На правах рукописи

ГУСЕЙНОВ Абдула Гусейнович

ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКИХ И НРАВСТВЕННО-ВОЛЕВЫХ КАЧЕСТВ У ЮНЫХ СПОРТСМЕНОВ

13.00.01 – общая педагогика, история педагогики и образования

АВТОРЕФЕРАТ
диссертации на соискание ученой степени
кандидата педагогических наук

Махачкала - 2008

Работа выполнена в Государственном образовательном учреждении высшего профессионального образования «Дагестанский государственный педагогический университет».

Научный руководитель – доктор педагогических наук, профессор
Алиев Магомед Нурбагандович
Официальные оппоненты: доктор педагогических наук, профессор
Фоменко Владимир Трофимович
доктор педагогических наук, профессор
Абдурахманов Селим Даудович

Ведущая организация – ГОУ ВПО «Волгоградский государственный педагогический университет»

Защита диссертации состоится « 24 » октября 2008 г. в 14.00 часов на заседании диссертационного совета Д 13.00.01 по присуждению ученой степени доктора педагогических наук при ГОУ ВПО «Дагестанский государственный педагогический университет» по адресу: 367003, Республика Дагестан, г. Махачкала, ул. М. Ярагского, 57.

С диссертацией можно ознакомиться в библиотеке ГОУ ВПО «Дагестанский государственный педагогический университет».

Автореферат выставлен на сайте ГОУ ВПО «Дагестанский государственный педагогический университет» 24 сентября 2008 г.
Адрес сайта www.dgpu.ru

Автореферат разослан « 23 » сентября 2008 года.

Ученый секретарь
диссертационного совета,
кандидат педагогических наук,
профессор **Мирзоев Ш. А.**

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

Актуальность исследования. В современных условиях значительно возрастает значение систематических занятий физической культурой и спортом для развития двигательных способностей, воспитания физических и нравственно-волевых качеств и укрепления здоровья детей школьного возраста. Благодаря направленности к высшим достижениям и разностороннему развитию человека, спорт является важным элементом физического, нравственного воспитания.

Спорт как многогранное общественное явление имеет воспитательное, образовательное и оздоровительное значение. Регулярные учебно-тренировочные занятия в детском и юношеском возрасте играют важную роль в становлении личности юного спортсмена, развитии физических и нравственно-волевых качеств, достижении высоких результатов в различных сферах жизнедеятельности и формировании здорового образа жизни.

В последние годы роль детского и юношеского спорта в Российской Федерации, в том числе и в Республике Дагестан, неуклонно возрастает, так как он является важнейшей базой подготовки спортивных резервов для пополнения сборных команд по олимпийским видам спорта. В нашей республике по данным Министерства физической культуры и спорта РД систематически занимаются физической культурой и спортом более 600 тысяч детей школьного возраста.

Особой популярностью среди детей, подростков и учащейся молодежи в Дагестане пользуется такие виды спорта, как вольная борьба, бокс, дзюдо, ушу-саньда, каратэ. Спортивной борьбой в нашей республике занимаются более 109967 чел. Во всех районах и городах нашей республики успешно функционируют детские спортивные школы. В последние годы значительно увеличился вклад детских спортивных школ в подготовку спортсменов высокого класса.

Открытые широкой сети детских спортивных школ, школ высшего спортивного мастерства и школ Олимпийского резерва способствовало успешному выступлению дагестанских спортсменов на крупных международных соревнованиях (чемпионах Европы, Мира и Олимпийских играх).

Современная система подготовки юных спортсменов предъявляет высокие требования к физической и технической подготовке. Высокий уровень спортивных достижений и возросшая конкуренция спортсменов на международной арене требуют поиска эффективных средств, форм и методов совершенствования системы подготовки юных спортсменов и повышения качества учебно-тренировочной работы в условиях детских спортивных школ.

Повышение спортивного мастерства юных спортсменов во многом зависит от рационального планирования и построения общей и специальной физической подготовки. Достижение высоких и стабильных результатов в детском и юношеском возрасте невозможно без высокого уровня физической

подготовленности и без целенаправленного развития физических и нравственно-волевых качеств у юных спортсменов. В связи с этим в системе многолетней подготовки юных спортсменов важное место должно отводиться воспитанию двигательных способностей, повышению общей и специальной выносливости и развитию нравственно-волевых качеств (смелости, решительности, терпеливости, силы воли, целеустремленности, настойчивости).

Эффективному развитию физических и нравственно-волевых качеств юных спортсменов способствует общая физическая подготовка, включающая различные общеподготовительные упражнения, подвижные игры, игры-эстафеты с различными движениями (бег, прыжки, лазанье, повороты, кувырки, равновесие), выполняемые в соревновательной форме с преодолением различных препятствий.

Однако проведенные нами педагогические наблюдения за учебно-тренировочным процессом юных спортсменов выявили, что тренеры, работающие в детских спортивных школах, крайне редко используют игры-эстафеты с различными движениями для повышения физической подготовленности и развития физических, нравственно-волевых качеств. Наблюдение показало, что в играх-эстафетах имеются большие возможности для развития двигательных способностей и воспитания физических и нравственно-волевых качеств. В играх-эстафетах развиваются не только физические качества (сила, быстрота, ловкость, выносливость), но нравственно-волевые качества (смелость, решительность, настойчивость, целеустремленность, ответственность, организованность).

С сожалением приходится констатировать, что в учебно-тренировочной работе с юными спортсменами эти возможности недостаточно используются. Отдельные тренеры детских спортивных школ для развития физических качеств и повышения общей физической подготовки юных спортсменов используют стандартные, однообразные физические упражнения и редко применяют игры-эстафеты с различными движениями.

Однообразные стандартные физические упражнения, применяемые в учебно-тренировочном процессе, не позволяют в должной мере повысить физическую подготовленность юных спортсменов и не способствуют росту спортивных результатов. В связи с этим в учебно-тренировочном процессе, проводимом с юными спортсменами, на начальном этапе подготовки необходимо использовать игры-эстафеты с различными движениями, и игровые задания, выполняемые в соревновательной форме. Это будет способствовать повышению физической и функциональной подготовленности юных спортсменов и развитию физических, нравственно-волевых качеств и росту спортивных результатов.

В научно-методической литературе, посвященной физическому воспитанию и спортивной тренировке детей школьного возраста, недостаточно освещены и слабо раскрыты воспитательные и развивающие

возможности игр-эстафет, принципы и методы их применения в системе физической подготовки юных спортсменов.

В имеющейся научно-методической литературе, посвященной исследованию физической подготовленности и двигательных способностей детей и подростков (М.Н.Алиев; В.М.Баршай; В.В.Белинович; В.В.Бойко; Ю.В.Верхошанский; Л.В.Волков; Л.М.Волков; В.В.Губа; А.А.Гужаловский; Л.П.Матвеев; М. Я. Набатникова; А.А.Новиков; В.П.Филин; А.М.Шлемин и др.) недостаточно раскрыты педагогические условия, средства и методы развития физических и нравственно-волевых качеств юных спортсменов с использованием игр-эстафет и игровых упражнений в учебно-тренировочном процессе.

В учебных пособиях по спортивной борьбе (И.И.Алиханов, Н.М.Галковский, А.З.Катулин, А.П.Купцов А.Н.Ленц, С.А.Преображенский, Ю.А.Шахмурадов, И.И.Алиханов, А.П.Купцов, Ю.А.Шахмурадов, Ш.К.Шахов), в диссертационных исследованиях (И.А.Алиханов Ю.М.Закарьяев, А.М.Дякин, В.М.Игуменов, С.В.Калмыков, С.П.Кузнецов, В.М.Мамедов, А.А.Новиков О.Ч.Ондар, В.М.Мамедов, Р.А.Пилоян), а также в монографиях (С.В.Калмыков, Д.Г.Миндиашвили, Ш.К.Шахов) недостаточно раскрыты воспитательные и развивающие возможности игр-эстафет и их значение в развитии физических, нравственно-волевых качеств юных спортсменов. Где противоречия?

Отсутствие научно-обоснованных педагогических рекомендаций по развитию физических и нравственно-волевых качеств с использование игр-эстафет в системе тренировки юных спортсменов на этапе начальной физической подготовки определило выбор темы настоящего исследования «Педагогические условия развития физических и нравственно-волевых качеств у юных спортсменов».

Учитывая изложенное выше, данное исследование направлено на поиск эффективных средств, форм и методов развития, физических и нравственно-волевых качеств с применением игр-эстафет, позволяющих улучшить физическую подготовленность и нравственное воспитание юных спортсменов.

