



СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ТРЕНИНГ – КАК СРЕДСТВО ФОРМИРОВАНИЯ ОЛИМПИЙСКИХ ЦЕННОСТЕЙ У ПОДРАСТАЮЩЕГО ПОКОЛЕНИЯ

УДК 796

Светлана Л. Сазонова, Полина В. Суркова

Екатеринбургский институт физической культуры (филиал) ФГБОУ ВО УралГУФК, г. Екатеринбург, Россия.

Аннотация

Актуальность. Сегодня в образовательном пространстве представлено многообразие форм и методов олимпийского образования (проведение выставок на олимпийскую тематику, Олимпийских фестивалей, «круглых столов» для обсуждения олимпийских проблем с участием школьников, встречи и мастер классы с известными спортсменами, проведение лекций, бесед и семинаров на олимпийскую тематику со студентами). Однако стоит отметить, что основная цель олимпийского образования, не только просветительская, конечным результатом должен стать переход олимпийских ценностей в личностные.

Цель исследования: формирование у подростков 15-16 лет модели поведения на основе олимпийских ценностей.

Методы и организация исследования. Для решения поставленной проблемы мы использовали следующие методы исследования: анализ и обобщение научно-методической литературы, наблюдение, анкета для выявления знаний об олимпийских идеалах и ценностях, опросник Фэйр Плэй, методика оценки отношения к различным ценностям (А.Г Егоров, М.А Захаров).

Ключевые слова: олимпийское образование, олимпийские ценности, подрастающее поколение.

Конфликт интересов: автор заявляет об отсутствии конфликта интересов

Для цитирования: Сазонова С.Л., Суркова П.В. Социально-психологический тренинг – как средство формирования олимпийских ценностей у подрастающего поколения // Научные и образовательные основы в физической культуре и спорте. 2021. №1. 19-23.
<https://doi.org/10.57006/2782-3245-2021-1-1-19-23>

Статья поступила: 06.07.2021

Статья принята в печать: 26.09.2021

Статья опубликована: 09.10.2021

Информация для связи с авторами: eifk@sport-ural.ru

SOCIO-PSYCHOLOGICAL TRAINING-AS A MEANS OF FORMING OLYMPIC VALUES AMONG THE YOUNGER GENERATION

Svetlana L. Sazonova

Polina V. Surkova

Ekaterinburg Institute of Physical Culture, Ekaterinburg, Russia

Abstract

Today, the educational space presents a variety of forms and methods of Olympic education (holding exhibitions on the Olympic theme, Olympic festivals, round tables to discuss Olympic problems with the participation of schoolchildren, meetings and master classes with famous athletes, holding lectures, conversations and seminars at Olympic theme with students). However, it should be noted that the main goal of Olympic education, not only educational, the end result should be the transition of Olympic values into personal ones.

Keywords: Olympic education, Olympic values, the younger generation.

Conflict of interest: Author declares absence of conflict of interest

For citation: Sazonova S.L., Surkova P.V. Socio-psychological training-as a means of forming olympic values among the younger generation// Scientific and educational foundations in physical culture and sports. 2021. №1. <https://doi.org/10.57006/2782-3245-2021-1-1-19-23>

Введение. В подростковом возрасте идет активный процесс формирования мировоззрения и соответственно ценностного самоопределения. Ценностные представления подвержены изменениям, крайностям, присутствует нигилизм и амбивалентность взглядов. Поэтому в образовательном процессе необходимо помочь подростку определиться относительно траектории гармоничного развития и саморазвития, а сделать это возможно, в том числе и через усвоение и принятие олимпийских ценностей.

«Олимпизм проповедует общее спортивное воспитание, доступное всем, характеризующееся храбростью и рыцарством, связанное с эстетикой и литературой, действующее как направляющая сила национальной и гражданской жизни. Тем самым мы имеем идеальную программу», так в газете «Gazette de Lausanne» от 26 октября 1918 г., Кубертен высказался об олимпийском воспитании. Спустя сотню лет, данное воззрение не потеряло актуальность.

На открытии форума «Олимпизм в действии», прошедшего в октябре 2018 года президент Международного олимпийского комитета Томас Бах отметил, что олимпийские ценности в современном мире более важны, чем когда-либо. Основной же темой форума стало продвижение олимпизма в общество, а главным вопросом – «Как построить лучший мир с помощью спорта».

