

## РЕАЛИЗАЦИЯ ВОСПИТАТЕЛЬНОГО ПОТЕНЦИАЛА ЗАНЯТИЙ СПОРТОМ В РАЗВИТИИ ПОЗИТИВНОЙ Я-КОНЦЕПЦИИ ПОДРОСТКОВ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

<sup>1</sup>Сюкиев Д.Н., <sup>2</sup>Драндров Г.Л.

<sup>1</sup>ФГБОУ ВПО «Калмыцкий государственный университет», Элиста, e-mail: syukiev.dima@mail.ru;

<sup>2</sup>Чувашский государственный педагогический университет им. И. Я. Яковлева, Чебоксары, e-mail: gerold49@mail.ru

В статье на основе анализа и обобщения научных работ отечественных и зарубежных ученых, посвященных исследованию Я-концепции личности, педагогических теорий формирования личности, материалов исследований по проблеме формирования личности в процессе спортивной деятельности, законодательных документов и собственного педагогического опыта выделены и охарактеризованы существенные особенности спортивной деятельности, которые при грамотном психолого-педагогическом сопровождении могут оказать существенное воздействие на формирование у спортсменов позитивного образа своего Я. Существенным признаком спорта выступает соревнование, которое, благодаря нацеленности его участников на максимальное проявление своих возможностей, побуждает к личностному саморазвитию. Спортивная деятельность создает через подкрепление потребности в двигательной активности, соревновательных и познавательных мотивов оптимальные условия для развития внутренней мотивации. Наряду с внутренней мотивацией, занятия спортом способствуют созданию перспективы жизненных ценностей как целей спортивной деятельности. В процессе занятий спортом спортсмены, действуя в условиях соперничества и сотрудничества, получают в виде обратной связи информацию о себе, что приводит к самопознанию и самопринятию своего Я и побуждает к саморазвитию. В ходе спортивной деятельности постоянно возникают внутренне противоречивые ситуации с конфликтным смыслом, которые становятся движущими силами личностного саморазвития. Оценивание спортивных достижений в рамках общепринятой нормативной шкалы способствует познанию и принятию образа своего Я. Раскрываются методические приемы организации спортивной деятельности занимающихся в организациях дополнительного образования детей спортивной направленности, обеспечивающие формирование у подростков с ограниченными возможностями здоровья позитивной Я-концепции.

Ключевые слова: развитие, подростки, личность, позитивная Я-концепция, спорт, ограниченные возможности здоровья воспитательный потенциал.

## REALIZATION OF THE EDUCATIONAL POTENTIAL OF SPORTS IN THE DEVELOPMENT OF A POSITIVE SELF-CONCEPT OF ADOLESCENTS WITH DISABILITIES

<sup>1</sup>Syukiyev D.N., <sup>2</sup>Drandrov G.L

<sup>1</sup>Kalmyk State University, Elista, e-mail: syukiev.dima@mail.ru;

<sup>2</sup>The Chuvash State Pedagogical University. named after I.Y. Yakovlev, Cheboksary, e-mail: gerold49@mail.ru

The article, based on the analysis and generalization of scientific works of domestic and foreign scientists devoted to the study of the Self-concept of personality, pedagogical theories of personality formation, research materials on the problem of personality formation in the process of sports activity, legislative documents and their own pedagogical experience, identifies and characterizes the essential features of sports activity, which, with competent psychological-pedagogical co-conduct can have a significant impact on the formation of a positive image of Self among athletes. An essential feature of sports is competition, which, due to the focus of its participants on the maximum manifestation of their capabilities, encourages personal self-development. Sports activity creates optimal conditions for the development of internal motivation through reinforcement of the need for motor activity, competitive and cognitive motives. Along with internal motivation, sports activities contribute to the creation of prospects for life values as goals of sports activity. In the process of sports, athletes, acting in conditions of competition and cooperation, receive information about themselves in the form of feedback, which leads to self-knowledge and self-acceptance of their Self and encourages self-development. In the course of sports activity, internally contradictory situations with conflicting meanings constantly arise, which become the driving forces of personal self-development. The evaluation of sports achievements within the framework of the generally accepted normative scale contributes to the cognition and acceptance of the image of one's self. The methodological methods

**of organizing sports activities of children engaged in supplementary education organizations of sports orientation, ensuring the formation of a positive Self-concept in adolescents with disabilities, are revealed.**

---

Keywords: development, adolescents, personality, positive Self-concept, sport, limited health opportunities, educational potential.

