

таких форм образовательной деятельности (групповые дискуссии, психологические тренинги, деловые игры), которые позволяли бы общаться, взаимодействовать и взаимосодействовать руководителям различного ранга. Это позволит участнику процесса почувствовать не только начальником, но и подчинённым, что в конечном итоге создать среду, позволяющую оценить свои достоинства и недостатки, отражение которых в своём внутреннем «Я», потребуют их переоценки, и будут стимулировать к дальнейшему саморазвитию.

Таким образом на основании вышесказанного, саморазвитие руководителя ОВД можно охарактеризовать как, осознанный процесс сознательного целенаправленного «Я»развития как руководителя, содержание которого составляет самостоятельное усвоение новых знаний в конкретной сфере практической деятельности, саморазвитие профессионально важных качеств, формирование у себя целостных компетенций, обеспечивающих успешность в решении поставленных задач.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Анциферова, Л.И. Психологические закономерности развития личности взрослого человека и проблема непрерывного образования // Психол. журнал. – 1988. – Т. 1. – № 2. – С. 52-60.
2. [http://www.elitarium.ru/2008/06/28/uslovija\\_samorazvitija.html](http://www.elitarium.ru/2008/06/28/uslovija_samorazvitija.html) [доступ 03.04.2011].
3. Кулюткин, Ю.Н. Образование взрослых : социально-психологические проблемы, поиски, решения. Т. 3, кн. 1 / Ю.Н. Кулюткин ; под ред. проф. Г.С. Сузобской. – СПб. : Изд-во ИОВ РАО, 2000. – 184 с.

**Контактная информация:** stangorelov@yandex.ru

УДК 796.42

### **ИССЛЕДОВАНИЕ ЦЕННОСТНЫХ ОРИЕНТАЦИЙ ЮНЫХ ЛЕГКОАТЛЕТОВ НА ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЕ В ПРОЦЕССЕ НАЧАЛЬНОЙ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ**

*Николай Михайлович Горохов, кандидат педагогических наук, профессор,  
Челябинский государственный педагогический университет (ЧГПУ)*

#### **Аннотация**

Во время спортивного совершенствования происходит изменение ценностных ориентаций юных легкоатлетов. На начальном этапе специализации они характеризуются желанием достичь спортивного успеха, актуализирующимися потребностями в здоровьесбережении в результате воспитательных воздействий педагога-тренера. Задача заключается в выявлении основных педагогических условий эффективного формирования ценностных ориентаций на здоровьесбережение юных легкоатлетов.

**Ключевые слова:** здоровьесбережение, тренировочный процесс, ценностные ориентации, юные спортсмены-легкоатлеты.

### **ANALYSIS OF THE HEALTH PRESERVATION VALUABLE ORIENTATIONS OF YOUNG TRACK&FIELD ATHLETES DURING THE PRIMARY SPORTS TRAININGS**

*Nikolay Mihajlovich Gorokhov, candidate of pedagogical sciences, professor,  
Chelyabinsk State Pedagogical University*

#### **Annotation**

The valuable orientations of young track&field athletes undergo the essential changes during the sports perfection period. At the initial stage of sports specialization, they are clearly defined by the ex-

pressed needs for the achievement of the sports success, actualized needs in health preservation as a result of the educational influences of a teacher-coach. The problem is to find out the pedagogical conditions of efficient valuable orientations formation directed at health preservation of young track&field athletes.

**Keywords:** health saving, training process, valuable orientations, young track&field athletes.

Ценностные ориентации спортсменов-легкоатлетов подвержены значительным изменениям на протяжении всего тренировочного процесса [3]. На первом этапе спортивной специализации они определяются стремлением к достижению спортивного успеха, потребностями в здоровьесбережении, которые возникают в результате планомерной работы тренера, чьей главной задачей должно стать сохранение здоровья, как у спортсменов любителей, так и в процессе профессиональной спортивной деятельности воспитанников.

Основными условиями эффективного формирования ценностных ориентаций на здоровьесбережение юных спортсменов-легкоатлетов являются:

1. Направленность педагогического процесса на развитие потребностей и мотиваций занимающихся на освоение средств здоровьесбережения, имеющихся в арсенале легкой атлетики. [1]

2. Развитие индивидуальных приемов самодиагностики и коррекции нравственного самосознания и поступков.