На наш взгляд, одним из эффективных средств по переходу олимпийских ценностей в личностные, может стать социально-психологический тренинг, посредством которого в сознании у подростков будет формироваться система ценностей, способствующая их моральному, нравственному становлению и эффективной социализации.

Цель исследования. Целью нашего исследования явилось - формирование у подростков 15-16 лет модели поведения на основе олимпийских ценностей.

Методика и организация исследования. Для решения поставленной проблемы мы использовали следующие

методы исследования: анализ и обобщение научно-методической литературы, наблюдение, анкета для выявления знаний об олимпийских идеалах и ценностях, опросник Фэйр Плэй, методика оценки отношения к различным ценностям (А.Г Егоров, М.А Захаров).

Исследование осуществлялось на базе MAOU СОШ №141 г. Екатеринбурга, с октября 2017 по май 2018. В исследовании приняли участие подростки 15-16 лет в количестве 23 человек.

Разработка и внедрение социально-психологического тренинга «Олимпийские ценности» осуществлялась поэтапно.

На первом этапе проводился анализ научно-методической литературы по данной проблеме и разрабатывалась программа социально-психологического тренинга «Олимпийские ценности».

Второй этап – внедрение социально-психологического тренинга «Олимпийские ценности» в процесс обучения подростков.

На заключительном этапе обрабатывались полученные результаты исследования и формулировались выводы.

Цель социально-психологического тренинга – сформировать модель поведения на основе олимпийских ценностей.

Задачи:

1. Создать условия для включения участников в активное усвоение знаний об олимпийских идеалах и ценностях, Олимпизме, Олимпийских играх, Олимпийском движении.

2. Способствовать формированию идеалов, культурных образцов и эталонов на основе олимпийских идей.

3. Содействовать развитию таких личностных качеств как честность, добросовестность, уверенность, целеустремленность, решительность, настойчивость, самообладание и др.

4. Способствовать формированию навыков коммуникации, умению слушать, высказывать свою точку зрения, понимать других людей.

Занятия тренинга проводится в стандартной форме: (вводная часть (разминка); основная часть (рабочая) и заключительная.

В ходе работы используются игровые методы, метод групповой дискуссии, метод беседы, арт-терапия, сюжетно-ролевые игры, психогимнастика.

Социально-психологический тренинг включает в себя 10 занятий, поделенных на три блока, которые проводятся в рамках факультатива, один раз в неделю по 60-90 минут.

Первый блок включает 4 занятия, направлен на ознакомление с олимпийскими ценностями и выработку конструктивных стратегий поведения в конфликтных ситуациях, осознание значимых личностных качеств, а также на развитие сотрудничества и взаимопонимания в подростковом коллективе и организацию успешного процесса совместной деятельности.

Целью второго блока является выработка и формирование навыков успешного выхода из конфликтных ситуаций, выявление навыков саморефлексии, умение соблюдать правила честной игры в жизненных ситуациях, отработка навыков преодоления препятствий на пути к достижению цели на примере именитых спортсменов.

Третий блок посвящен ознакомлению подростков с историей Олимпизма, развитию коммуникативных навыков в общении, умения анализировать получаемую информацию.

В качестве примера предлагаем содержание одного занятия социально-психологического тренинга – «Дружба – как олимпийская ценность», задачами которого являются: ознакомить с понятием «дружба» в контексте Олимпизма, способствовать упрочнению благоприятного климата в подростковом коллективе, развивать личностные качества: дружелюбие, порядочность, искренность, честность.

Занятие стандартно начинается ритуалом приветствия и завершается ритуалом прощания, включает в себя 5 психотехнических упражнений.

Первое из которых «Сходства и различия», упражнение применяется в качестве разминки. Каждому участнику группы предлагается произнести фразу: «Мы с тобой похожи, тем что.... (участник называет какой-либо признак «похожести»), но в отличии от тебя я... (называется какой-либо признак отличия). Данное упражнение направлено на развитие способности

поиска не только отличных, но и схожих черт в каждом человеке.

Беседа «Что такое дружба?» Вначале беседы участникам предлагается обсудить следующие вопросы: Что такое дружба в вашем понимании? Что мешает дружбе и что помогает? Какие качества нужно обладать, чтобы дружить?