Актуальность данной проблемы исследования обусловлено недостаточной разработанностью теоретических основ методики применения игр-эстафет в системе физической подготовки юных спортсменов и отсутствием научно-обоснованных педагогических рекомендаций по развитию физических и нравственно-волевых качеств и их необходимостью для тренеров-педагогов, работающих в детских спортивных школах.

Объект исследования – процесс развития физических и нравственно-волевых качеств у юных спортсменов средствами игр-эстафет.

Предмет исследования – педагогические условия, средства и методы развития физических и нравственно-волевых качеств. Предмет шире, чем объект!

Цель исследования – изучить воспитательные и развивающие возможности игр-эстафет в системе физической подготовки юных

спортсменов и выявить эффективные средства, формы и методы развития, физических и нравственно-волевых качеств, экспериментально обосновать их эффективность и разработать педагогические рекомендации для тренеров-педагогов детских спортивных школ.

Гипотеза исследования. Приступая к исследованию, мы предполагали, что процесс развития физических и нравственно-волевых качеств юных спортсменов будет эффективным при создании и реализации следующих педагогических условий:

- при рациональном использовании в учебно-тренировочном процессе игр-эстафет и игровых упражнений, способствующих развитию двигательных способностей и воспитанию физических и нравственно-волевых качеств юных спортсменов;
- при использовании в играх-эстафетах специальных игровых упражнений, требующих проявления физических и волевых качеств;
- при пробуждении и воспитании юных спортсменов чувства уверенности в своих силах во время выполнения упражнений, связанных с проявлением волевых усилий;
- при отборе и применении доступных игр-эстафет и игровых заданий с учетом возраста, индивидуальных особенностей и уровня подготовленности юных спортсменов;
- при развитии и подержании у воспитанников чувства уверенности в своих силах во время выполнения игровых заданий, требующих проявления смелости и решительности;
- при создании педагогических ситуаций, дающих возможность юным спортсменам для совершения нравственного поступка и использования свободного выбора действий в решении поставленной задачи и достижении цели;
- при создании гуманной личностно-ориентированной развивающей игровой среды с применением игр-эстафет и игровых упражнений, выполняемых в соревновательной форме, требующих проявления волевых усилий;
- при постепенном повышении трудностей выполняемых игровых упражнений, и реализации индивидуального подхода к учащимся с учетом их возможностей, уровня подготовленности и присущих им черт характера;
- при формировании нравственного сознания и мотивационной стороны поведения, воспитании осознанного ценностно-смыслового и ответственного отношения юных спортсменов к учебно-тренировочному процессу, направленному на развитие физических и нравственно-волевых качеств. О развитии каких нравственных качеств идет речь?

Приступая к исследованию, мы полагали, что движущей силой педагогического процесса, направленного на развитие физических и нравственно-волевых качеств юных спортсменов, должна стать осознание учащимися общественной значимости этих качеств в разных сферах жизнедеятельности. Мы также предполагали вы только что все это сказали в гипотезе!, что формирование нравственного сознания и мотивационной

стороны поведения, стимулирование положительных нравственных поступков и поведения во время игрового взаимодействия должны способствовать развитию физических и нравственно-волевых качеств юных спортсменов.

Задачи исследования. В соответствии с целью и гипотезой исследования решались следующие задачи:

1. Изучить воспитательные и развивающие возможности игр-эстафет, используемых в системе физической подготовки юных спортсменов и их влияние на развитие физических и нравственно-волевых качеств.
2. Разработать методику организации и применения игр-эстафет и игровых упражнений, направленных на воспитание двигательных способностей и развитие физических и нравственно-волевых качеств юных спортсменов.
3. Выявить эффективные средства, формы и методы развития, физических и нравственно-волевых качеств и экспериментально обосновать их эффективность в условиях детской спортивной школы.
4. Определить основные критерии, характеризующие уровень нравственной воспитанности и развития нравственно- волевых качеств юных спортсменов.
5. Разработать педагогические рекомендации для тренеров-педагогов по использованию игр-эстафет и развитию физических и нравственно-волевых качеств у юных спортсменов Может быть начать с 4-й задачи?

Методы исследования. Для решения поставленных задач применялись следующие методы исследования: изучение и анализ научно-методической литературы; анкетирование, опрос, интервью, беседы с тренерами-педагогами , руководителями детских спортивных школ и учителями общеобразовательных школ; педагогические наблюдения за учебно-тренировочным процессом и физкультурно-спортивной активностью юных спортсменов; педагогическое тестирование для оценки уровня развития физических качеств и нравственно-волевых качеств; степ-тест PWC-170 для определения физической работоспособности; функциональная проба (20 приседаний за 30 с) для оценки реакции сердечно-сосудистой системы на физическую нагрузку; антропометрия для определения физического развития; педагогический эксперимент; экспертная оценка качества выполнения упражнений; методы математической статистики.

Методологическую основу исследования составили: учение о закономерностях и движущих силах физического и психического развития личности (А.В.Запорожец, В.Г.Ананьев, С.Л.Рубинштейн, А.Н.Леонтьев, Д.Б.Эльконин); концепция личностно-ориентированного образования (Е.В.Бондаревская, В.А.Сластенин, В.В.Сериков, С.В.Кульневич, И.С. Якиманская); концепция физической культуры и физкультурного воспитания (В.К.Бальсевич, С.Э.Александров, Л.И.Лубышева, Ю.М.Николаев, В.И.Столяров, М.Я.Виленский); теория поэтапного развития умственных и двигательных способностей детей школьного возраста (П.Я.Гальперин, Н.Ф.Талызина, Л.П.Матвеев, А.М.Шлемин); идеи гуманизации,

демократизации учебно-воспитательной работы и педагогики сотрудничества (Ш.А.Амонашвили, Е.В.Бондаревская, И.Б.Котова, Е.Н.Шиянов); гуманистический подход в воспитании личности юного спортсмена (М.Н.Алиев).

Теоретическую основу исследования: составили теория развития высших психических функций личности, обусловливающих развитие нравственных и волевых качеств ребенка (Л.С.Выготский, Г.Д.Горбунов, Е.П.Ильин, А.Ц.Пуни, А.В.Родионов, В.И.Слободчиков); теория совершенствования спортивной тренировки и системы подготовки квалифицированных спортсменов (Л.П.Матвеев, М.Я.Набатникова, А.А.Новиков, Н.Г.Озолин, В.Н.Платонов); теория развития физических качеств и двигательных способностей у юных спортсменов (В.В.Белинович, В.В.Верхошанский, В.М.Зациорский, А.Н.Макаров, В.П.Филин, А.М.Шлемин); психологические особенности формирования двигательных навыков и развития физических, нравственно-волевых качеств в спорте (Г.Д.Горбунов, Е.П.Ильин, А.В.Родионов, П.А.Рудик).

Разрабатывая теоретико-методологические основы исследования, мы опирались на научные труды известных российских ученых-педагогов (К.Д.Ушинский, В.А.Сухомлинский, И.Я.Лернер, Ш.А.Амонашвили, В.А.Сластенин, Е.В.Бондаревская, В.В.Сериков), психологов (Л.С.Выготский, А.Н.Леонтьев, В.В.Давыдов, Л.В.Занков, Д.Б.Эльконин, С.Л.Рубинштейн, П.А.Рудик, А.Ц.Пуни, Д.И.Фельдштейн, А.В.Родионов) и ведущих специалистов спортивной борьбы (И.А.Алиханов, Н.И.Галковский, А.М.Дякин, В.М.Игуменов, А.З.Катулин, С.В.Калмыков, А.П.Купцов, А.Н.Ленц, Д.Г.Миндиашвили, Р.А.Пилоян, Г.С.Туманян, Ю.А.Шахмурадов, Ш.К.Шахов), посвященные спортивной тренировке и подготовке юных спортсменов.

Экспериментальной базой исследования являлась специализированная детская юношеская спортивная школа № 1 г. Буйнакска Республики Дагестан, где соискатель работал тренером. Под наблюдением находилось 80 детей в возрасте 12-15 лет, занимающихся вольной борьбой и борьбой дзюдо. В педагогическом эксперименте участвовали 40 подростков-юношей.

Этапы исследования. Исследование проводилось в три этапа (2001-2007 годы). Первый этап исследования проводился в 2001-2002 годы. Он носил подготовительный и проблемно-поисковый характер. На этом этапе исследования изучались литературные источники и диссертационные работы по проблеме исследования, осуществлялись сбор, анализ теоретического материала, проводились педагогические наблюдения за тренировочным процессом юных спортсменов в детских спортивных школах, формулировались цель, задачи исследования, уточнялись и осваивались методы исследования.

