

УДК 007.79

Ходеев Дмитрий Александрович, старший преподаватель

Белгородский Государственный

национальный исследовательский университет

Россия, г. Москва

Феофанов А.А.

студент

2 курс, факультет «Клиническая психология»

Белгородский Государственный

национальный исследовательский университет

СПОРТ КАК ОДИН ИЗ ФАКТОРОВ ФОРМИРОВАНИЯ ЛИДЕРСКИХ СПОСОБНОСТЕЙ ПОДРОСТКОВ

Аннотация: В статье рассматриваются методы и организация исследования, разработка комплекса упражнений, направленного на повышение специальной физической подготовленности в соревновательный период

Ключевые слова: Физкультура, упражнения, спорт, соревнования, подготовка

Annotation In the article scientific methods and organizational research, development of complex exercises aimed at increasing preliminary physical fitness during the competitive period

Key words: Physical education, exercises, sports, competitions, preparation

ВВЕДЕНИЕ

Жизнь в современном мире требует от человека способности адаптироваться к сложным, динамичным и быстро меняющимся условиям. Одним из ключевых качеств, способствующих успешной адаптации, являются лидерские способности. Развитие таких качеств, как активность, творчество,

уверенность в себе, выносливость, решительность и оптимизм, играет важную роль в интеграции человека в современное общество.

Изучение лидерства среди подростков особенно важно, поскольку именно в этом возрасте закладываются основы лидерского потенциала, который проявляется в взрослой жизни. Вопрос о том, являются ли лидерские качества и способности врожденными или приобретаются в процессе жизни, остается предметом дискуссии среди специалистов. Множество ученых, включая Г.К.Ашина, А.В.Петровского, А.П.Панкрухина и других, обращают внимание на психологические аспекты лидерства, включая его формирование и развитие.

Факторы, влияющие на формирование и развитие лидерских способностей, включают в себя особенности семейного воспитания, среду общения и занятия в спортивных организациях. Цель настоящего исследования состоит в изучении связи между занятиями спортом и развитием лидерских качеств у подростков. Объектом исследования являются лидерские качества подростка, а предметом исследования — влияние спорта на развитие этих качеств.

Исходя из этого, основной гипотезой нашего исследования является следующее: существуют существенные различия в уровне выраженности лидерских качеств у подростков, занимающихся спортом, по сравнению с теми, кто не занимается. Конкретизируя:

1. Подростки, занимающиеся или занимавшиеся спортом, обладают более сильными лидерскими способностями, чем те, кто не занимается спортом.

2. Подростки, не увлекающиеся спортом, имеют более слабую выраженность лидерских способностей по сравнению с теми, кто занимается спортом. Цель и гипотеза нашего исследования определяют широкий круг теоретических и эмпирических задач:

- Анализ литературы по лидерским качествам и влиянию спорта на формирование личности подростка;
- Планирование исследования;
- Проведение выбранной методики;
- Обработка и анализ полученных результатов с применением методов математической статистики;
- Формулирование выводов и разработка рекомендаций.

ГЛАВА 1. ЛИДЕРСКИЕ КАЧЕСТВА В СТРУКТУРЕ ЛИЧНОСТИ ПОДРОСТКА

В период подросткового возраста закладываются ключевые аспекты личности человека, включая уважение к себе, самооценку, способы взаимоотношений и манеру взаимодействия с окружающими. Эти аспекты играют решающую роль в самореализации, карьере и общем уровне счастья в жизни. В наше время для успешной самореализации необходимо обладать такими качествами, как коммуникативные навыки, умение адаптироваться к различным ситуациям и способность встраиваться в коллектив. Среди таких качеств выделяются и лидерские способности.

Понятие лидерства не имеет однозначного определения. Можно сказать, что лидерство является результатом внутригруппового развития, где каждый член группы вносит свой вклад. Лидером считается член группы с высоким статусом, соблюдающий нормы и ценности группы, а также принимающий на себя большую ответственность за достижение общих целей. Лидерство также предполагает умение управлять своей жизнью.