В Европейской хартии «Спорт для всех: инвалиды» [1], занятия спортом рассматриваются не только как эффективное средство физической реабилитации, укрепления здоровья и поддержания физических возможностей инвалидов, но и как условие их социальной адаптации и личностного развития. Во Всемирной программе действий в отношении инвалидов [2] отмечено: «Все большее признание получает важность спорта для инвалидов. Поэтому государства – члены ВОЗ должны поощрять все виды спортивной деятельности инвалидов, в частности, путем предоставления надлежащих средств и правильной организации этой деятельности». В Федеральном законе «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» [3] записано: «Федеральный орган исполнительной власти в области физической культуры и спорта, органы исполнительной власти субъектов Российской Федерации, органы местного самоуправления, физкультурно-спортивные организации, в том числе физкультурно-спортивные объединения инвалидов, организуют проведение физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий с участием инвалидов и лиц с ОВЗ, создают детско-юношеские спортивно-адаптивные школы, адаптивные детско-юношеские клубы физической подготовки. Образовательные учреждения вправе создавать филиалы, отделения, структурные подразделения по адаптивному спорту». Рядом исследователей раскрываются возможности использования занятий спортом как средства формирования личности как здоровых спортсменов [4, 5, 6], так и спортсменов с ОВЗ [7, 8, 9].

Спортивная деятельность при педагогически грамотной организации может выступить существенным фактором развития позитивной Я-концепции подростков с ОВЗ. Необходимым условием перехода от наблюдаемого в педагогической практике стихийно осуществляемого и неуправляемого процесса воздействия спортивной деятельности на формирование у них адекватной самооценки, эмоционального самопринятия и установки на саморазвитие к эффективному педагогическому управлению этим процессом являются выявление и реализация воспитательного потенциала спортивной деятельности.

Цель исследования – выявить воспитательный потенциал спортивной деятельности в формировании позитивной Я-концепции у подростков с ОВЗ и определить особенности его реализации.

**Методы и материалы исследования.** В качестве основных методов исследования нами применялись теоретический анализ и обобщение: научных работ отечественных (В.Г. Маралов, В.В. Столин, Д.И. Фельдштейн) и зарубежных ученых (Р. Бернс, К. Роджерс.), посвященных исследованию Я-концепции личности; педагогических теорий формирования

личности (В. И. Андреев, А.А. Асмолов, И. С. Кон, Д.Б. Эльконин); материалов исследований по проблеме формирования личности в процессе спортивной деятельности (Л.П. Матвеев, Платонов В.Н.); законодательных документов и собственного педагогического опыта.

**Результаты исследования и их обсуждение.** Нами на основе анализа и обобщения научных работ отечественных и зарубежных ученых, посвященных исследованию Я-концепции личности, педагогических теорий формирования личности, материалов исследований по проблеме формирования личности в процессе спортивной деятельности, законодательных документов и собственного педагогического опыта выделены и охарактеризованы существенные особенности спортивной деятельности, которые при грамотном психолого-педагогическом сопровождении могут оказать существенное воздействие на формирование у спортсменов позитивного образа своего Я. и рассмотрены методические приемы их реализации в условиях обучения в организациях дополнительного образования, реализующих дополнительные предпрофессиональные программы в области физической культуры и спорта.

1. Существенным признаком спорта выступает соревнование, которое, благодаря нацеленности его участников на максимальное проявление своих возможностей, побуждает к личностному саморазвитию. Поэтому мы стремились организовать соревнования таким образом, чтобы подросток пережил радость успеха, чтобы у него сформировалось позитивное эмоционально-ценностное отношение к образу своего Я, стремление к повторению успеха, самосовершенствованию и самореализации в сфере спортивной деятельности. С этой целью мы уделяли большое внимание афишированию достигнутого подростком успеха. Восприятие обновленного позитивно окрашенного образа зеркального Я сопровождалось переживанием чувства удовлетворения своим Я, способствовало усилению эмоциональной привлекательности качеств, проявившихся в соревновательной деятельности, повышению самооценки, росту самоуважения и уверенности в себе. Переживаемое подростком психическое состояние удовлетворенности соревновательным результатом выступало фактором, усиливающим установку на внешнее самоутверждение через участие в спортивной деятельности.