На втором этапе исследования (2002-2003 годы) изучались возможности использования игр-эстафет и игровых упражнений в учебно-тренировочном процессе юных спортсменов, разрабатывалась методика их

применения, определялись педагогические условия и средства, способствующие повышению физической подготовленности и развитию физических, нравственно-волевых качеств юных борцов.

На третьем этапе исследования (2003-2007 годы) проводилась опытно-экспериментальная работа на базе детской спортивной школы. На этом этапе проводился педагогический эксперимент, выявлялись эффективные средства, формы, методы развития физических и нравственно-волевых качеств. Проверялась и оценивалась эффективность разработанной нами методики применения игр-эстафет и игровых упражнений, изучалось их влияние на физическую подготовленность юных спортсменов. Подводились итоги педагогического эксперимента, оформлялся текст диссертации, были разработаны педагогические рекомендации для тренеров-педагогов детских спортивных школ.

Научная новизна диссертационного исследования заключается в следующем: Что нового по сравнению с тем, что было? Не нужен перечень результатов!

- разработана классификация игр-эстафет и игровых упражнений, комплексное использование которых позволит повысить уровень развития физических и нравственно-волевых качеств у них спортсменов;
- определены воспитательные и развивающие возможности игр-эстафет и их значение в физическом и нравственном воспитании юных спортсменов;
- раскрыты принципы и методы гуманизации и демократизации учебно-тренировочной работы в условиях детской спортивной школы на основе установления доверительных, доброжелательных отношений тренера-педагога и учащихся, отмены жестких требований, авторитарного стиля общения и давления на юных спортсменов;
- выявлены эффективные средства, формы, методы нравственного просвещения и разработаны педагогические условия, способствующие формированию нравственного сознания, развитию физических и нравственно-волевых качеств и воспитанию ценностного и ответственного отношения юных спортсменов к учебно-тренировочному процессу;
- раскрыты принципы и методы применения игр-эстафет, педагогические требования, предъявляемые к организации игровой деятельности;
- выявлены игры-эстафеты, развивающие физические, нравственно-волевые качества юных спортсменов, разработана и экспериментально обоснована методика их применения;
- раскрыты принципы и методы отбора игр-эстафет, индивидуализации и дифференциации игровых заданий, последовательность их применения и методы стимулирования активности, положительных нравственных поступков и поведения учащихся;
- разработаны основные критерии, характеризующие уровень развития физических и нравственно-волевых качеств и нравственной воспитанности юных спортсменов.

- разработаны научно-педагогические рекомендации для тренеров-педагогов детских спортивных школ по использованию игр-эстафет и игровых упражнений для развития физических и нравственно-волевых качеств юных спортсменов.

Теоретическая значимость исследования состоит в том, что разработанные теоретические, методологические положения, принципы и методы применения игр-эстафет, педагогические рекомендации по развитию физических и нравственно-волевых качеств у юных спортсменов расширяют знания тренеров-педагогов, обогащают и дополняют содержание спортивной тренировки и способствуют развитию понятийного аппарата общей педагогики и педагогики физической культуры и спорта.

Практическая значимость исследования состоит:

- в разработке и экспериментальном обосновании методики применения игр-эстафет в системе физической подготовки юных спортсменов как эффективные средства физического и нравственного воспитания;

- в создании и реализации благоприятных педагогических условий, способствующих развитию физических и нравственно-волевых качеств юных спортсменов.

Разработанные нами научно-педагогические рекомендации по использованию игр-эстафет в системе физической подготовки юных спортсменов и выявленные эффективные средства и методы развития, физических и нравственно-волевых качеств внедрены в практику работы тренеров-педагогов детских спортивных школ. Они могут найти применение в детских спортивных школах, школах-интернатах спортивного профиля, в системе повышения квалификации педагогических кадров, в подготовке новых учебно-методических пособий и программ.

Достоверность и обоснованность результатов исследования подтверждаются применением комплекса психолого-педагогических и медико-биологических методов исследования, соответствующих его целям и задачам, длительным характером опытно-экспериментальной работы с охватом большого количества испытуемых, целостным, комплексным подходом к изучению личности спортсмена, позитивными результатами педагогического эксперимента, статистической достоверностью, полученных результатов исследования.

Апробация и внедрение результатов исследования осуществлялись в процессе опытно-экспериментальной работы, проводимой с юными спортсменами на базах детских спортивных школ г. Буйнакска и г. Махачкалы. Материалы диссертационного исследования докладывались на заседаниях кафедры педагогики ДГПУ и на педагогических советах детских спортивных школ, на Международных, Всероссийских и республиканских научно-методических конференциях (Москва, Ростов-на-Дону, Иркутск, Махачкала, Нальчик), на научных сессиях, педагогических чтениях ДГПУ, ДГУ (2001-2007 годы).

Разработанные автором педагогические рекомендации по развитию физических и нравственно-волевых качеств с использованием игр-эстафет в системе начальной физической подготовки юных спортсменов одобрены Министерством по физической культуре и спорту Республики Дагестан и применяются в детских спортивных школах г. Буйнакска, Махачкалы.

Основные положения, выносимые на защиту. На защиту выносятся следующие положения:

1.Педагогические условия (создание гуманной личностно-ориентированной игровой среды, включающей отбор и применение доступных игр-эстафет и игровых заданий, выполняемых в соревновательной форме с постепенным повышением трудностей; методы пробуждения и поддержания чувства уверенности в своих силах во время выполнения упражнений, требующих проявления волевых качеств; методические приёмы индивидуализации и дифференциации игровых заданий; создание ситуаций успеха, дающих возможность для свободного выбора действий в достижении цели обучения и воспитания), способствующие развитию физических и нравственно-волевых качеств у юных спортсменов.

2. Средства, формы, методы нравственного просвещения (этические беседы, лекции, диспуты, тематические собрания, конференции, встречи за круглым столом, различные средства и способы наглядной агитации), способствующие формированию у юных спортсменов нравственного сознания, правильного представления о нравственных ценностях и осмыслению нравственного опыта и морального поведения личности.

3. Принципы, методы отбора и применения игр-эстафет, методические приёмы реализации индивидуально-дифференцированного похода в отборе и применении игровых заданий, педагогические требования, предъявляемые к организации игровой деятельности в условиях детской спортивной школы.

4. Дозированные игры-эстафеты и игровые упражнения, выполняемые в соревновательной форме, позволяющие улучшить физическую подготовленность и повысить уровень развития физических и нравственно-волевых качеств у юных спортсменов.

5. Методы стимулирования и поощрения активности, инициативности, самостоятельности, ответственности, положительных нравственных поступков и поведения юных спортсменов, проявляемых в процессе игрового взаимодействия и выполнения упражнений, требующих проявления физических и волевых усилий в преодолении трудностей.

6. Критерии, характеризующие уровень нравственной воспитанности и развития физических и нравственно-волевых качеств юных спортсменов и позитивные результаты педагогического эксперимента, подтверждающие воспитательный и развивающий эффект применения игр-эстафет.

7. Принципы и методы гуманизации и демократизации учебно-тренировочной работы в условиях детской спортивной школы и методические приёмы индивидуализации и дифференциации игровых

упражнений с учетом возраста и индивидуальных особенностей, уровня подготовленности юных спортсменов.

Структура диссертации. Диссертация состоит из введения, двух глав, выводов, заключения, списка литературы.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ

Во введении обоснована актуальность темы исследования, определены объект, предмет, цель, задачи и основные идеи гипотезы исследования, выделены его методологические и теоретические основы, методы, этапы исследования, защищаемые положения, раскрыты научная новизна, теоретическая и практическая значимость диссертационного исследования.

В первой главе *« Научно-теоретические и методологические основы развития физических и нравственно-волевых качеств юных спортсменов»* дается теоретический анализ состояния проблемы исследования по данным научно-методической литературы и практики, и рассматриваются игры-эстафеты как важнейшие средства физического и нравственного воспитания юных спортсменов.

Исследование выявило, что в научно-методической литературе недостаточно изучены и освещены педагогические условия, средства, формы и методы развития физических и нравственно-волевых качеств юных спортсменов, принципы и методы использования игр-эстафет и игровых упражнений, последовательность их применения в учебно-тренировочном процессе.

