

УДК 796:159.9

## ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ РУКОВОДСТВО САМОРАЗВИТИЕМ ЛИЧНОСТИ ЮНОГО СПОРТСМЕНА

*Махмутгири Атуевич Эльмурзаев, кандидат педагогических наук, доцент,  
Национальный минерально-сырьевой университет «Горный», Санкт-Петербург,*

*Абу Абдулхамидович Батукаев, кандидат педагогических наук, доцент,  
Чеченский государственный педагогический институт, Грозный*

### Аннотация

В статье представлены результаты теоретического обоснования и уточнения понятия «саморазвитие», как компонента общего развития личности. Уточняется компонентный состав понятия «саморазвитие», роль физической культуры и ее вида – физической рекреации в стимуляции личности к саморазвитию. Рассматриваются проблемы психолого-педагогического руководства саморазвитием юного спортсмена.

**Ключевые слова:** саморазвитие, самопознание, самооценка, физическая рекреация.

DOI: 10.5930/issn.1994-4683.2014.10.116.p220-225

## PSYCHOLOGICALLY-PEDAGOGICAL MANAGEMENT OF SELF-DEVELOPMENT OF THE YOUNG ATHLETE

*Mahmutgiri Atuevich Elmurzaev, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer,  
National University of mineral resources "Gorniy", St. Petersburg,*

*Abu Abdulhamidovich Batukaev, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer,  
Chechen State Pedagogical Institute, Grozny*

### Annotation

The article presents the results of the theoretical study and clarification of the concept of "self-development" as a component of the overall development of personality. Component composition of the concept of "self-development" is clarified, as is the role of the physical education and its types – physical recreation in the stimulation of the individual to self-development. The problems of psychological and pedagogical management of self-development of the young athlete.

**Keywords:** self-development, self-knowledge, self-esteem, physical recreation.

## ВВЕДЕНИЕ

Проблема развития личности занимает одно из центральных мест в гуманистической науке, которая по праву считается одной из актуальных и наиболее интенсивно развивающейся науки о человеке. Традиционно проблема развития человека изучается в биологическом аспекте, как физически и функционально развивается человек и в меньшей степени уделяется внимание социальным и психологическим проблемам развития. Имеющиеся данные отличаются противоречивостью исследовательских подходов, разнообразием используемых методов, получаемых результатов, что объясняется недостаточной разработкой единой методологии исследования.

В исследовании представлена попытка теоретического обоснования и уточнения некоторых положений саморазвития личности, которое рассматривается одним из важных компонентов общего её развития. Проанализированы различные подходы к определению понятия саморазвитие, его структурные компоненты. Рассматриваются также педагогические аспекты формирования у личности постоянной потребности к саморазвитию средствами физической культуры. Предполагалось, что развитие способности к саморазвитию служит показателем эффективности деятельности человека в повседневной жизни, и конкретно – в спортивной деятельности. Предпринята попытка выделить неко-

торые педагогические пути формирования у юношей постоянной потребности к саморазвитию средствами физической культуры.

### ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Исследование проблемы саморазвития личности юного спортсмена требует уточнения самого понятия «саморазвитие», ибо в разных источниках приводятся разные его определения. В самом общем смысле слова под саморазвитием понимается некая область объективной реальности, которая определяется сознательным стремлением личности изменить или сохранить своё «Я», физическую и социальную индивидуальность, проявить свои способности.

В современных научных исследованиях проблема развития и ее структурного компонента – саморазвития личности, является предметом изучения многих наук. Философия рассматривает развитие как естественный процесс биологического и социального становления человека, способного к управлению собой, своим развитием. Педагогика в самом общем смысле рассматривает развитие личности с точки зрения формирования у личности желательных для общества качеств и свойств. Этот процесс должен быть педагогически управляем с самого раннего возраста, и происходить под контролем взрослых, педагогов. Важной задачей педагогов является также формирование у личности устойчивой потребности к саморазвитию, самосовершенствованию, как важнейших компонентов общего развития личности, формирования навыков саморазвития. Этика анализирует содержание саморазвития в соответствии с нравственно-моральными нормами, принятыми в обществе.

Особое место в проблеме саморазвития личности принадлежит психологической науке. Такой подход отнюдь не случаен. Саморазвитие предполагает обращенность к субъекту саморазвития, его индивидуальности, внутреннему «Я». Индивидуальность, как совокупность характерных особенностей индивида, позволяет отличать одного индивида от другого, выделяет его окружающего мира. Она включает индивидуальный опыт, индивидуальные свойства и качества, способности, продуктивность жизнедеятельности и представляет собой важную психологическую категорию. Если психическое развитие происходит преимущественно естественным путем в ходе онтогенеза или за счет целесобразных педагогических воздействий на психику человека, то психологическое саморазвитие является прерогативой его самого [1].