В качестве предполагаемых соперников нами подбирались спортсмены, примерно равные подростку по своим спортивным возможностям. В этом случае равновероятными были два события – победа или неудача. Достижение соревновательного успеха выступало мощным фактором, усиливающим позитивное отношение подростка к себе, формирующим установку на саморазвитие. В тех случаях, когда соревновательные результаты были ниже предыдущих, познавательная активность подростка сосредотачивалась на анализе причин сложившейся ситуации. Нами применялись мотивационные тренинги личностной причинности и

причинных схем, обращенные к сознанию подростка и направленные на понимание того, что единственным управляемым фактором роста соревновательных результатов выступает фактор прилагаемых им физических и психических усилий. Одновременно внимание подростка обращалось на самораскрытие индивидуального своеобразия, имеющегося у него, потенциала, который может быть реализован в процессе спортивной деятельности. Организованное таким образом обращение к сознанию подростка способствовало пониманию себя как творца своего Я и автора своей жизненной пути, сохранению имеющегося уровня самооценки и самоуважения, формированию установки на самосовершенствование посредством спортивной деятельности.

В тех случаях, когда соперники были явно сильнее и достижение победы было невозможно, мы обращали внимание подростков на рассмотрение и оценивание соревновательных результатов в системе «Я-Я», на сравнение их со своими предыдущими соревновательными результатами. Осознание факта их улучшения и его обусловленности приложенными подростком усилиями в единстве с переживанием удовлетворенности, способствовало обогащению образа Я новым позитивным содержанием, усилению его эмоциональной привлекательности, повышению уверенности, формированию установки на самосовершенствование, на восприятие себя как создателя своего Я и своей жизни.

2. Значимую роль в повышении непосредственной эмоциональной привлекательности для подростков с ОВЗ своей жизни в целом, и спортивной жизни, в частности играют внутренние процессуальные мотивы (соревновательные, потребность в двигательной активности, познавательные). Учитывая это положение, мы стремились проводить тренировочные занятия с применением игрового и соревновательного методов, создающих оптимальные условия для возникновения ситуаций непосредственного достижения успеха. Действия подростков в этих ситуациях побуждаются и направляются потребностью во внешнем самоутверждении, приводят к возникновению ярких эмоциональных переживаний, связанных как с возможной победой, так и возможной неудачей. Подростка привлекает непосредственно процесс участия в соревнованиях, это стремление действует как внутренний процессуальный соревновательный мотив. В содержание занятий постоянно вводились новые по отношению к двигательному опыту подростков физические упражнения, использовались нестандартные методические приемы, варьировались условия их проведения, изменялись требования к их выполнению. Наличие элементов новизны приводило к оживлению внутренних познавательных мотивов, способствовало к возникновению и формированию непосредственного интереса к тренировочной деятельности. Мы учитывали индивидуальное своеобразие интересов подростков к определенным видам соревновательных упражнений или видам спорта. В этом случае подростки имели возможность удовлетворить потребность в

двигательной активности через выполнение эмоционально привлекательных для них двигательных действий.

Благодаря развитию внутренних процессуальных мотивов (соревновательных, познавательных и потребности в двигательной активности) занятия спортом приводили к переживанию подростками удовлетворенности своей жизнью, существенным элементом которой выступают события своей спортивной жизни в прошлом и в настоящем.

3. Участие подростков в спортивной деятельности способствует формированию их жизненных перспектив и целей. Восприятие и принятие себя как целостной и неповторимой личности, вобравшей в свое содержание предшествующий жизненный опыт, в том числе и спортивной деятельности, выступает фундаментом, основой прогнозирования и планирования ее саморазвития в будущем. Для практической реализации этой основы мы создавали в процессе спортивной деятельности жизненные ситуации, требующие от подростка занятия активной позиции субъекта саморазвития, способного самостоятельно и осознанно определять цели самоутверждения, самосовершенствования, самореализации.

На начальных этапах занятий спортом нами моделировались ситуации спортивной деятельности, требующие проявления социальной активности на обезличенном нормативном уровне. Затем подросткам предлагались ситуации достижения соревновательного успеха, требующие проявления в спортивной деятельности индивидуального своеобразия личности, как субъекта саморазвития (нормативно-личностный уровень), демонстрации своих личностных качеств и способностей, характеризующих его как успешного человека.

Занятия спортом по определению предполагают постоянное повышение показателей спортивной подготовленности. Поэтому мы стремились таким образом организовывать спортивную деятельность, чтобы подростки были убеждены в том, что находятся в процессе постоянного спортивного совершенствования, что наблюдаемый иногда застой в их приросте является временным явлением.