Анализ научно-методической литературы показал, что проблема воспитания физических и нравственно-волевых качеств юных спортсменов недостаточно разработана. До настоящего времени слабо изучены воспитательные и развивающие возможности игр-эстафет, не разработана методика их применения в системе физической подготовки юных спортсменов для развития физических и нравственно-волевых качеств. Отсутствие научно-обоснованных педагогических рекомендаций по развитию физических и нравственно-волевых качеств с применением игр-эстафет и игровых упражнений отрицательно сказывается на физической подготовке юных спортсменов.

Педагогические наблюдения, проведенные в специализированных детских спортивных школах, выявили, что тренеры-педагоги уделяют недостаточное внимание играм-эстафетам и игровым упражнениям в процессе учебно-тренировочных занятий с юными спортсменами. Анкетный опрос тренеров детских спортивных школ выявил, что на тренировочных занятиях редко применяются игры-эстафеты и игровые упражнения, способствующие развитию физических и нравственно-волевых качеств юных спортсменов. В учебно-тренировочном процессе более 75 % тренеров не применяют игры-эстафеты, а 25 % используют их крайне редко.

В системе физической подготовки юных спортсменов довольно часто применяются однообразные, стандартные упражнения. Это не позволяет в должной мере повысить физическую подготовленность юных спортсменов и не способствует росту спортивных результатов, особенно на начальном этапе подготовки. Эффективному развитию физических и нравственно-волевых качеств юных спортсменов на начальном этапе подготовки спортсменов способствуют игры-эстафеты с различными движениями (бег, прыжки, метание, лазание), выполняемые в соревновательной форме с преодолением различных препятствий.

В процессе исследования установлено, что в играх-эстафетах имеется большой воспитательный и развивающий потенциал для повышения физической подготовленности и развития нравственно-волевых качеств юных спортсменов. Разнообразные игровые задания, включенные в содержание игр-эстафет, развивают физические качества (силу, быстроту, ловкость, выносливость, координацию движений). Они способствуют развитию нравственно-волевых качеств (организованности, дисциплинированности, ответственности, решительности, смелости, настойчивости и целеустремленности). Кроме того, в командных играх эстафетах у юных спортсменов развиваются такие нравственные качества, как коллективизм, дружба, взаимопомощь, товарищество, сплоченность, формируются согласованные действия, добрые гуманные взаимоотношения между участниками.

В играх-эстафетах юные спортсмены учатся согласованно действовать в соревновательной ситуации, оценивать пространственные и временные отношения, своевременно и самостоятельно принимать решение в сложившейся трудной ситуации. Они способствуют закреплению и совершенствованию ранее освоенных движений. Учитывая воспитательное и развивающее значение игр-эстафет, необходимо включить их в программу детских спортивных школ как региональный компонент и использовать их как средства развития физических, нравственно-волевых качеств и повышения физической подготовки юных спортсменов.

С целью повышения общей физической подготовки, развития физических и нравственно-волевых качеств юных спортсменов на предварительном этапе подготовки и начальной специализации необходимо использовать игры-эстафеты с различными движениями, игровыми заданиями, выполняемыми в соревновательной форме. Это будет способствовать повышению общей физической подготовки и воспитанию физических и нравственно-волевых качеств.

Во второй главе диссертации *« Принципы и методы организации, применения игр-эстафет и игровых упражнений в системе подготовки юных спортсменов»* раскрыты принципы и методы применения игр-эстафет, средства и методы развития физических и нравственно-волевых качеств у юных спортсменов. В ней представлены положительные результаты педагогического эксперимента, дана характеристика уровня нравственной воспитанности и развития физических и нравственно-волевых качеств,

физкультурно-спортивной юных спортсменов, занимающихся в детской спортивной школе. Значительное внимание уделено формированию нравственного сознания, воспитанию моральных норм поведения, положительных нравственных поступков, нравственных чувств (доброты, милосердия, заботы о других людях, отзывчивости), повышению уровня нравственной воспитанности и развитию физических и нравственно-волевых качеств.

Большое место во второй главе диссертации отведено аспектам нравственного воспитания, формированию положительных личностных черт характера, воспитанию дисциплины, организованности, ответственности, самостоятельности и развитию волевых качеств (смелости и решительности, уверенности в своих силах при выполнении игровых заданий, требующих проявления волевых усилий). Большое внимание уделено повышению нравственной воспитанности, предупреждению и преодолению негативных качеств (вспыльчивости, пререкания, лени, жестокости, упрямства, неорганизованности, недисциплинированности), формированию и закреплению нравственных умений и навыков поведения и оцениванию нравственных своих поступков и поступков других людей в процессе разных видов деятельности. Во второй главе диссертации раскрыты методы и методические приёмы дифференциации и индивидуализации игровых заданий, реализации индивидуально-дифференцированного похода в отборе и применении игр-эстафет, методы гуманизации и демократизации учебно-тренировочной работы с юными спортсменами.

Движущей силой педагогического процесса, направленного на воспитание физических и нравственно-волевых качеств юных спортсменов, в нашем исследовании является осознание ими значимости развития этих качеств для достижения высоких результатов в детском и юношеском спорте. Большую роль в осознании значимости физического и нравственного воспитания и развития физических и нравственно-волевых качеств играет просветительная работа. С целью формирования нравственного сознания и воспитания ценностного и ответственного отношения юных спортсменов к учебно-тренировочному процессу использовались словесные, наглядные и практические методы обучения игровым заданиям. Эффективными формами и методами нравственного просвещения юных спортсменов являлись этические беседы, индивидуальные и коллективные консультации, лекции, семинары, конференции, тематические собрания, встречи за круглым столом, посвященные физическому и нравственному воспитанию детей и подростков. Они проводились во внеучебное время с приглашением учителей общеобразовательных школ, тренеров-педагогов детских спортивных школ, родителей, известных спортсменов, ученых-педагогов и ветеранов спорта.

Основными критериями, характеризующими уровень нравственной воспитанности и развития нравственно-волевых качеств юных спортсменов, являлись: наличие зрелого нравственного сознания; устойчивые знания о физическом и нравственном воспитании; умение самостоятельно

анализировать свои поступки и поведения, давать оценку поступкам и поведению других людей с нравственных позиций; наличие положительных привычек и стремления к достижению поставленной цели; наличие желания добиваться успехов в различных видах деятельности и уверенности в своих силах и отсутствие боязни и страха при выполнении игровых упражнений, требующих проявления волевых качеств (смелости и решительности) в преодолении трудностей. Нравственная воспитанность спортсмена характеризуется наличием нравственного сознания, устойчивой привычки и культуры поведения и знаний о значимости физического и нравственного воспитания. Показатели этих критерий свидетельствуют о степени развития нравственного сознания, нравственной зрелости и воспитанности юных спортсменов.

При оценке успешности обучения и воспитания, уровня развития физических и нравственно-волевых качеств юных спортсменов нами учитывались приобретенные знания умения и навыки, достигнутые ими результаты в учебе, спорте, их активность в коллективе, общественной работе, нравственная воспитанность, их отношение к сверстникам, проявление внимания и заботы о других людях.

Спортивная тренировка юных спортсменов рассматривается как многолетний педагогический процесс, направленный на достижение высоких спортивных результатов. Одним из важнейших разделов спортивной тренировки юных спортсменов на этапе предварительной подготовки и начальной специализации является общая физическая подготовка. Эффективными средствами общей физической подготовки юных спортсменов на этапе предварительной подготовки и начальной специализации являются игры-эстафеты и игровые упражнения с различными движениями. Они развивают не только физические и нравственно-волевые качества, но и способствуют комплексному решению воспитательных, образовательных и оздоровительных задач спортивной тренировки.

Воспитательный и развивающий эффект игр-эстафет, используемых на тренировочных занятиях с юными спортсменами, в значительной мере зависит от правильного педагогического руководства. Руководящая роль при организации и проведении игр-эстафет принадлежит тренеру-педагогу, работающему в детской спортивной школе. Он обязан воспитать у юных спортсменов необходимые физические, нравственно-волевые качества, заботиться о здоровье занимающихся, формировать положительное отношение к занятиям физической культурой и спортом.

Отбор и применение игр-эстафет следует осуществлять с учетом возраста и уровня физической, функциональной подготовленности занимающихся. Игры-эстафеты должны соответствовать возрасту и уровню подготовленности детей. Доступность игровых заданий, входящих в игры-эстафеты, имеет большое значение для воспитания уверенности детей в своих силах и преодоления боязливости во время выполнения упражнений, требующих проявления волевых усилий.

