



**К здоровому образу
жизни – на старт!**

Донецк 2022



ГБПОУ «ДОНЕЦКОЕ УЧИЛИЩЕ ОЛИМПИЙСКОГО РЕЗЕРВА ИМ.С.БУБКИ»

Кноблех Наталья Викторовна

Успехи и риски социализации юных
спортсменов как фактора здорового образа жизни.



Аннотация



В сообщении рассматриваются **конструктивные** и **деструктивные** аспекты социализации в мире спорта, сопряженные с необходимостью постоянного поддержания психофизиологического **баланса**. Осознанность, чувство ответственности, гармоничное сочетание самооценки и комплексной оценки агентов социализации позволяют предвидеть риски и работать над их предупреждением.



Ключевые слова



здоровый образ жизни

социализация

успех

риск



ответственность

спортивное достижение

Актуальность

*«Человеческая **животность** трансформируется в процессе **социализации...**», П. Бергер и Т. Лукман*

Постоянные **изменения** условий жизни человека устанавливает **новые критерии** успеха и риска в процессе социализации как становления и формирования духовно-нравственной сущности личности.



Социализация

Социализация - (от лат. socialis - общественный) - процесс усвоения человеком индивидуальной системой знаний, норм и ценностей, позволяющих ему функционировать в качестве полноправного члена общества; включает как целенаправленное воздействие на личность (воспитание), так и стихийные, спонтанные процессы, влияющие на ее формирование.

Социализация спортсмена имеет свои специфические особенности - это многоуровневое и постепенное вхождение ребенка (подростка) в особенное пространство спортивных достижений.



Донецк 2022

Центростремительные факторы социализации юных спортсменов

- направлены на формирование **ценностного аспекта**, конструктивных моделей поведения, приводящих к личному успеху в спорте и жизни
- **занятия физкультурой** и спортом создают **потенциал для социализации** через **здоровый образ жизни**, **общение** со сверстниками и тренером, **неудачу** как неизбежный аспект развития спортсмена, **спортивный характер**, **раннюю социальную зрелость** и принятие **ответственности** за все, что происходит в «я-концепции» подростка
- **тренированная воля** спортсмена помогает преодолевать такие трудности в учебной деятельности, как лень, неумение организовать процесс самоподготовки
- юный спортсмен получает в своей профессиональной среде **инструменты** для преодоления психофизиологических состояний, выводящих из зоны комфорта



Центробежные факторы социализации юных спортсменов

- Путь к успеху в мире спорта прокладывают тяжелейшие **психофизиологические перегрузки**, сопряженные с рисками **потери коммуникации** в подростковой среде, авторитета, риском **буллинга, травм** и дальнейшей **дезадаптации** в случае прекращения спортивной деятельности.
- **Риск** в спорте предусматривает прежде всего постоянное преодоление своих физических возможностей в соответствии с ростом профессиональных требований. Юному спортсмену важно соблюсти **баланс** в социуме, что подразумевает успешные учебную и спортивную деятельность, поддержание положительной конструктивной коммуникации с ровесниками.



Согласованная позитивная обратная связь

В контексте **неизбежных рисков** имеет большое значение согласованная позитивная **обратная связь** от тренера, педагогов и родителей. Важно ответственным взрослым с подростком находиться в диалоге, давать возможность видеть не только свои слабые стороны, но и сильные, не давить авторитетным мнением, предоставлять **право на ошибку и ее исправление**.



Итоговые собрания в ГБПОУ ДУОР ИМ.С.БУБКИ как инструмент позитивной обратной связи

Равноправные участники : представители администрации, тренеры, классные руководители, воспитатели, специалисты психологической и медицинской служб, обучающиеся и их родители.

Каждый воспитанник проходит процедуру **комплексной оценки** в форме обратной связи со стороны всех участников, что дает возможность **расширить обзор самооценки**, обозначить направления повышенного внимания к «узким местам» в системе социализации.

Условия педагогического собрания предполагают также и обратную связь, которую дает сам **подросток** в диалоге со всеми участниками, он может сообщить нечто **важное** с его точки зрения, о чем не знают другие респонденты комплексной оценки, что требует от юного спортсмена применения его навыков спортивного поведения – **смелости в диалоге, умения аргументировать, обратить внимание на свои проблемы, избежать деструктивных моментов общения.**



Донецк 2022





Выводы



В сложных условиях тренировок спортсмену необходимо стать **ответственным за все**, что может с ним произойти во время учебно-тренировочного процесса и непосредственно во время спортивных состязаний. **Осознанность** и умение сочетать **взвешенный** подход к распределению нагрузок во время тренировок приведет к активному **принятию** всех возможных рисков.



Спасибо за внимание!



Донецк 2016

Донецк 2022