Основная трудность исследования проблемы саморазвития заключается в том, что данная проблема относится к разным социальным и демографическим группам, индивидам с разными психологическими особенностями. Соответственно, отношение индивидов к своему саморазвитию различно, и разные индивиды не в равной мере владеют навыками саморазвития и самоуправления.

Проблема саморазвития включает две тесно взаимосвязанных, но различных сторон. Первая из них (теоретическая) предстает как система признаков, понятий, сущность и содержание, т.е. содержит основные знания о саморазвитии как некоей области объективной реальности. Вторая сторона представляет собой процесс получения этого знания, выделение компонентного состава саморазвития, знания о путях его формирования и реализации на практике. В совокупности эти две стороны образуют методологию исследования проблемы саморазвития. Используя данный методологический подход, рассмотрим некоторые теоретические аспекты саморазвития личности юного спортсмена.

В настоящее время выделяется два основных направления педагогического руководства саморазвитием личности. Одно из них базируется на изменении внутренней самости индивида. При этом существуют различные точки зрения относительно структурного построения психологического саморазвития личности. В одних случаях делается акцент на мотивационных компонентах личности, других – когнитивных процессах, третьих – особенностях проявления психических состояний или черт характера, четвертых –

уровне физического развития и подготовленности, функциональных возможностях и др. Другой путь основывается на изучении способов, средств и путей саморазвития личности. Содержательный, компонентный состав саморазвития состоит из процессов самознания, самопознания, самооценки, способности саморегуляции своих действий и поведения. Важным компонентом саморазвития является стремление юного человека к осознанию его значимости для будущей профессиональной и спортивной деятельности, личной жизни [3].

Индивидуальное своеобразие содержания саморазвития личности определяется образом ее жизни не непосредственно, а опосредованно, через психологический стиль жизни. Индивиды с разными психологическими стилями жизни могут по-разному планировать и регулировать свое саморазвитие. Следует также различать саморазвитие человека на уровне его психики и на уровне личности. На уровне психики оно означает развитие психических процессов индивида. Психология развития личности это, прежде всего, развитие социальных качеств, взаимосвязей и взаимоотношений с другими людьми.

Саморазвитие юного спортсмена неизбежно предполагает педагогическое руководство процессом его саморазвития. Если физическое развитие преимущественно происходит за счет естественных изменений в организме индивида, то физическое саморазвитие осуществляется за счет деятельности самого субъекта деятельности. Традиционная система физического воспитания в учебных заведениях, использующая стандартные методы педагогического воздействия и, как правило, рассчитанные на формирование двигательных качеств и физическое развитие обучающихся не позволяет уделять должного внимания им индивидуальным особенностям, стимулировать к саморазвитию, «работе над собой». В результате процесс саморазвития выпадает из-под контроля педагогов, совершается стихийно, что может приводить к односторонним, поверхностным, неадекватным формам саморазвития. Каждый индивид в любом возрасте ищет те формы жизнедеятельности, которые приемлемы именно для него, где они могут проявить свою индивидуальность.

Остро стоит проблема подготовки профессиональных педагогических кадров, занимающихся саморазвитием юных спортсменов. В Государственных образовательных стандартах высших учебных заведений учебной дисциплины по саморазвитию личности не предусмотрено или, в лучшем случае, курс читается факультативно, в сфере дополнительного образования. Предполагается, что каждый юный спортсмен овладевает навыками саморазвития и самоуправления преимущественно самостоятельно и не требует педагогического руководства. В этой связи справедливо звучит утверждение Г.А. Цукерман, что если мы не сможем сейчас же строить свои педагогические замыслы в логику развития субъективности, то создадим подобную нелепицу: будем саморазвивать индивида. Переход от установки педагогического руководства саморазвитием личности к педагогической ценности ее саморазвития – формула новой, зарождающейся сегодня педагогики. Задача педагогов, тренеров и заключается в оказании помощи юному спортсмену в постановке целей саморазвития, поиске средств и способов его осуществления [7].