Тренер-педагог должен содействовать развитию самостоятельности и активности детей. Это возможно при использовании игр-эстафет с учетом интереса и желаний юных спортсменов. При таком подходе повышается активность, развивается самостоятельность и инициатива детей. В играх-эстафетах следует использовать методы поощрения и стимулирования, отмечая их успехи и положительные результаты, достигнутые в выполнении игровых заданий. Похвала и поощрение стимулируют их активность в играх-эстафетах, и они стремятся показать лучшие результаты.

Одной из основных задач тренера-педагога является воспитание организованности, дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, смелости, решительности во время выполнения игровых заданий, включенных в игру-эстафету. Учебно-тренировочный процесс должен быть направлен на решение этой задачи. Исследование показало, что умело, применяемые игры-эстафеты и игровые задания способствуют не только развитию физических качеств, но и воспитанию нравственных качеств (инициативности, самостоятельности, дисциплинированности, чувства ответственности перед коллективом).

Важнейшими педагогическими условиями и требованиями для рационального применения игр-эстафет в системе физической подготовки юных спортсменов являются: обеспечение преемственности при использовании игр-эстафет и освоении новых игровых упражнений и заданий; соблюдение в большей мере дидактических принципов (сознательности и активности, систематичности и последовательности, доступности и индивидуализации) при обучении игровым упражнениям; создание развивающей игровой среды с использованием различных игр-эстафет с разнообразными движениями, выполняемыми в соревновательной форме; применение доступных игровых заданий, отобранных с учетом возраста и уровня подготовленности юных спортсменов; постепенное повышение трудностей используемых игр-эстафет и выполняемых заданий, требующих проявления быстроты, силы, ловкости, выносливости и волевых усилий; учет возрастных и индивидуальных особенностей юных спортсменов, и присущих им черт характера при отборе и применении средств общей физической подготовки. Соблюдение этих педагогических условий и требований позволяет улучшить физическую подготовку юных спортсменов и обеспечить должный уровень развития физических и нравственно-волевых качеств, необходимых для освоения техники и тактики избранного вида спорта.

Учитывая это, спортивная тренировка юных спортсменов на этапах предварительной подготовки и начальной специализации должна быть, направлена на комплексное развитие физических и нравственно-волевых качеств с применением игр-эстафет в сочетании с различными общеподготовительными и специально-подготовительными упражнениями.

Игры-эстафеты следует использовать в подготовительном, соревновательном и переходном периодах спортивной тренировки. На этапе предварительной подготовки начинающих спортсменов играм-эстафетам

отводится на каждом тренировочном занятии 25-20 минут, на этапе начальной специализации 10-15 минут при 90 минутном уроке. Игры-эстафеты и игровые упражнения следует использовать в подготовительной и заключительной части тренировочного урока.

С целью воспитания волевых качеств (смелости и решительности) юных спортсменов использовались игры-эстафеты и игровые задания, связанные с преодолением трудностей. В содержание игры-эстафеты включали бег с преодолением препятствий, прыжки в высоту и глубину, опорные прыжки через козла и коня, прыжки с поворотами на 180, 360 градусов с возвышенного места и другие упражнения, требующие проявления волевых качеств. Большой интерес вызывают у юных спортсменов командные игры-эстафеты с преодолением препятствий, передачей различных предметов (флажки, мячи, кегли, эстафетной палочки).

Основополагающим принципом применения игр-эстафет являлся принцип постепенного нарастания трудностей выполняемых упражнений и игровых заданий. Упражнения для игр-эстафет отбирались с учетом возраста и уровня подготовленности юных спортсменов. Каждое задание, включенное в игру-эстафету, выполнялось не более двух-трех раз с интервалами отдыха 3-4 минуты. После игр-эстафет, требующих проявления максимальной силы, скорости, выносливости и волевых усилий, использовались более длительные интервалы отдыха с выполнением дыхательных упражнений, снимающих усталость и перенапряжение организма.

Учитывая большие индивидуальные различия внутри одного возраста юных спортсменов, в играх-эстафетах использовались разные по сложности игровые задания. Для юных спортсменов, имеющих недостаточную физическую подготовленность, использовались более легкие задания с меньшим количеством повторений. Для сильных ребят применялись более трудные задания.

Одним из важнейших условий для рационального применения игр-эстафет в качестве средств общей физической подготовки юных спортсменов является учет индивидуальных особенностей физического развития и физической подготовленности каждого занимающегося. В основу применения игр-эстафет был положен принцип доступности и индивидуализации, предусматривающий соблюдение дидактических правил: «от легкого к трудному», «от простого к сложному», «от известного к неизвестному». Соблюдение этих дидактических правил позволяет повысить воспитательный и развивающий эффект применения игр-эстафет в системе подготовки юных спортсменов.

Учебно-тренировочные занятия проводились на принципах демократизации, гуманизации и педагогики сотрудничества с предоставлением, занимающимся самостоятельности, свободы действий путем установления добрых, доверительных и гуманных взаимоотношений между участниками педагогического процесса.

Исследование показало, что тренировочный эффект используемых игр-эстафет значительно повышается при постепенном нарастании

трудностей выполняемых заданий с учетом возрастных и индивидуальных особенностей юных спортсменов.

Воспитательный и развивающий эффект игр-эстафет во многом зависит от правильного дозирования нагрузки. В играх-эстафетах физическая нагрузка дозировалась: увеличением или уменьшением общего времени, отведенного на игру-эстафету; применением трудных или легких заданий с большим или меньшим числом повторений; введением кратковременных перерывов при выполнении игровых заданий; увеличением или уменьшением длины пробегаемой дистанции, количества преодолеваемых препятствий и число повторений игровых заданий; снятием эмоционального напряжения путем применения дыхательных упражнений и упражнений на расслабление мышц, участвующих в выполнении заданий.

Физическую нагрузку в процессе учебно-тренировочных занятий следует контролировать по частоте сердечных сокращений и по внешним признакам утомления (учащенное дыхание, одышка, сильное покраснение, нескоординированные движения, потливость). На тренировочных занятиях желательно не допускать резкого учащения пульса более 165 уд/мин и признаков большого утомления.

В процессе спортивной тренировки с целью развития физических и нравственно-волевых качеств использовались словесные, наглядные и практические методы обучения. С целью формирования сознательного и ответственного отношения юных спортсменов к учебно-тренировочному процессу проводись специальные беседы о значении игр-эстафет для развития физических и нравственно-волевых качеств.

Исследование показало, что игры-эстафеты, применяемые в учебно-тренировочном процессе юных спортсменов по разработанной нами методике, оказали положительное влияние на их физическое развитие, физическую подготовленность и работоспособность. В конце педагогического эксперимента у юных спортсменов, занимающихся в экспериментальных группах, наблюдались более высокие показатели физического развития, физической подготовленности и работоспособности, чем у детей контрольных групп. Игры-эстафеты с разнообразными движениями, применяемые в системе подготовки юных спортсменов, способствовали повышению физической подготовленности, воспитанию физических и нравственно-волевых качеств и развитию силовых, скоростных, скоростно-силовых способностей и общей выносливости и достижению высоких спортивных результатов. Это подтверждается позитивными результатами педагогического эксперимента.

ВЫВОДЫ

Проведенное исследование позволяет сделать следующие выводы**:**

1. Исследование выявило, что на этапе предварительной подготовки и начальной специализации эффективными средствами развития физических и нравственно-волевых качеств у юных спортсменов являются игры-эстафеты и игровые упражнения, выполняемые в соревновательной форме.

Применение игр-эстафет с различными движениями (бег, ходьба, прыжки, метание, лазанье) в учебно-тренировочном процессе способствует комплексному развитию физических и нравственно-волевых качеств юных спортсменов.