При самопрогнозировании подростки осуществляли совместно с тренером анализ событий своей спортивной жизни, правильных и ошибочных действий и поступков с раскрытием их личностных причин, стремились предвидеть, как будет складываться их спортивное будущее на разных этапах жизненного пути в связи с возможными вариантами своих действий и поступков. Мы требовали от подростков, чтобы самопрогнозирование не ограничивалось образным уровнем, уровнем мечтаний, а проводилось на рациональном уровне с учетом всех внешних объективных и внутренних субъективных факторов, влияющих на их спортивное будущее. Результатом самопрогнозирования являлась выстроенная и принятая подростком жизненная перспектива как система взаимосвязанных оперативных, текущих, промежуточных, этапных целей спортивной деятельности. Эффективным

методическим приемом, используемым в самопрогнозировании, выступало двойное прогнозирование развития личности: подросток прогнозировал события своей спортивной жизни в случае, когда все остается без изменения, и когда проводится работа над собой в определенном направлении. Для формирования у подростков установки на саморазвитие мы опирались на процессы самопринятия и самопрогнозирования. Это позволяло подростку, с одной стороны, принять свою личность в целом, как единство всех ее позитивных и негативных характеристик, с другой, выйти за пределы своего реального Я, предвосхитить значимые события своей спортивной жизни, определить задачи саморазвития и содержание обеспечивающей их решение предстоящей спортивной деятельности.

4. В процессе занятий спортом спортсмены, действуя в условиях соперничества и сотрудничества, получают в виде обратной связи информацию о себе, что приводит к самопознанию и самопринятию своего Я и побуждает к саморазвитию. Процессы идентификации с товарищами по команде и соперниками, со спортсменами, символизирующими идеалы для подражания, обеспечивали формирование познавательного и эмоционального компонентов позитивной Я-концепции. Это, в свою очередь, способствовало формированию намерений приблизиться к модели спортсмена и установок на воспроизведение его поведения и деятельности. Идентификация осуществлялась на познавательном уровне в процессе организованного и потому осознаваемого процесса сравнения подростком себя как социального индивида с другими людьми, занимающимися спортом.

В начале подросткам предлагались в качестве образца, эталона, идеальной модели для сравнения и подражания конкретные личности – известные спортсмены, значимые для них лица из ближайшего социального окружения. Затем в качестве предмета идентификации предлагались отдельные личностные качества: черты характера, способности, особенности мотивационно-ценностной и эмоционально-волевой сферы личности спортсмена, внешний облик, межличностные отношения, события жизненного пути в мире спорта. Обращалось внимание на то, чтобы подростки знали, какими их видят окружающие их люди (другие спортсмены, тренеры), что в них принимают и не принимают.

5. В ходе спортивной деятельности постоянно возникают внутренне противоречивые ситуации с конфликтным смыслом, которые становятся движущими силами личностного саморазвития. В качестве одной из сторон таких ситуаций выступали препятствия и трудности, которые спортсмены должны были преодолеть, чтобы достичь лично значимых целей спортивной деятельности. Эти трудности по содержанию могли быть объективными (биодинамическими) и субъективными (психологическими). Другой стороной ситуаций с конфликтным смыслом являлись лично значимые потребности и мотивы, которые могли

быть удовлетворены спортсменом через преодоление препятствий на пути к осознаваемым и лично-значимым целям спортивной деятельности.

В процессе внутреннего диалога с самим собой спортсмен выполнял осознанный выбор в пользу действия, которое ведет к саморазвитию (например, физическое упражнение, требующее предельных физических и психических усилий), отказываясь от осуществления других действий, обеспечивающих достижение других целей, лишенных позитивного личностного смысла. Практическая реализация этого действия приводила к осознанию и переживанию его конфликтного личностного смысла. Систематическое выполнение действий в моделируемых тренером ситуациях с конфликтным личностным смыслом приводило к оживлению процессов самопознания и самопринятия: действуя в этих ситуациях, спортсмен познавал себя как субъекта деятельности, раскрывал для себя, на что он способен, что готов совершить для достижения цели саморазвития.