В рамках дальнейших исследований было установлено, что в каждой группе, включая подростковые коллективы, присутствуют как минимум два типа лидеров: эмоциональный и инструментальный. Кроме того, существует различие между "формальным" и "неформальным" лидерством. Первое связано с официальными назначениями руководителей, в то время как второе

основано на личных отношениях в группе. Подростковый коллектив может столкнуться с конфликтом между официальным и неофициальным лидерами, поскольку не всегда официальный лидер считается наиболее авторитетным.

На протяжении многих лет ученые стремились выделить основные характеристики лидерства. Большинство теорий, представленных А.П. Панкрухиным, Е. Жариковым, Е. Крушельницким, Р. Столдиллом, Р. Бейлсом и другими, сосредотачиваются на определенных качествах, которыми должен обладать лидер.

Человеческая способность к лидерству в значительной степени зависит от уровня развития организаторских и коммуникативных способностей. Какие характеристики личности должны присутствовать у настоящего лидера? По мнению Е. Жарикова и Е. Крушельницкого, среди таких признаков могут быть следующие:

- Воля и способность преодолевать препятствия на пути к цели.
- Настойчивость и умение рисковать разумно.
- Инициативность и предпочтение независимой работы без постоянного контроля.
- Психическая устойчивость и отсутствие склонности к нереальным идеям.
- Гибкость в адаптации к новым условиям и требованиям.
- Способность к самокритике и объективной оценке как своих успехов, так и неудач.
- Высокие стандарты для себя и других, умение требовать отчетности за выполненную работу.
- Критическое мышление и способность видеть слабые стороны в заманчивых предложениях.
- Надежность и способность держать слово.
- Выносливость и способность работать даже в условиях нагрузок.

- Открытость к новому и склонность к решению нетрадиционных задач оригинальными методами.
- Устойчивость к стрессу и способность сохранять самообладание и работоспособность в экстремальных ситуациях.
- Оптимизм и умение рассматривать трудности как временные и преодолимые препятствия.
- Решительность и способность принимать решения самостоятельно и вовремя, а также брать на себя ответственность в критических ситуациях.
- Гибкость в адаптации стиля поведения в зависимости от контекста, включая способность как требовать, так и поддерживать.

Фрэнк Карделл также выделяет ряд качеств и привычек, которые могут препятствовать подростку и взрослому в достижении лидерских позиций:

- Низкая самооценка и отсутствие уважения к себе.
- Склонность к обману, отговоркам и оправданиям.
- Недостаточное использование воображения.
- Пренебрежение собственным творческим потенциалом.
- Потребность всегда быть правым.
- Недостаток коммуникативных навыков, включая неумение слушать и говорить.
- Недостаток обязательности.
- Боязнь риска и другие.

Широко распространено мнение, что не каждый обладает врожденными лидерскими качествами, однако в современном обществе существует множество факторов, способных влиять на развитие этих способностей у подростков. Одним из таких факторов является занятие спортом.

ГЛАВА 2. СПОРТ КАК ОДИН ИЗ ФАКТОРОВ РАЗВИТИЯ ЛИДЕРСКИХ СПОСОБНОСТЕЙ ПОДРОСТКОВ

В настоящее время многие учреждения дополнительного образования, такие как спортивные школы, кружки, секции и другие, включают в свои цели содействие повышению значения физической культуры и спорта в комплексном развитии личности. Это осуществляется через привлечение детей и подростков к систематическим занятиям спортом. Такая практика не случайна.

Физическая культура и спорт выступают как мощное средство социализации старших подростков, способствуя активному развитию их индивидуальных качеств и двигательной сферы. Они являются важными условиями и средствами многогранного развития личности. Стремление к разностороннему развитию личности предполагает освоение старшими подростками основ физической культуры, которые включают в себя крепкое здоровье, хорошее физическое развитие, а также знания и навыки в области физической культуры. Это также означает формирование интеллектуальной, волевой и эмоциональной сфер личности, а также их эстетических представлений и потребностей.

Занятия спортом оказывают существенное влияние на развитие интеллектуальных способностей старших подростков. Физическая и умственная активность взаимосвязаны и взаимообогащаются. Занятия спортом способствуют развитию внимания, поскольку выполнение сложных физических упражнений требует его концентрации. Они также способствуют развитию наблюдательности, находчивости, быстроты ума и мышления, поскольку требуют высокой реакции и оценки ситуации.