2. В процессе исследования нами установлено, что воспитательный и развивающий эффект игр-эстафет и игровых упражнений в значительной мере зависит от рационального планирования и применения их в тренировке юных спортсменов. Эффективное развитие физических и нравственно-волевых качеств юных спортсменов на этапе предварительной подготовки и начальной специализации возможно при соблюдении следующих педагогических условий и требований:

- при целенаправленном применении игр-эстафет с различными движениями (бег, прыжки, метание, равновесие) способствующими воспитанию двигательных и координационных способностей и развитию физических и нравственно-волевых качеств;
- при использовании в тренировке юных спортсменов игр-эстафет и игровых заданий, требующих проявления физических качеств (силы, быстроты, ловкости, выносливости) и волевых качеств (смелости и решительности, настойчивости, целеустремленности);
- при формировании нравственного сознания и воспитании сознательного и ответственного отношения юных спортсменов к учебно-тренировочному процессу, поддержании чувства уверенности учащихся в своих силах во время выполнения упражнений, требующих проявления волевых усилий;
- при создании гуманной, личностно-ориентированной, развивающей игровой среды с использованием доступных игр-эстафет и игровых упражнений, выполняемых в соревновательной форме и требующих волевых усилий;
- при применении доступных игр-эстафет и игровых заданий с постепенным нарастанием их трудностей с учетом возраста и уровня подготовленности юных спортсменов;
- при стимулировании активности, самостоятельности, ответственности и положительных нравственных поступков и поведения, учащихся в процессе учебной, игровой и трудовой деятельности;
- при обеспечении преемственности в использовании игр-эстафет и освоении новых игровых заданий, требующих преодоления трудностей;
- при создании и использовании педагогических ситуаций, дающих возможность юным спортсменам для свободного выбора своих действий в решении поставленных задач и достижении цели обучения и давать оценку свои поступкам и поступкам других людей.

Исследование показало, что при создании и реализации этих педагогических условий и требований значительно усиливается воспитательный, развивающий и тренировочный эффект используемых игр-эстафет, направленных на воспитание физических и нравственно-волевых качеств и на повышение физической подготовленности юных спортсменов.

3. Эффективными средствами развития физических и нравственно-волевых качеств юных спортсменов являются: бег с преодолением препятствий; прыжки в высоту и глубину, опорные прыжки через козла и коня, прыжки с поворотами на 90, 180, 360 градусов с возвышенного места; бег с переносом и передачей различных предметов. Выполнение этих упражнений способствуют развитию волевых качеств.

4. Исследование показало, что в играх-эстафетах закрепляются и совершенствуются навыки быстрого бега, прыжков, метания, лазания, передачи различных предметов и преодоления препятствий, требующих проявления волевых усилий. Правильно отобранные игры-эстафеты с разнообразными движениями улучшают не только физическую подготовленность юных спортсменов и способствуют развитию нравственно-волевых качеств (смелости и решительности). В процессе исследования установлено, что игры-эстафеты с различными движениями оказывают более эффективное влияние на физическое развитие и физическую подготовленность юных спортсменов, чем однообразные, традиционные, общеразвивающие упражнения.

5. Основными критериями - показателями, характеризующими уровень нравственной воспитанности и развития нравственно-волевых качеств юных спортсменов, являются: наличие зрелого нравственного сознания; умение самостоятельно анализировать свои поступки и поведения; умение давать правильную оценку поведению и поступкам других людей с нравственных позиций; наличие стремления к достижению поставленной цели; наличие уверенности в своих силах и отсутствие страха и боязливости при выполнении упражнений, требующих проявления волевых усилий в преодолении трудностей.

При оценке уровня нравственной воспитанности и развития нравственно-волевых качеств, прилежания и успешности юных спортсменов необходимо учитывать достигнутые им результаты в учебе, спорте, их активность в общественной работе, отношение к сверстникам, забота о других людей и другие положительные поступки. Показатели этих критерий свидетельствуют не только о степени развития учебных возможностей, но и об уровне нравственной воспитанности, развитии нравственно-волевых качеств и о формировании нравственного сознания и поведения юных спортсменов.

6. С целью формирования нравственного сознания и воспитания ценностного отношения детей и подростков к учебно-тренировочному процессу следует использовать словесные, наглядные и практические методы обучения. Эффективными формами и методами нравственного просвещения юных спортсменов являются индивидуальные, коллективные этические беседы, консультации, семинары, лекции, конференции, тематические собрания, встречи за круглым столом, различные средства и способы наглядной агитации, посвященные нравственному воспитанию детей и подростков. Их следует проводить во внеучебное время с приглашением учителей общеобразовательных школ, тренеров-педагогов

детских спортивных школ, известных спортсменов, ученых – педагогов, имеющих положительный опыт в физическом и нравственном воспитании школьников. Это способствует формированию нравственного сознания, развитию знаний и повышению нравственной воспитанности юных спортсменов.

7. С целью направленного развития физических и нравственно-волевых качеств и воспитания двигательных способностей юных спортсменов игры-эстафеты целесообразно разделить на следующие виды:

- игры-эстафеты, развивающие быстроту, ловкость и координационные способности;
- игры-эстафеты, развивающие силу и скоростно-силовые качества;
- игры-эстафеты, развивающие общую выносливость;
- игры-эстафеты, и игровые упражнения, развивающие нравственно-волевые качества. Это позволяет более целенаправленно и избирательно воздействовать на развитие физических и нравственно-волевых качеств юных спортсменов.

8. Основополагающим принципом применения игр-эстафет для развития физических и нравственно-волевых качеств юных спортсменов должен быть принцип постепенного нарастания трудностей выполняемых игровых заданий. Трудность выполняемых упражнений, включенных в содержание игр-эстафет, следует увеличивать постепенно с учетом возраста, индивидуальных особенностей и уровня физической подготовленности юных спортсменов.

В основу применения игр-эстафет должен быть положен принцип доступности и индивидуализации, предусматривающий применение доступных игровых заданий и обязательного соблюдения, дидактических правил « от легкого к трудному», «от простого к сложному», «от известного к неизвестному». Это повышает воспитательный и развивающий эффект используемых игр-эстафет в системе подготовки юных спортсменов.

9. Одним из необходимых условий для рационального использования игр-эстафет и игровых упражнений, направленных на развитие физических и нравственно-волевых качеств юных спортсменов, является учет индивидуальных особенностей физического развития и физической подготовленности. Учитывая большие индивидуальные различия внутри группы детей одного возраста, в играх-эстафетах следует применять разные по сложности игровые задания, отобранные с учетом возраста и уровня подготовленности занимающихся.

Для детей и подростков, имеющих слабую физическую подготовленность, следует использовать более легкие игровые задания. Объём, темп и интенсивность, трудность применяемых упражнений для этой категории юных спортсменов следует увеличивать постепенно от занятия к занятию с учетом возраста и уровня их подготовленности.

10.Физическую нагрузку в процессе тренировочных занятий следует контролировать по частоте сердечных сокращений и по внешним признакам утомления. Для юных спортсменов нежелательны форсированные

физические нагрузки, вызывающие перенапряжение сердечно-сосудистой системы, резкого учащения пульса (более 165 уд/мин) и большого утомления (сильное покраснение, побледнение, одышка, потливость, потеря координации движений), поскольку такие нагрузки могут причинить ущерб их здоровью.

Дозирование нагрузки во время игр-эстафет следует осуществлять:

- увеличением или уменьшением общего времени, отведенного на игру-эстафету;
- применением более легких или трудных игровых заданий с большим и меньшим числом повторений;
- введением кратковременных перерывов для подсчета очков и разбора допускаемых ошибок при выполнении игровых заданий;
- снятием эмоционального напряжения путем применения упражнений для восстановления дыхания и расслабления мышц, участвующих в выполнении игровых заданий.

11.Исследование показало, что игры-эстафеты, проводимые по разработанной нами методике, способствуют улучшению показателей физического развития, физической подготовленности юных спортсменов и развитию физических и нравственно-волевых качеств. Это подтверждается позитивными результатами педагогического эксперимента.

За период педагогического эксперимента увеличилось число юных спортсменов с высоким и выше средним уровнями физической подготовленности. Число подростков и юношей с высоким и выше средним уровнями развития физических качеств увеличилось с 20 человек (50%) до 31 человека (77,5%). Это свидетельствует о более высоком уровне развитии силовых, скоростных, скоростно-силовых качеств и общей выносливости у юных спортсменов, занимающихся в экспериментальных группах.

12.Исследование выявило, что за период эксперимента значительно повысился уровень нравственной воспитанности юных спортсменов, который характеризовался зрелостью нравственного сознания, способностью анализировать свои поступки и действия, давать оценку нравственному поведению других людей. Число юных спортсменов с высоким уровнем развития нравственного сознания, правильно оценивающих свои поступки и действия с нравственных позиций, увеличилось до 20 чел (50%). Одновременно увеличилось число юных спортсменов, совершающих положительные нравственные поступки и проявляющих добрые чувства (милосердие, отзывчивость, забота о других людях, помощь, поддержка, уважение к людям старшего возраста) до 22 чел (55%). См. табл. 1.