3. Ориентация на самостоятельное совершенствование физических возможностей и духовного потенциала средствами легкой атлетики.

4. Педагогический и медико-биологический мониторинг развития психических, физических качеств и духовно-нравственной основы здоровья спортсмена-легкоатлета.

Организация и содержание тренировочного процесса и соревновательной деятельности спортсменов-легкоатлетов в рамках рассмотренных педагогических условий обеспечивают его целенаправленность, без которой педагогический процесс тренировки превращается в физический тренинг с суженным диапазоном решаемых задач.[2]

#### МЕТОДИКА ИССЛЕДОВАНИЯ

Дифференцированная оценка изменения потребностей спортсменов-легкоатлетов в процессе специализированных занятий избранным видом спорта и мотиваций к здоровьесбережению в процессе занятий физическими упражнениями производилась нами на основе анализа результатов анкетного опроса по выяснению ценностных ориентаций личности (ЦОЛ). В сфере специализированных занятий избранным видом легкоатлетических метаний они определялись по модифицированной методике В.А. Ядова. [4] Каждому спортсмену предлагалось ответить на 32 вопроса абсолютным согласием (а), неопределенным (б) или отрицательным высказыванием (в) на поставленный вопрос. Процедура проведения опроса предварялась ознакомлением спортсменов с «Инструкцией заполнения опросных листов». Если возникали вопросы по технике заполнения бланков, проводилось дополнительное инструктирование. Убедившись в том, что все спортсмены поняли поставленную перед ними задачу, мы просили их указать в соответствующих графах бланка фамилию, имя и дату опроса.

#### РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Целенаправленное формирование ценностных ориентаций на углубленную тренировку в избранном виде легкоатлетических метаний сопровождалось в экспериментальной группе (ЭГ) спортсменов-метателей существенным приростом показателей в оценочно-мотивационном и реально-деятельностном компонентах ценностных ориентаций. На завершающем этапе формирующего эксперимента ценностный выбор по этим категориям приблизился к максимуму (максимальное количество баллов по каждому компоненту ценностного выбора – 8, табл. 1).

Таблица 1

**Изменение показателей сформированности ценностных ориентаций в сфере специализированных занятий спортом и в сфере здоровьесбережения у юных легкоатлетов-метателей диска экспериментальной и контрольной группы в процессе формирующего эксперимента ( $M \pm m$ )**

№ п/п	Показатели	Начало		Окончание	
		ЭГ, n=26	КГ, n=28	ЭГ, n=26	КГ, n=28
<b>Ценностные компоненты спортивного совершенствования</b>					
1.	Информационно-познавательный компонент ЦОЛ в сфере спортивной специализации	6,2±0,31	6,4±0,43	7,4±0,21	6,8±0,36
2	Оценочно-мотивационный компонент ЦОЛ в сфере спортивной специализации	5,9±0,26	6,1±0,51	7,6±0,39	6,9*±0,27
3	Потенциально-деятельностный компонент ЦОЛ в сфере спортивной специализации	6,4±0,36	6,7±0,42	7,5±0,27	6,9±0,41
4	Реально-деятельностный компонент ЦОЛ в сфере спортивной специализации	5,4±0,37	5,2±0,42	7,9±0,36	6,2*±0,24
<b>Ценностные компоненты здоровьесбережения</b>					
5	Информационно-познавательный	5,7±0,41	5,6±0,71	7,6±0,29	6,4*±0,26
6	Оценочно-мотивационный	6,0±0,34	5,9±0,64	7,9±0,41	6,7*±0,44
7	Потенциально-деятельностный	5,3±0,26	5,4±0,35	7,2±0,51	7,0±0,51
8	Реально-деятельностный	5,8±0,31	5,7±0,26	7,6±0,39	6,1*±0,19

\*-статистически достоверные межгрупповые различия (при  $p < 0,05$ )

Результаты анкетирования по выяснению ценностных ориентаций юных спортсменов на углубленную спортивную специализацию в избранном виде легкоатлетических метаний показывают, что в целом уровень ценностных предпочтений специализированных занятий спортом на этапе перехода к углубленной тренировке существенно возрос как в ЭГ, так и в контрольной группе (КГ). При этом удалось выделить три группы юных спортсменов с разной выраженностью ценностных предпочтений.