*б. Систематическое, объективное и оперативное оценивание соревновательных результатов способствует самопознанию и самопринятию, формированию стремления к саморазвитию.* Поскольку соревновательная деятельность носила самостоятельный и творческий характер, мы с целью воздействия на принимаемое решение стремились донести до подростков полную и достоверную информацию о своих соревновательных результатах и результатах других участников соревнований, об особенностях и условиях своей соревновательной деятельности и деятельности других участников. С помощью данного методического приема мы создавали условия для того, чтобы подростки имели возможность сравнивать, анализировать, оценивать и прогнозировать свои соревновательные результаты, результаты своих партнеров по команде и соперников, рассматривать свои результаты с квалификационными нормативами. Предметом познавательной деятельности, оценивания и прогнозирования выступали наряду с соревновательными результатами свои личностные характеристики и характеристики других участников соревнований, проявляющиеся в общении, поведении и деятельности. Использование данного методического приема расширяло, уточняло и углубляло знание подростком своего Я как субъекта спортивной деятельности и как личности. Переживание чувства удовлетворения от достигаемого успеха и роста показателей спортивной подготовленности обеспечивало развитие установки на саморазвитие.

### **Выводы**

Нами выделены и охарактеризованы существенные особенности спортивной деятельности, которые при грамотном психолого-педагогическом сопровождении могут оказать существенное воздействие на формирование у спортсменов позитивного образа своего Я.

1. Существенным признаком спорта выступает соревнование, которое, благодаря нацеленности его участников на максимальное проявление своих возможностей, побуждает к личностному саморазвитию.
2. Спортивная деятельность создает через подкрепление потребности в двигательной активности, соревновательных и познавательных мотивов оптимальные условия для развития внутренней мотивации.
3. Наряду с внутренней мотивацией, занятия спортом способствуют созданию перспективы жизненных ценностей как целей спортивной деятельности.
4. В процессе занятий спортом спортсмены, действуя в условиях соперничества и сотрудничества, получают в виде обратной связи информацию о себе, что приводит к самопознанию и самопринятию своего Я и побуждает к саморазвитию.
5. В ходе спортивной деятельности постоянно возникают внутренне противоречивые ситуации с конфликтным смыслом, которые становятся движущими силами личностного саморазвития.
6. Оценивание спортивных достижений в рамках общепринятой нормативной шкалы способствует познанию и принятию образа своего Я.

### Список литературы

1. Европейская хартия «Спорт для всех: инвалиды», принята в 1987 г. в Страсбурге. [Электронный ресурс]. URL: [https://auram.ru/pages/invasport/in\\_mepofksport/page\\_29.htm](https://auram.ru/pages/invasport/in_mepofksport/page_29.htm) (дата обращения: 10.10.2022).
2. Всемирная программа действий в отношении инвалидов (3 декабря 1982 г.) [Электронный ресурс]. URL: [https://www.un.org/ru/documents/decl\\_conv/conventions/prog3.shtml](https://www.un.org/ru/documents/decl_conv/conventions/prog3.shtml) (дата обращения: 10.10.2022).
3. Федеральный Закон от 4 декабря 2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» // Собрание законодательства Российской Федерации. 2007. № 50. Ст. 6242.
4. Драндров Г.Л., Сюкиев Д.Н. Развитие позитивной Я-концепции личности и спорт // Антропные образовательные технологии в сфере физической культуры: сборник статей по материалам VIII Всероссийской научно-практической конференции (Нижний Новгород, 18 марта 2022 года). Нижний Новгород, 2022. С. 12-20.
5. Никитина Л.В. Влияние занятий спортом на формирование позитивной Я-концепции личности // Теория и практика физической культуры и спорта: материалы Всероссийской с

международным участием конференции, посвященной 65-летию Института физической культуры, спорта и восстановительной медицины КФУ (23-24 апреля 2014 года). Казань: Вестфалика, 2014. С. 158-160.

6. Зернова Т.Н., Носенко Н.П. Особенности развития Я-концепции у спортсменов подросткового возраста // Современные проблемы науки и образования. 2017. № 2. URL: <https://science-education.ru/ru/article/view?id=26216> (дата обращения: 18.09.2022).

7. Драндров Г.Л., Сюкиев Д.Н., Румянцева Э.Р. Особенности влияния занятий спортом на формирование позитивной Я-концепции у спортсменов с ОВЗ // Фундаментальные исследования. 2014. № 9-8. С. 1840-1843.

8. Капчинский, Н.А., Севедин С.В. Занятия спортом для лиц с ограниченными возможностями здоровья // Вопросы педагогики. 2021. № 10-2. С. 132-136.

9. Марьясова Д.А. Психическая адаптация спортсменов-инвалидов с поражением опорно-двигательного аппарата: дис. ... канд. мед. наук. Москва, 2013. 144 с.