Наблюдение выявило, что юные спортсмены, имеющие высокий уровень нравственной воспитанности, осознавали значимость нравственного воспитания для развития личности. За период опытно-экспериментальной работы они научились соблюдать моральные нормы поведения и давать правильную оценку своим поступкам и поступкам других людей с нравственных позиций. Юные спортсмены выражали свои нравственные

чувства (переживание, сочувствие), проявляли гуманность, оказывали помощь и поддержку в необходимых случаях. Это свидетельствует о повышении нравственной воспитанности юных спортсменов, которая проявлялась в их положительных поступках и действиях в ситуации свободного выбора и выражалась в улучшении личностных качеств и формировании устойчивых знаний, умений и навыков поведения.

Таблица 1.

Изменение уровня нравственной воспитанности юных спортсменов за период педагогического эксперимента

Критерии нравственной воспитанности	В начале эксперимента						В конце эксперимента					
	Высокий уровень		Средний уровень		Низкий уровень		Высокий уровень		Средний уровень		Низкий уровень	
	чел.	%	чел.	%	чел.	%	чел.	%	чел.	%	чел.	%
Нравственное сознание	13	32,5	18	45	9	22,5	20	50	16	40	4	10
Нравственные чувства	12	30	19	47,5	9	22,5	25	62,5	12	30	3	7,5
нравственные поступки и поведение	16	40	18	45	6	15	22	55	14	35	4	10

13. В процессе опытно-экспериментальной работы выявлены положительные изменения, происшедшие в развитии волевых качеств у юных спортсменов. За период эксперимента число юных спортсменов с высоким уровнем развития волевых качеств (смелости и решительности) увеличилось до 18 чел (45%). Число учащихся, выполнивших упражнение с преодолением трудностей без страха и боязни, увеличилось до 21 чел (52,5%). Число юных спортсменов, качественно, без ошибок выполнивших упражнение и показавших высокие спортивные результаты увеличилось соответственно до 23 человек (57,5%) и до 13 чел (32,5%). См. табл.2.

У юных спортсменов, занимающихся в экспериментальной группе, улучшились такие волевые качества как смелость, решительность, настойчивость, целеустремленность и формировались нравственное сознание

и моральные нормы поведения. Они научились без страха и боязни выполнять упражнения, требующие проявления волевых усилий в достижении поставленной цели. У большинства учащихся появилась вера, уверенность в своих силах при выполнении упражнений, связанных с проявлением волевых качеств смелости и решительности. Это свидетельствует о повышении уровня развития волевых качеств юных спортсменов.

Таблица 2.

Изменение уровня развития волевых качеств (смелости и решительности) у юных спортсменов в процессе педагогического эксперимента

Критерии и показатели уровня развития волевых качеств	В начале эксперимента						В конце эксперимента					
	Высокий уровень		Средний уровень		Низкий уровень		Высокий уровень		Средний уровень		Низкий уровень	
	чел.	%	чел.	%	чел.	%	чел.	%	чел.	%	чел.	%
Наличие уверенности в своих силах при выполнении упражнений, требующих проявления смелости и решительности.	5	12,5	16	40	19	47,5	18	45	14	35	8	20
Отсутствие страха и боязни при выполнении упражнений.	7	17,4	17	42,6	16	40	21	52,5	15	37,5	4	10
Качественное выполнение упражнений в соревновательной форме без ошибок	6	15	18	45	15	37,5	23	57,5	14	35	3	7,5
Высокие спортивные результаты на состязаниях	4	10	15	37,5	21	52,5	13	32,5	17	42,5	10	25
Стремление к достижению поставленной цели	11	27,5	17	42,5	12	30	23	57,5	10	25	7	17,5

14. Педагогические наблюдения, проведенные в конце эксперимента, выявили повышение физкультурно-спортивной активности у юных спортсменов, занимающихся в экспериментальных группах. Во время игр-эстафет и учебно-тренировочных занятий они были более активными, проявляли большую самостоятельность, инициативу и ответственно относились к выполнению игровых заданий. У них улучшились черты

характера, исчезла боязливость, неуверенность при выполнении упражнений и повысился интерес к играм-эстафетам.

Тренеры-педагоги отмечают возросший интерес у юных спортсменов к тренировочным занятиям, высокую организованность и хорошую дисциплину. Юные спортсмены, занимающиеся в экспериментальных группах, принимают активное участие в физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятиях, проводимых в общеобразовательных школах и в детской спортивной школе. Это свидетельствует о формировании положительной мотивации юных спортсменов к здоровому образу жизни и о воспитании ответственного отношения к занятиям физической культурой и спортом.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В процессе исследования установлено, что достижение высоких спортивных результатов в избранном виде спорта, в том числе и в спортивной борьбе, невозможно, без целенаправленного развития физических и нравственно-волевых качеств. Одним важнейших разделов спортивной тренировки юных спортсменов на этапе предварительной подготовки и начальной специализации является общая физическая подготовка. Высокий уровень развития физических и нравственно-волевых качеств создаёт благоприятные предпосылки для повышения физической и психологической подготовки юных спортсменов и успешного выступления их на соревнованиях. В связи с этим в системе многолетней подготовки юных спортсменов следует уделять большое внимание развитию физических качеств (силы, быстроты, ловкости, выносливости, координации движений) и воспитанию нравственно-волевых качеств (смелости, решительности, силы воли, терпеливости, настойчивости, целеустремленности, ответственности, дисциплинированности, самостоятельности).

Исследование показало, что эффективному развитию физических и нравственно-волевых качеств юных спортсменов способствуют игры-эстафеты с различными движениями (бег, ходьба, прыжки, метания, равновесие).

Педагогические наблюдения выявили ряд недостатков в системе спортивной тренировки юных спортсменов. Отдельные тренеры детских спортивных школ в процессе тренировочных занятий недостаточное внимание уделяют развитию физических и нравственно-волевых качеств и редко используют игры-эстафеты в учебно-тренировочном процессе. В тренировочном процессе часто применяются стандартные, однообразные физические упражнения из программы общеобразовательных школ. Это не позволяет обеспечить должный уровень развития физических и нравственно-волевых качеств и отрицательно влияет на физическую подготовленность юных спортсменов, особенно на этапе предварительной подготовки и начальной специализации.

Анализ научно-методической литературы, посвященной спортивной тренировке юных спортсменов, показал, что в научных исследованиях и учебно-методических пособиях недостаточно освещены и слабо раскрыты воспитательные и развивающие возможности игр-эстафет, принципы и методы их применения для развития физических и нравственно-волевых качеств. Это обусловлено отсутствием научно-обоснованных педагогических рекомендаций по использованию игр-эстафет и недооценкой тренерами-педагогами их значения для развития физических и нравственно-волевых качеств и повышения физической подготовки юных спортсменов.

В процессе педагогического эксперимента установлено, что в играх-эстафетах с различными движениями имеется большой воспитательный и развивающий потенциал. Они являются эффективными средствами развития физических и нравственно-волевых качеств, закрепления и совершенствования ранее освоенных двигательных умений и навыков. Многообразные движения, входящие в содержание игр-эстафет, оказывают положительное влияние на организм юных спортсменов, улучшают их физическое и нравственное развитие, повышают физическую подготовленность и развивают физические и нравственно-волевые качества.

Исследование показало, что при разумном и рациональном использовании игр-эстафет с разнообразными движениями и применении дозированных по объему и интенсивности игровых упражнений, выполняемых в соревновательной форме, значительно усиливается воспитательный и развивающий эффект учебно-тренировочных занятий и успешно развиваются физические и нравственно-волевые качества юных спортсменов.

В процессе исследования выявлено, что волевые качества юных спортсменов наиболее успешно развиваются в процессе двигательной деятельности, связанной с преодолением трудностей. Поэтому для развития волевых качеств следует применять метод постепенного усложнения задач, решаемых на тренировочном занятии. С целью развития волевых качеств (смелости, решительности) в содержание игр-эстафет необходимо включить упражнения, требующие проявления волевых усилий (бег с преодолением препятствий, прыжки в высоту, прыжки в глубину с возвышенного места с поворотами, ходьба, бег и равновесие на ограниченной и повышенной опоре, кувырки вперед через натянутую веревку, ползание, подтягивание). Разнообразные движения и задания, включенные в содержание игр-эстафет, повышают интерес юных спортсменов к учебно-тренировочному процессу и оказывают положительное влияние на их физическую и функциональную подготовленность, развивают физические и нравственно-волевые качества.

Педагогические наблюдения выявили, что для отдельных юных спортсменов характерны отрицательные эмоциональные переживания (боязнь получить травму, страх, неуверенность в своих силах, нерешительность во время выполнения игровых заданий, стеснительность, смущение перед зрителями). С целью преодоления этих отрицательных эмоций и развития волевых качеств (решительности и смелости)

необходимо использовать игры-эстафеты и игровые задания, требующие проявления волевых усилий.