Конкретными задачами психолого-педагогического руководства саморазвитием сводятся к повышению самооценки у юного спортсмена, развитие его коммуникативных способностей, приобретение позитивного жизненного и спортивного опыта. Важным компонентом педагогического руководства служит предоставление юному спортсмену как можно большего объема информации о значении саморазвития для дальнейшей спортивной карьеры. Особая роль в саморазвитии личности юного спортсмена отводится физической культуре. Быть физически сильным, здоровым – естественная возрастная потребность юноши и стимулирует его к саморазвитию. Но, как отмечает В.И. Столяров, само понятие «физическая культура», как социального явления, носит чрезвычайно широкий, неопределенный характер, и рассматривается на уровне теоретических рассуждений. Физическая культура в практической деятельности объективируется посредством

своих видов – физического воспитания, спорта, физической рекреации и лечебной физической культуры. В настоящее время все более отчетливо выделяется и такой специфический вид физической культуры, как адаптивная физическая культура, имеющая особую значимость для лиц с ограниченными физическими возможностями [6].

Каждый вид физической культуры имеет свою определенную цель функционирования в обществе, свою специфическую направленность. Специфика физического воспитания, например, заключена в том, социально обусловленное педагогическое воздействие направлено главным образом на оптимизацию биологических процессов, совершающихся в организме человека, физическое развитие, приобретение молодым человеком основных жизненно необходимых двигательных качеств. Недостаточно изучена роль физической рекреации в саморазвитии личности юного спортсмена – наиболее доступного и привлекательного вида физической культуры. Современные исследования отличаются множеством определений понятия «физическая рекреация», разнообразием исследовательских подходов, а получаемые результаты отличаются противоречивостью и трудно поддаются какому-либо анализу и обобщению.

Наиболее распространенным понятием физической рекреации служит понятие, разрабатываемое В.М. Выдриным. Автор приводит следующее её определение. Физическая рекреация – органическая и имманентная часть физической культуры, совокупность свободной нерегламентированной двигательной деятельности, направленной в конечном счете на обеспечение оптимального физического состояния человека, способствующего нормальному функционированию его организма в конкретных условиях жизни [2].

В приведенном определении физической рекреации, при всем его широко цитируемом в научных исследованиях, отражена лишь биологическая сторона данного социального явления. Физическая рекреация не бывает вызвана острой физической необходимостью, восстановлением и укреплением здоровья. В современных исследованиях физическая рекреация рассматривается значительно шире – как самостоятельный вид отдыха, развлечения, организации досуга, удовлетворения физических, психических, социальных и духовных потребностей индивида, социокультурного развития личности.

Специфической функцией физической рекреации служит гедонистическая функция-получение удовольствия от процесса и результатов спортивных занятий, формирование оптимального психофизического состояния, достижение состояния удовлетворенности от спортивных занятий. Указанные факторы физической рекреации привлекательны для юных спортсменов, отвечают возрастным особенностям их развития и стимулируют к активным занятиям саморазвитием, самосовершенствованием.

Поскольку физическая рекреация рассматривается видом физической культуры и общей рекреации, а последние функционируют в обществе посредством деятельности человека, то обозначения процесса физической рекреации правомерно использовать термин «физкультурно-рекреационная деятельность. Если двигательная активность представляет собой динамическую характеристику субъекта, то двигательная деятельность отражает включенность субъекта в социокультурное пространство, т.е. подчеркивается тесная связь саморазвития с общечеловеческой культурой. Физкультурно-рекреационной деятельностью в аспекте саморазвития личности заключается:

- в разработке новых социально-психологических новообразований личности юного спортсмена путем самообразования.
- в формировании установки на преобразование личностью самого себя, ломке старых, негативных стереотипов поведения, привычек.
- в поддержании целостности и стабильности своего «Я».
- в формировании рекреационной физической культуры личности.

Частными задачами педагогического руководства саморазвитием молодого человека является повышения уровня их самооценки, развитие коммуникативных качеств, формирование оптимального социального самочувствия и удовлетворенности своей

спортивной карьерой [4].

В настоящее время интенсивно разрабатывается такое обобщающее направление исследования проблемы саморазвития, как формирование рекреационной культуры личности. Рекреационная физическая культура личности может быть определена как потребность и стремление индивида к максимальному саморазвитию и самосовершенствованию на основе использования средств физической культуры и общей рекреации. Она включает культуру физического, психологического, духовного и социального здоровья индивида и условия его формирования. Результативный эффект формирования рекреационной физической культуры личности проявляется в субъективно воспринимаемом субъектом общего состояния здоровья, обеспечивающего социальный комфорт, удовлетворенность жизнью, состояния субъективного благополучия и внутренней гармонии. По своей сути, саморазвитие в данном случае выступает важным средством здорового образа жизни личности [5].

