



# ПСИХОЛОГИЯ ДЕТСКОГО СПОРТА



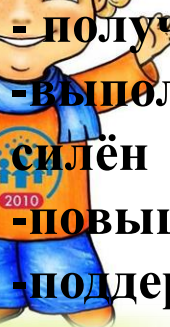
# ПОЧЕМУ ДЕТИ ЗАНИМАЮТСЯ СПОРТОМ?



# МОТИВЫ ЗАНЯТИЯ СПОРТОМ МОЛОДЫХ СПОРТСМЕНОВ

## Внешкольные занятия

### МАЛЬЧИКИ

- 
- A cartoon illustration of a young boy with curly hair, wearing a blue cap, an orange t-shirt with a logo, and blue shorts. He is smiling and pointing towards the text.
- получение удовольствия
  - выполнение того, в чём я силен
  - повышение мастерства
  - поддержание формы
  - возможность посоревноваться
  - чтобы заниматься
  - овладение новыми умениями и навыками
  - желание ощутить себя частью команды
  - желание выступать на более высоком уровне

### ДЕВОЧКИ

- 
- A cartoon illustration of a young girl with red pigtails, wearing a blue dress with white flowers and red polka-dot leggings. She is smiling and waving.
- получение удовольствия
  - повышение мастерства
  - чтобы заниматься
  - повышение мастерства
  - выполнение того, в чём я сильна
  - овладение новыми умениями и навыками
  - желание ощутить себя частью команды
  - обретение новых друзей
  - возможность посоревноваться

**Пик занятий спортом  
большинства детей наблюдается в  
возрасте 12 лет**





Пик занятия детей спортом приходится на период между **10 и 13 годами**, затем отмечается спад, вплоть до **18-летнего** возраста, когда лишь небольшой процент спортсменов продолжают организовано заниматься спортом . Ежегодно в среднем **около 35 %** молодых спортсменов уходят из спорта. Таким образом, из каждых 10 детей, начавших очередной спортивный сезон, 3—4 прекращают занятия.



# Причины, по которым дети прекращают заниматься спортом:

- неспособность стать таким, как хотелось;
- необходимость заниматься другими делами;
- изменение интересов;
- получение недостаточного удовольствия;
- желание заняться другим видом спорта;
- однообразие;
- не нравится тренер;
- изнурительные тренировочные занятия;
- недостаток интереса.



Спорт создает очень широкий диапазон возможностей для развития человека. Однако то, какие из этих возможностей, как и в какой мере будут использованы в каждой конкретной спортивной карьере, зависит от совокупности факторов развития спортсмена. В наиболее общем виде можно выделить следующие особенности проявления общих закономерностей развития человека в спорте:

**Акселерация (ускорение) развития, обусловлена развертыванием спортивной карьеры в периоды наиболее интенсивного роста и созревания человека, наложением ее на сензитивные периоды развития практически всех психических функций, процессов, свойств, двигательных качеств, когда целенаправленные педагогические воздействия дают наибольший эффект. Данная особенность зафиксирована в многочисленных исследованиях, где сравнивается развитие спортсменов и тех, кто спортом не занимается.**



**Пластичность** проявляется в развитии психических функций, процессов, свойств и качеств, обеспечивающих приспособление к требованиям избранного вида спорта и спортивного амплуа.

В процессе обучения движениям у детей развиваются умственные способности, нравственные и эстетические чувства, формируется сознательное отношение к своей деятельности и в связи с этим целенаправленность, организованность. Все это во взаимосвязи является осуществлением комплексного подхода к процессу обучения, который содействует формированию всесторонне развитой личности.



*Условия развития* определяют собой те внутренние и внешние постоянно действующие факторы, которые, не выступая в качестве движущих сил развития, тем не менее влияют на него, направляя ход развития, формируя его динамику и определяя конечные результаты. Что же касается *законов психического развития*, то они определяют собой те общие и частные закономерности, с помощью которых можно описать психическое развитие человека и, опираясь на которые, можно этим развитием управлять.



\*Включение в занятия спортом способствуют развитию у юных спортсменов мотивации и самосознания, о чем говорит увеличение достоверных различий по показателям самооценки, мотивации достижения между подростками обоего пола, занимающихся и не занимающихся спортом, в возрастной группе 12-13 лет по сравнению с группой 9-11 лет.

\*Юные спортсмены отличаются от сверстников, не занимающихся спортом, реалистичностью самооценки, меньшей боязнью неудач, более низкой тревожностью. Сходной особенностью самоотношения подростков, занимающихся и не занимающихся спортом, является, завышенность притязаний.

\* Девочки отличаются от мальчиков более высокими показателями надежды на успех и меньшей боязнью неудач. Данное различие можно расценить как следствие влияния полоролевых стереотипов мужественности и женственности, рассматривающих успех как важный признак мужественности. Жесткое требование достижения успеха, предъявляемое мальчикам, и приводит к тому, что они более осторожно прогнозируют успех и больше, чем девочки опасаются неудачи.

\* У мальчиков-спортсменов более выражены корреляционные связи тревожности и самооценки, в то время как у их ровесников, не занимающихся спортом, более представлены корреляционные связи показателей тревожности и мотивации достижения, что также обусловлено различиями в опыте реального проявления и испытания собственных возможностей.

\* В 12-13 лет дети гораздо более реалистично, чем в 9-11 лет судят о своих возможностях, но затрудняются в реалистичной постановке целей.

\* Юные спортсмены-подростки в силу возрастных особенностей чувствительны к оценкам окружающих и опасаются неудач из-за санкций со стороны окружающих.

\* Нежелательным является чрезмерное давление на юных спортсменов со стороны значимых для них взрослых, выражающееся в требовании от них высоких спортивных результатов как можно быстрее. Требования такого рода повышают боязнь неудач и вызывают рост тревожности.

Психологическое давление взрослых может быть причиной прекращения занятий спортом. Это значит, что не только юные спортсмены, но и родители, тренеры должны уметь ставить реалистичные цели перед собой и перед детьми.



Психологическая поддержка юных спортсменов со стороны взрослых, исключение сильного психологического давления, помощь подросткам в формировании реалистичного самоотношения, навыков постановки целей, предотвращение развития у них чрезмерной боязни неудач является условием их спортивных достижений в будущем.