В процессе исследования установлено, что в играх-эстафетах, применяемых в учебно-тренировочном процессе, эффективное развитие волевых качеств возможно:

-при постепенном усложнении выполняемых заданий;

- при создании дополнительных трудностей и сложных ситуаций, требующих волевых усилий;

- при выполнении упражнений в соревновательной форме и проведении игр-эстафет в присутствии зрителей;

- при применении игр-эстафет и игровых заданий соревновательной направленности, требующих преодоления трудностей и проявления волевых качеств.

Принцип постепенного усложнения решаемых в играх-эстафетах задач и нарастания трудностей выполняемых упражнений с учетом возраста, индивидуальных особенностей и уровня подготовленности занимающихся является основополагающим при развитии физических и волевых качеств у юных спортсменов.

С целью повышения оздоровительного и тренировочного эффекта отбор и применение игр-эстафет следует осуществлять с учетом возраста и уровня подготовленности юных спортсменов. В содержание игр-эстафет следует включить ранее освоенные и хорошо знакомые виды движений и доступные игровые задания, соответствующие возрасту и уровню подготовленности юных спортсменов.

В детской спортивной школе учебно-тренировочная работа должна быть направлена не только на достижение высоких спортивных результатов, но на воспитание нравственно-волевых качеств, необходимых в разных сферах жизни. Одной из важнейших задач тренера-педагога, работающего в детской спортивной школе, является воспитание у юных спортсменов этических норм и привычек поведения, уважительного отношения к окружающим.

В начале спортивной деятельности педагогу необходимо формировать у юных спортсменов прочные основы нравственного воспитания и своевременно предупредить возможные срывы в их поведении (эгоизм, зазнайство, высокомерие, цинизм, нигилизм, жестокость, неуважительное отношение к соперникам). В детском и юношеском возрасте очень важно воспитать положительное отношение к спорту, формировать у юных спортсменов положительную мотивацию к здоровому образу жизни, развивать чувства ответственности и долга перед коллективом, стремление к достижению высоких результатов в избранном виде спорта.

С целью воспитания положительных нравственных качеств (честности, справедливости, ответственности, активности, самостоятельности, доброты, дисциплинированности), формирования уважительного отношения к сопернику и предупреждения возможных срывов в поведении юных спортсменов следует использовать словесные,

наглядные и практические методы обучения. Эффективными средствами, формами и методами нравственного просвещения юных спортсменов являются: этические беседы, лекции, диспуты, конференции, тематические собрания, различные средства и способы наглядной агитации. Это помогает воспитать у юных спортсменов правильное представление о нравственных ценностях, способствует формированию нравственного сознания, поведения и осмыслению ценности нравственного опыта и морального поведения личности.

Исследование показало, что создание специальных ситуаций нравственного поведения стимулирует положительное поведение и способствует предотвращению отрицательных поступков детей и подростков. Перенос от словесных методов нравственного воспитания к практике исключает упрощение и искажение принципов гуманистической морали. В результате практических действий нравственное воспитание из просветительства превращается в педагогику сотрудничество и формируется у детей и подростков ценностно-смысловое отношение к нему. Волевые качества (смелость и решительность) успешно развиваются в процессе выполнения заданий, требующих преодоления трудностей при достижении поставленной цели.

В процессе исследования установлено, что положительное влияние на нравственное воспитание юных спортсменов оказывают методы убеждения, разъяснения и внушения, методы стимулирования, мотивации и поощрения учебно-познавательной деятельности (одобрение, похвала, благодарность, награждение).

Тренер-педагог должен поощрить положительные нравственные поступки и поведение юных спортсменов, дисциплинированных, работоспособных, отзывчивых и инициативных учеников и осуждать ленивых, недисциплинированных ребят, создавая благоприятный социально-психологический климат, и стимулирую их активность, творчество. Он должен научить юных спортсменов анализировать свои поступки и действия, систематически поощряя их активность, успешность, достигнутые в учебе и спорте результаты, отмечая положительные нравственные поступки и поведения.

В работе с юными спортсменами нежелательны методы принуждения и недопустим авторитарный стиль общения. Наблюдение показало, что нарушение этических норм поведения, грубое отношение тренера педагога к юным спортсменам, жесткие указания и повышенные требования отрицательно влияют на ученика, травмируют его психику и способствуют появлению их недовольства и агрессии. Чтобы этого не случилось необходимо исключить авторитарный стиль общения с юными спортсменами и организовать учебно-воспитательную работу на принципах демократизации и гумманизации её содержания путём установления добрых, доверительных, гуманных взаимоотношений между участниками педагогического процесса и предоставления возможности им самостоятельно

выбрать игру-эстафету и игровые задания, выполняемые в соревновательной форме.

Исследование показало, что тренировочный эффект игр-эстафет значительно повышается при постепенном нарастании трудностей выполняемых игровых заданий с учетом возраста, индивидуальных особенностей и уровня подготовленности юных спортсменов. Принцип постепенного нарастания трудностей выполняемых игровых упражнений и постепенное усложнение правил игр-эстафет, обеспечение преемственности в обучении игровым заданиям соблюдение требований принципов доступности и индивидуализации являются основополагающими при отборе и использовании игр-эстафет для развития физических и нравственно-волевых качеств юных спортсменов.

В процессе проведенного исследования доказана целесообразность и необходимость применения игр-эстафет для развития физических и нравственно-волевых качеств юных спортсменов и экспериментально обоснована их эффективность в условиях детской спортивной школы.

Проведенное исследование показало, что в играх-эстафетах имеются большие воспитательные и развивающие возможности, как в физическом, так и нравственном воспитании юных спортсменов. Применение игр-эстафет в системе физической подготовки юных спортсменов способствует развитию физических и нравственно-волевых качеств, необходимых в разных видах деятельности. Это подтверждается положительными результатами педагогического эксперимента.

Разработанные нами педагогические рекомендации по использованию игр-эстафет, принципы и методы их применения для развития физических и нравственно-волевых качеств юных спортсменов одобрены Министерством спорта Республики Дагестан и активно используются тренерами-педагогами в детских спортивных школах и школах-интернатах спортивного профиля.

Основное содержание диссертации отражено в следующих публикациях автора:

1. Гусейнов А.Г. Воспитание нравственных качеств у детей средствами физической культуры. // Педагогика, 2008. – № 1. – С. 67-73. /Входит в перечень рецензируемых изданий ВАК РФ/.

2. Гусейнов А.Г., Керимов М.К. Антропология и некоторые аспекты медицины: монография. – Махачкала: Изд-во «Юпитер», 2003.– 150 с.

3. Гусейнов А.Г. Средства и методы воспитания скоростно-силовых качеств и выносливости у юных борцов вольного стиля и дзюдоистов. // Сборник статей ассоциация молодых ученых Дагестана. – Выпуск 25, – Махачкала, 2005. – С. 182-187.

4. Гусейнов А.Г. Рациональное планирование тренировочных нагрузок в период подготовки юных борцов к ответственным соревнованиям. // Сборник статей ассоциации молодых ученых Дагестана. – Выпуск 26, – Махачкала, 2006. – С. 35-37

5. Гусейнов А.Г. Рациональное планирование тренировочных нагрузок в период подготовки юных спортсменов к ответственным соревнованиям. // Материалы Международной Конференции. – Часть 2. – М.: МГУ, 2006. – С. 132-134.

6. Гусейнов А.Г. Средства и методы воспитания скоростно-силовых качеств и выносливости у юных спортсменов. // Сборник научных трудов Института физической культуры ДГПУ: Организация и методика учебного процесса физкультурно-оздоровительной и спортивной работы. – Махачкала: ДГПУ, 2008. – С. 17-23.

7. Гусейнов А.Г. Рациональное планирование тренировочных нагрузок в период подготовки спортсменов к ответственным соревнованиям. // Сборник научных трудов Института физической культуры ДГПУ: Организация и методика физкультурно-оздоровительной и спортивной работы. – Махачкала: ДГПУ, 2008. – С. 6-11.

8. Гусейнов А.Г. Педагогические условия развития физических качеств, двигательных и координационных способностей у юных спортсменов // Сборник статей ассоциации молодых ученых Дагестана. – Выпуск 40, – Махачкала, 2008. – С. 56-58

9. Гусейнов А.Г. Алиев М.Н.. Воспитание физических и нравственно-волевых качеств юных спортсменов: Монография. – Махачкала: Изд-во ДГПУ, 2008. – 150 с.