Кроме того, занятия спортом положительно влияют на формирование волевых качеств личности старших подростков. Нагрузки, возникающие во время тренировок, способствуют развитию силы воли. Сложности, с которыми сталкиваются подростки в процессе спортивных занятий, такие как

необходимость овладения техникой, преодоление усталости и сохранение самоконтроля, способствуют развитию волевых черт.

Важно отметить, что волевые качества старших подростков проявляются как положительные, так и отрицательные черты характера. Создание условий для раскрытия сильных сторон личности, включая стремление к достижению цели и увлеченность, является важным аспектом их развития.

Достижение целей и осознание прогресса в ходе учебно-тренировочного процесса являются ключевыми факторами, обеспечивающими удовлетворение человека от его деятельности. Участие в спортивных занятиях позволяет старшим подросткам познавать себя с новых сторон, утверждать себя и регулировать свои эмоции. Активная физическая деятельность также влияет на работу центральной нервной системы, способствуя снижению негативных эмоциональных переживаний.

В физической культуре и спорте негативные черты характера воспринимаются как неприемлемые, в то время как смелость и решительность рассматриваются как примеры для подражания. Учебно-тренировочные занятия способствуют формированию этических норм поведения у старших подростков.

Важную роль в формировании личности старших подростков, занимающихся спортом, играет личность и направленность преподавателя. Моральные и этические установки подростков связаны с общественной средой, в которой они живут и учатся, а также с интеллектуальной атмосферой этой среды.

Коллектив, в котором тренируется подросток, также оказывает глубокое влияние на его личностное развитие. Взаимодействие, взаимная помощь и ответственность способствуют формированию личности участников коллектива.

Таким образом, главная цель занятий физической культурой и спортом - это формирование личности. Это достигается через влияние воспитательных методов на все аспекты жизнедеятельности преподавателя и через самовоспитание учащегося.

Исследования по использованию возможностей физической подготовки и спорта в воспитательных целях показывают значительный педагогический опыт. Поэтому цель данного исследования - экспериментальное изучение влияния спорта на формирование лидерских способностей подростков.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В результате нашей работы мы смогли исследовать взаимосвязь между занятиями спортом и выраженностью лидерских способностей у подростков. На основании полученных данных делаем следующие выводы:

Начальная гипотеза о существенных различиях в развитии лидерских способностей между подростками, занимающимися спортом, и теми, кто не занимается, была полностью подтверждена.

На основании наших исследований мы пришли к выводу, что занятия спортом могут действительно способствовать формированию лидерских качеств у подростков.

Мы считаем, что одним из возможных способов улучшения данного исследования могло бы быть привлечение большего числа участников, что позволило бы получить более значимые и надежные результаты.

Наше исследование может послужить основой для дальнейших более глубоких исследований этой проблемы. Мы намерены продолжать работу в этом направлении, так как считаем, что существует реальная потребность в изучении факторов и методов формирования и развития лидерских качеств у личности.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Андронов О.П. Физическая культура, как средство влияния на формирование личности, М.: Мир, 1992.
2. Батаршев А. В. Психология индивидуальных различий, 2000
3. Блонский П.П. Психология, 2000
4. Гогунев Е. Н., Мартьянов А.Н. Психология физического воспитания и спорта, М.: «Академия», 2000
5. Диагностика лидерских способностей //Е.Жариков, Е.Крушельницкий www.vsetesti.ru
6. Ивашкин В. Психологическое изучение школьников, 1990
7. Карделл Ф. Психотерапия и лидерство, СПб.: Изд-во «Речь», 2000
8. Киселёв Ю.Я. Влияние спорта на формирование личности, М.: Знание 1987
9. Кон И.С. Психология старшеклассника, М.: «Просвещение», 1980
10. Матвеев Л.П. Влияние спорта на формирование воли, М.,1987
11. Панкрухин А.П. Диагностика и развитие лидерских способностей www.elitarium.ru
12. Познание учащегося и формирование его личности, Вильнюс, 1975
13. Фетискин Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. - М. 2002.