Первую группу юных спортсменов отличают:

- разновидность механизма дифференциации ценностей, жизненных целей, их деление на главные и второстепенные;
- умение дифференцировать - ценности, отделять главные от второстепенных;
- устойчивый характер личностных ценностных предпочтений; -
- деловая активность и увлеченность специализированными занятиями спортом.

Ко второй группе были отнесены юные спортсмены, у которых:

- умение дифференцировать ценности только складывается;
- наблюдается явная гедонистическая направленность в ценностных предпочтениях;

- ослаблена ориентация на целенаправленные занятия избранным видом спорта.

Третью группу составляют юные спортсмены, у которых:

- не сложился механизм дифференциации ценностей;
- просматривается недостаточная личностная зрелость;
- отдается предпочтение занятиям физическими упражнениями с развлекательными целями как средству смены деятельности.

Результаты наших исследований свидетельствуют о том, что выраженные ценностные предпочтения на занятия специализированными видами физических упражнений были отмечены до начала эксперимента у 307% юных спортсменов ЭГ и 214% – КГ. К окончанию второго года формирующего эксперимента их число возросло в ЭГ до 50%. В КГ эти величины составляли 21,4 и 28,5% ( $p > 0,05$ ). Положительные, но недостаточно четкие ориентиры на специализированные занятия до начала эксперимента были отмечены у 38,4% юных спортсменов ЭГ и 39,7% – КГ. К концу эксперимента существенных

изменений в этой группе не произошло. Число спортсменов ЭГ с неопределенностью ценностных ориентаций уменьшилось с 30,9 до 15,4%. В КГ число юных спортсменов с неопределенными ценностными ориентациями составило 28,7%. Различие с исходными данными оказалось статистически недостоверным ( $p > 0,05$ ).

Анализ динамики показателей развития физических качеств юных спортсменов ЭГ и КГ показывает, что за период проведения формирующего эксперимента в ЭГ наблюдались сдвиги показателей, существенно превышающие изменения, наблюдавшиеся в КГ юных легкоатлетов (табл. 2).

Таблица 2

**Изменение ценностных ориентаций у легкоатлетов на специализированную тренировку в избранном виде легкоатлетических метаний (в % от общего числа спортсменов экспериментальной и контрольной группы)**

Группы	Ценностные ориентации на углубленную тренировку в избранном виде спорта	ЭГ, n=26			КГ, n=28		
		Начало	Окончание	p	Начало	Окончание	p
Первая группа	Отчетливо выраженные, положительные	30,7	50,0	<0,01	21,4	28,5	>0,01
Вторая группа	Преимущественно положительные, нечетко дифференцированные	38,4	34,6	>0,05	39,3	42,8	>0,05
Третья группа	Неопределенность ценностных ориентаций	30,9	15,4	<0,01	39,3	28,7	>0,05

Анализ результатов исследования ценностных ориентаций показывает, что в процессе развития тренированности у спортсменов-легкоатлетов наблюдались существенные изменения в ценностных предпочтениях: от притязаний на лидерство на начальных этапах к укреплению и сохранению здоровья при повышении уровня физической подготовленности. При этом у легкоатлетов-метателей ЭГ существенно повысился интерес к информации о содержании здоровьесбережения в процессе тренировочных занятий. Это, на наш взгляд, является свидетельством не только роста интереса к самому процессу сохранения здоровья в процессе тренировочных занятий, но и стремления проникнуть в существо проблемы: выяснить, какими способами, средствами можно добиться максимально-го эффекта здоровьесбережения.

**ЛИТЕРАТУРА**

1. Горбунов, Н.А. Модели развития мастерства и личности спортсменов высокой квалификации // Психологическое обеспечение подготовки спортсменов. – Алма-Ата, 1997. – С. 14-22.
2. Маслоу, А.Г. Мотивация и личность : [пер. с англ.] / Абрахам Г. Маслоу. – СПб. : Евразия, 2001. – 477 с.
3. Стоунс, Е. Психопедагогика, психологическая теория и практика обучения / Е. Стоунс. – Букинистическое издание. Издательство: Педагогика, 1984. – 470 с.
4. Ядов, В.А. Стратегия социологического исследования: описание, объяснение, понимание социальной реальности : учебник для вузов / В.А. Ядов ; Ин-т социологии РАН. – М. : Добросвет, 1998. – 596 с.

**Контактная информация:** petruhinaiv@cspu.ru