После обсуждения, разъясняется понятие «дружба», раскрывается сущность дружбы в контексте олимпийского движения и приводится пример того, что олимпизм – это инструмент, который помогает найти взаимопонимание между людьми и целыми народами.

Далее участникам предлагается порассуждать и ответить на следующие вопросы: Какие отношения между народами пропагандирует Олимпизм? Можно ли реализовывать олимпийскую ценность «Дружба» в социокультурной среде? И рассказать о том, как им помогала дружба в преодолении трудностей.

Данная беседа направлена на развитие умения участников группы вести дискуссию, доброжелательно аргументировать свою точку зрения и формировать личностные качеств.

Коллаж дружбы данное психотехническое упражнение позволяет выразить своё отношение к заданной теме, свои мысли, взгляд и своё понимание дружбы, а также проявить оригинальность и уникальность личности. После изготовления коллажей участники вывешивают свои работы на доску, и начинается обсуждение в следующем порядке:

Каждый участник представляет свою работу, комментирует, что именно он хотел отразить этим коллажем, озвучивает свою идею, своё эмоциональное отношение к процессу составления коллажа, к результату и заданной теме.

Мир во всем мире. После вступительного слова, в котором акцентируется внимание на том, что Олимпийские игры служат мощной силой укрепления мира и дружбы. Участникам предлагается создать «Стену обещаний». Каждый записывает на листе идеи/обещание, которые они могут использовать для сохранения и укрепления дружбы между народами. После написания все листы вывешиваются на общую доску.

Я тебя понимаю. Цель данного упражнения: сформировать умения давать

обратную связь, выработать навыки прочтения состояния другого по невербальным признакам, что позволяет лучше понимать эмоции других людей и развивать эмпатию.

Результаты исследования и их обсуждение. На рисунке 1 представлены результаты опросника Фэйр Плэй до и после эксперимента. Согласно опроснику Фэйр Плэй, до эксперимента, у подростков по шкалам наблюдались достаточно низкие баллы. Результат по шкале «Равные возможности» составил 17 баллов – соответствует уровню ниже среднего, что говорит о том, что испытуемые придерживаются равенства только тогда, когда это приносит личную выгоду, утверждая, что иногда не следует быть «слишком честным», потому что главное – победа.

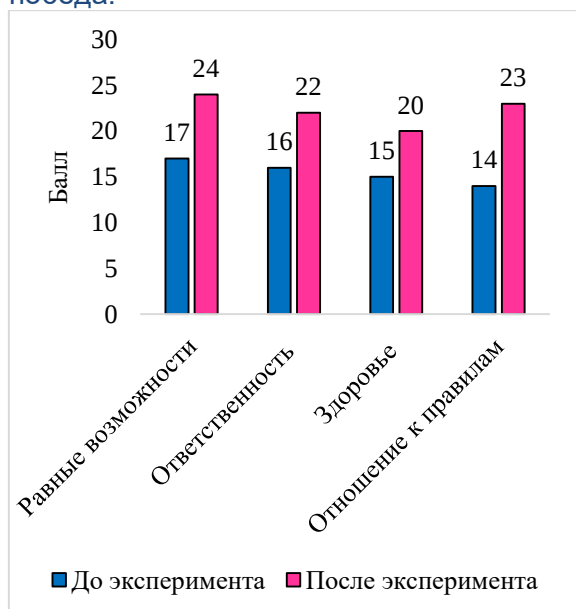


Рисунок 1 – Результаты опросника Фэйр Плэй до и после эксперимента

Figure 1 – Results of the Fair Play Questionnaire before and after the experiment

Шкала «Ответственность» – 16 баллов, что соответствует низкому показателю. Испытуемые не готовы нести ответственность за свои поступки, либо готовы, но только тогда, когда из этого можно извлечь выгоду.

По шкале «Здоровье» диагностировались низкие показатели, можно сделать вывод, что подростки готовы жертвовать своим здоровьем и игнорировать здоровье окружающих, ради того, чтобы победить.

Шкала «Отношение к правилам» составила 14 баллов, испытуемые утверждают, что часто переступают предел дозволенного, демонстрируя безразличие к окружающим, агрессивность и безжалостность.

После проведения социально-психологического тренинга «Олимпийские ценности» показатели по всем шкалам улучшились. Подростки стали придерживаться мнения от том, что необходимо возлагать на себя полную ответственность за свои поступки, проявлять уважение к окружающим людям, уметь конструктивно преодолевать поражения и адекватно воспринимать победу, а также стремиться демонстрировать честное, благородное, рыцарское поведение.