Одной из задач проведенного исследования было посвящено изучению используемых юными спортсменами средств и способов своего саморазвития. Исследование показало чрезвычайное многообразие выделяемых средств и способов саморазвития. Главным же вектором среди всех выделяемых средств саморазвития выступает волевое усилие юношей в преодолении препятствий различной степени трудностей, как в спортивной деятельности, так и в жизненных ситуациях.

Следует выделить особую роль физической рекреации в социокультурном саморазвитии юного спортсмена. Природное (биологическое) – один из аспектов саморазвития, а способом, средством конструирования содержания саморазвития служит культура. Сама логика развития знаний о саморазвитии диктует необходимость его рассматривать не только в аспекте биологической ориентации, но и ориентации социокультурной. Быть здоровым – значить иметь возможность самореализовываться, а это определяется не столько биологическими факторами, сколько социокультурными факторами. Социокультурный аспект проблемы саморазвития – относительно новое и актуальное направление в ее исследовании, но данному аспекту саморазвития в научных исследованиях еще не уделяется должного внимания [8].

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Саморазвитие является способом, процессом и результатом преобразования природной и социальной сущности человека. Оно позволяет человеку быть многомерным, целостным и создает реальные предпосылки для реализации своей индивидуальности, самобытности во всех их проявлениях. Но в общественном и личном сознании проблема саморазвития личности еще не приобрела статуса личностно-общественной значимости.

## ЛИТЕРАТУРА

1. Анциферова, Л.И. Психология личности как развивающейся системы / Л.И. Анциферова // Психология формирования и развития личности. – М. : Наука, 1981. – С. 3-19.
2. Выдрин, В.М. Физическая рекреация – вид физической культуры / В.М. Выдрин, А.Д. Джумаев // Теория и практика физической культуры. – 1989. – № 3. – С. 2-4.
3. Коростылева, Л.А. Проблема самореализации личности в системе наук о человеке / Л.А. Коростылева // Психологические проблемы самореализации личности / С.-Петерб. гос. ун-т. – СПб. : Изд-во СПбГУ, 1997. – С. 3-19.
4. Реховская, С.Н. Физическая рекреация как фактор самореализации личности : автореф. дис. ... канд. психол. наук / Реховская С.Н. – СПб., 2007. – 22 с.
5. Рыжкин, Ю.Е. Психологическое развитие личности в условиях физкультурной деятельности / Ю.Е. Рыжкин // Научно-технический сборник ВИФК. – 2008. – Вып. 5. – С. 3-8.
6. Столяров, В.И. Понятийный кризис в науках о физической культуре и спорте: показатели, причины и пути преодоления / В.И. Столяров // Теория и практика физической культуры. – 2007. – № 12. – С. 59-62.
7. Цукерман, Г.А. Психология саморазвития: задачи для подростков и их педагогов /

Г.А. Цукерман. – Рига : ПЦ «Эксперимент», 1995. – 239 с.

8. Эльмурзаев, М.А. Социокультурный потенциал физической рекреации / М.А. Эльмурзаев // Теория и практика физической культуры. –2014. – № 2. – С. 52.

#### REFERENCES

1. Antsiferova, L.I. (1981), “Psychology of the personality as the developing system”, *Psychology of formation and development of the personality*, Science, Moscow, pp. 3-19.

2. Vydrin, B.M. and Dzhumayev, A.D. (1989), “Physical recreation – a type of physical culture”, *Theory and practice of physical culture*, No. 3, pp. 2-4.

3. Korostyleva, L.A. (1997), “Problem of self-realization of the personality in system of sciences about person”, *Psychological problems of self-realization of the personality*, Publishing house of St. Petersburg State University, St. Petersburg, pp. 3-19.

4. Rekhovskaya, C.H. (2007), *Physical recreation as factor of self-realization of the personality*, dissertation, St. Petersburg.

5. Ryzhkin, Yu.E. (2008), “Psychological development of the personality in the conditions of sports activity”, *Scientific and technical collection of VIFK*, Issue 5, pp. 3-8.

6. Stolyarov, V. I. (2007), “Conceptual crisis in sciences about physical culture and sport: indicators, reasons and ways of overcoming”, *Theory and practice of physical culture*, No. 12, pp. 59-62.

7. Zuckerman, G. A. (1995), *Self-development Psychology: tasks for teenager and their teachers*, publishing house PC "Experiment", Riga.

8. Elmurzayev, M.A. (2014), “Sociocultural potential of a physical recreation”, *Theory and practice of physical culture*, No. 2, pp. 52.

**Контактная информация:** m.a.08@mail.ru

*Статья поступила в редакцию 26.10.2014.*