Заметное развитие в этот период приобретают волевые черты характера - настойчивость, упорство в достижении цели, умение преодолевать препятствия и трудности. В отличие от младшего школьника, подросток способен не только к отдельным волевым действиям, но и к волевой деятельности. Он часто уже сам ставит перед собой цели, сам планирует их осуществление. Но недостаточность воли сказывается, в частности, в том, что, проявляя настойчивость в одном виде деятельности, подросток может не обнаруживать ее в других видах. Наряду с этим, подростковый возраст характеризуется известной импульсивностью.

Условия формирования морально-волевых качеств у подростков при занятиях физической культурой и спортом

Одним из наиболее эффективных путей формирования морально-волевых качеств является использование средств физического воспитания. К данному выводу можно прийти, вследствие наблюдающихся проблем среди подростков:

- слабое физическое развитие подростков;
- отсутствие интереса к регулярным занятиям физическими упражнениями;
- отсутствие у юношей физической и психологической выносливости;
- отсутствие культа здорового образа жизни.

Актуальность проблемы обусловлена тем, что у части выпускников средних школ оказываются слабо сформированными такие важные личностные качества, как инициативность, выдержка, самостоятельность, смелость, настойчивость, дисциплинированность, коллективизм.

Мощный оздоровительный потенциал физической культуры и спорта дает возможность в формировании морально-волевых качеств подростков и гармонично развитой личности.

Занятия физической культурой и спортом оказывают общее профилактическое воздействие на организм человека, повышают уровень его здоровья.

Физические упражнения на организм подростка оказывают:

- а) психологическое влияние;
- б) физическое влияние.

Занятия физической культурой укрепляют нервную систему, совершенствуют органы чувств, нормализуют вес тела. Другими словами, они положительно содействуют на все системы и органы тела человека. Когда мы двигаемся усиленно, работают все наши мышцы. Чтобы увеличить приток крови к работающим мышцам, активируется работа сердца.

Работы великих физиологов И.М. Сеченева, Н.Е. Введенского, И.П. Павлова, А.А. Ухтомского и их учеников с достаточной полнотой вскрыли механизм влияния движений на сложные жизненные процессы в нашем организме, они указали на отрицательные явления, которые наблюдаются при длительном вынужденном покое. Покой и движение - это два антипода (противоположности) они определяют состояние и характер жизненных процессов в организме, оказывают влияние на интерактивность и особенности работы сердца, легких, пищеварительного тракта, нервной и мышечной систем, обмен веществ.

Систематические физические упражнения успешно разрешают такие задачи, как укрепление здоровья, закаливание организма, всестороннее физическое развитие и особенно развитие выносливости, быстроты и силы, формирование правильных двигательных навыков, которые необходимы для трудовой жизни, для здоровья. Разнообразные физические упражнения не только совершенствуют физическую подготовку учащихся, но и воспитывают эмоционально-волевою сферу. Поэтому сочетание физических нагрузок с психоэмоциональным развитием личности - необходимое условие преподавания физической культуры на современном этапе.

Как уже говорилось, воля - это только обобщенное понятие, за которым скрывается много разных психологических феноменов. Это и сознательное управление своими действиями, и волевое усилие, и специфические его проявления (волевые качества). Надо развивать не абстрактную волю и даже не абстрактную «силу воли», а конкретные компоненты воли и конкретные проявления «силы воли» (волевые качества), причем специфичными для них методами. Непонимание этого приводит, например, к таким весьма странным рекомендациям: «осознание поставленной цели может закалывать проявления «силы воли» (волевые качества), причем специфичными для них методами. Непонимание этого приводит, например, к таким весьма странным рекомендациям: «осознание поставленной цели может закалить волю» или «тренировать волю надо, прежде всего преодолевая свои недостатки (лень, неаккуратность, дурные привычки и т.п.)» [14, с. 120]

Сначала, значит, устраним недостатки, а потом примемся за развитие положительных качеств. А вот еще одна рекомендация того же автора: «Для воспитания воли нужна постоянная, систематическая работа над собой, которую нужно начинать как можно раньше»

Волевые свойства личности формируются в процессе деятельности. Поэтому для развития «силы воли» (волевых качеств) чаще всего предлагается путь, который считается наиболее простым и логичным: если «сила воли» проявляется в преодолении препятствий и трудностей, то и путь ее развития идет через создание ситуаций, требующих такого преодоления.

Имеется определенная последовательность в выработке волевых качеств личности у подростка. Вначале развиваются в основном динамические физические качества. Это - сила, быстрота и скорость реакции. Затем вырабатываются качества, связанные со способностью выдерживать большие и длительные нагрузки: выносливость, выдержка, терпение и настойчивость. Вслед за этим наступает черед формирования более сложных и тонких волевых качеств, таких, например, как концентрация внимания, сосредоточенность, работоспособность.

Воспитательная работа является необходимым условием развития волевой сферы человека. Воспитание чувства коллективизма, ответственного отношения к общему делу создает хорошие предпосылки для волевых проявлений. На значение коллектива и коллективистских настроений в воспитании воли указывали многие психологи: А.В. Веденов (1953, 1957), А.Б. Запорожец (1960), К.Н. Корнилов (1957), В.А. Крутецкий (1957) и др. Во многих исследованиях, например, установлено, что групповой (командный) соревновательный мотив стимулирует проявление силы воли в большей мере, чем индивидуальный. Обращение педагогов, тренеров, товарищей к моральным и нравственным чувствам человека увеличивает его смелость и решительность.

Таким образом, при воспитании человека и его морально-волевой подготовке в первую очередь необходимо заботиться о формировании целостной личности, у которой хорошо развиты те мотивы, которые имеют общественную направленность.

Формирование морального компонента воли помогает проявлять волевое усилие в любой ситуации, независимо от ее специфики. Он не только стимулирует силу воли, но и определяет смысл ее проявления. Задача воспитания состоит в том, чтобы придать волевым усилиям такую направленность, которая позволяет человеку, по словам И.М. Сеченова, совершить нравственный подвиг. Тогда и сами преодолеваемые человеком трудности получают другой эмоциональный оттенок: человек начинает испытывать «приятную усталость», «упоение опасностью» и другие эмоции, которые становятся амбивалентными, т.е. отражают два, казалось бы, противоположных переживания. При этом необходимо формировать волевые умения: приемы самоубеждения, самоободрения, самоприказа.