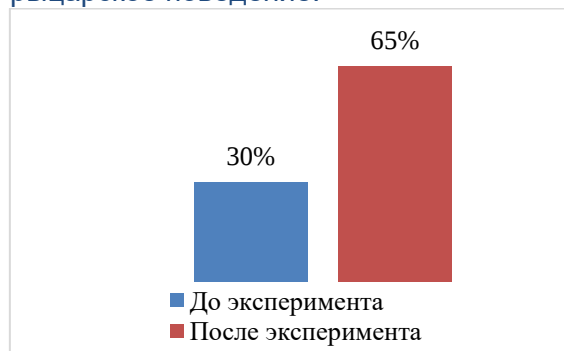


Рисунок 2 – Результаты диагностики уровня знаний об идеалах и ценностях олимпизма подростков до и после эксперимента

Figure 2 – Results of diagnostics of the level of knowledge about the ideals and values of Olympism among adolescents before and after the experiment

На рисунке 2 представлены результаты диагностики уровня знаний об идеалах и ценностях олимпизма подростков до и после эксперимента.

Анализ результатов позволил выявить низкий процент знаний об идеалах и ценностях олимпизма, который составил до эксперимента 30%. После проведения тренинга уровень знаний об олимпизме составил 65%.

Олимпийское образование не должно сводиться к формированию у подрастающего поколения лишь знаний об Олимпийских играх и олимпийском движении. Данная педагогическая деятельность должна быть ориентирована и на формирование модели поведения в соответствии с олимпийскими ценностями,

т.е. переходу олимпийских ценностей в личностные. Для решения данной проблемы была разработана программа социально-психологического тренинга «Олимпийские ценности».

Выводы. Исследования показало, что после применения социально-психологического тренинга увеличился не только уровень знаний об Олимпийских играх и олимпийском движении, но и созданы реальные стимулы, побуждающие

подростков понимать, усваивать и принимать олимпийские ценности, ориентироваться на них в своем поведении и направлять свои усилия на их переход в личностные.

На основании полученных результатов можно сделать вывод, что разработанный социально-психологический тренинг «Олимпийские ценности» является эффективным средством по переходу олимпийских ценностей в личностные

©Светлана Леонидовна Сазонова, 2021

© Полина Викторовна Суркова, 2021

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Копытин, А.И Практикум по арт-терапии: учеб. пособие / А.И Копытин. – СПб. Питер, 2001. – 448с.
2. Обухова, Л.Ф. Возрастная психология: учеб. пособие /Л.Ф Обухова. – М.: Россия, 2011. – 414 с
3. Олимпийская Хартия. Перевод с английского. –М.: Советский спорт, 1996.
4. Цзен, Н.В. Психотренинг: игры и упражнения: учеб. пособие / Н.В Цзен, Ю.В Пахомов. – М.: Класс, 2006 г. – 272 с.

REFERENCES:

1. Workshop on art therapy: textbook. allowance / Kopytin A.I. // St. Petersburg. Peter, 2001. – 448p.
2. Developmental psychology: textbook / Obukhova L.F. // M.: Russia, 2011. – 414p.
- 3 Olympic Charter. Translation from English // M.: Soviet sport, 1996.
4. Psychotraining: games and exercises: textbook / Tseng N.V., Pakhomov Y.V. // M.: Class, 2006. – 272p.

ИНФОРМАЦИЯ ОБ АВТОРЕ / INFORMATION ABOUT AUTHOR

Сазонова Светлана Леонидовна,
кандидат педагогических наук, доцент.
Екатеринбургский институт физической
культуры (филиал) ФГБОУ ВО УралГУФК,
г. Екатеринбург. Россия.

Ответственный за переписку автор

Sazonova Svetlana Leonidovna,
Cand. Sci., assoc.prof.
Ekaterinburg Institute of Physical education,
Ekaterinburg. Russia.
The author responsible for the
correspondence

Суркова Полина Викторовна.
Екатеринбургский институт физической
культуры (филиал) ФГБОУ ВО УралГУФК,
г. Екатеринбург. Россия.

Surkova Polina Viktorovna.
Ekaterinburg Institute of Physical education,
Ekaterinburg. Russia.