Черлидинг и его влияние на формирование личности школьников среднего звена

В настоящее время в Российской Федерации отмечается негативная тенденция, связанная с ухудшением здоровья, снижением физической и функциональной подготовленности студенческой молодёжи. Одна из наиболее тревожных проблем — неспособность молодёжи адаптироваться к изменившимся условиям жизни. Физическое состояние, уровень физической подготовленности, постоянное ухудшение здоровья молодёжи предопределяют невозможность её противостояния неблагоприятным условиям внешней среды и трудностям, связанным с изменениями социально-политического и экономического устройства общества [1,2,3]. Несмотря на законодательные и директивные инициативы структур Российской Федерации, предпринятые в последние годы, каких-либо позитивных изменений в создавшейся ситуации не происходит [4,5]. Центром внимания в деятельности кафедр физического воспитания остаются предусмотренные учебными программами нормативы и тесты, но специалисты указывают на необходимость поиска новых нетрадиционных технологий для организации занятий по физическому воспитанию в вузе [4]. Из вышесказанного следует, что модернизация образования, являющаяся общенациональной задачей, требует повышения качества обучения, разработки новых педагогических технологий, обеспечивающих осознанные потребности в занятиях физическими упражнениями в обучение и воспитание молодого поколения [5]. Необходимость новых подходов к активизации двигательной деятельности студентов, с учётом мотивационной сферы, предусматривающие развитие интереса к двигательной активности создаёт предпосылки для обновления содержание физического воспитания. [3,5].

В поиске новых эффективных средств физического воспитания для студенток имеющих слабый уровень физической подготовленности, учитывая их мотивационные потребности, мы обратили своё внимание на новый вид двигательной активности черлидинг. С таким названием большинство людей сталкиваются впервые, но с тем, что стоит за ним, наверняка знакомы очень многие. Ведь болельщикам на соревнованиях по различным видам спорта часто приходилось наблюдать за выступлениями групп поддержки. Девушки в ярких костюмах с помпонами в руках — черлидеры — призваны для «разогрева» публики, собравшейся на трибунах. Этот молодой вид двигательной активности сочетает в себе такие виды спорта, как художественная гимнастика, акробатика, аэробика и хореография. Главная задача девушек не только ярко и красиво выступить на соревнованиях, но и «зажечь» публику, болельщиков, подчинить её активно поддерживать свою любимую команду Занятия к подготовке показательных выступлений в этих группах помогают студенткам не только улучшить физическое и функциональное состояние, но и способствуют воспитанию эстетики и культуры движений. Привлекательность этого молодого вида двигательной активности заключается в естественном желании девушек быть всегда на виду, быть красивыми и грациозными, участие в показательных выступлениях помогают приобрести уверенность, получить положительный эмоциональный заряд, хорошее настроение и повысить уровень самооценки. А это, в свою очередь, является одним из важных мотивов к занятиям.

Я выбрала черлидинг, так как он является одним из самых зрелищных видов спорта, привлекающий внимание как людей далеких от спорта, так и профессионалов. Черлидинг – вид спорта, средства которого соответствуют анатомо-физиологическим и психологическим особенностям женского и мужского организма, и доступен каждому, независимо от возраста и конституции.

В процессе занятий формируются жизненно важные двигательные умения и навыки (прикладные и спортивные), приобретаются специальные знания, воспитываются моральные и волевые качества. Так же занятия черлидингом позволяют формировать у учащихся и прививают им нормы эстетического поведения, понятие о красоте тела, развивают художественный вкус, эмоциональность, музыкальность, чувство ритма.

Возрастающее значение дополнительного образования ориентировано на свободный выбор различных форм деятельности.

Актуальность дополнительного образования неоспорима. Это средство формирования мотивации развития личности, построенное на освоении различных видов деятельности, расширяющее культурное пространство для самореализации, стимулирующее развитие творческих способностей. В то же время дополнительное образование детей и подростков требует большего внимания к уровню их здоровья. Проблема сохранения и укрепления здоровья детей и подростков является общей для всей образовательной сферы.

Главная цель занятий черлидингом,  не только победы и награды. Этот вид спорта еще и воспитывает ребят, помогает понять главные ценности сегодняшней жизни. В правилах соревнований по черлидингу внесен пункт «Кодекс черлидера». Его должен соблюдать каждый, иначе он исключается из секции.

**Кодекс черлидера.**

Черлидеру нельзя употреблять алкоголь, принимать наркотические средства или вещества для допинга. Запрещается использовать бранную лексику в своей речи и ругаться матом. Черлидер должен с уважением относиться к своим соперникам, к тренеру, членам жюри и болельщикам. Черлидеру запрещается курить, так как вредные привычки порочат честь команды и вредят здоровью [5].

Для исследования влияния черлидинга на формирование личности школьников мы выбрали личностный опросник «ОТКЛЭ» Н. И. Рейнвальда.

Этот тест позволяет исследовать пять основных свойств личности, наиболее компактно выражающих структуру личности с точки зрения ее общественной сущности и главных индивидуально-психологических особенностей: организованность, трудолюбие, коллективизм, любознательность, эстетическое развитие.

Опросник состоит из 115 вопросов (Приложение 1).

Отвечая на вопросы, детям было необходимо ответить «да», «нет» либо «не знаю».

В исследовании участвовало 10 девочек из чир-данс команды «Fresh» в возрасте от 13 до 15 лет.

На диаграмме изображены средние показатели, выраженные в процентах.



Условные критерии:

% - 20% низкий показатель;

% - 40% пониженный показатель;

% - 60% средний показатель;

% - 80% повышенный показатель;

% - 100% высокий показатель.

Организованность 61% (Ор).

Повышенный уровень потребности направлять свои интересы на реализацию целей, на достижение эффективности деятельности, повышенная склонность организовывать режим дня, рабочее место, выраженная склонность планировать труд и отдых.

Трудолюбие 63% (Тр).

Повышенный уровень позитивного отношения личности к процессу трудовой деятельности, высокие проявления активности, инициативности, добросовестности, увлеченности и удовлетворенности самим процессом труда, ответственного отношения к труду, творческого подхода, заинтересованности в достижении наилучшего результата.

Коллективизм 62% (Кл).

Повышенный уровень потребности организовывать взаимоотношения и совместную деятельность с другими людьми, что проявляется в хорошо выраженном осознании подчинении личных интересов общественным интересам, хорошем товарищеском сотрудничестве, высокой готовности к взаимодействию, взаимопониманию, взаимопомощи, доброжелательности и тактичности, интересе к проблемам и нуждам друг друга.

Любознательность 53% (Лб).

Средняя потребность познания, интерес к окружающему миру, к новым знаниям, познавательное отношение к отдельным фактам, стремление познать взаимосвязи окружающего мира.

Эстетическое развитие 75% (Эс).

Повышенный уровень развития эстетического вкуса и эстетического отношения к действительности, повышенный уровень потребности человека находить, чувствовать, создавать прекрасное в жизни и искусстве, оценивать явления и факты окружающего мира по законам гармонии и красоты.

В результате исследования 5 основных свойств личности можно сделать вывод, что черлидинг эффективно влияет на формирование гармоничной личности школьника. Спортсменки имеют средние, повышенные и высокие показатели. А это доказывает, что черлидинг, как вид спорта, развивает не только физические данные школьников, но и одни из самых важных характеристик личности: организованность, коллективизм, эстетическое развитие.

Таким образом, черлидинг полноправно является одним из средств физического воспитания, которое направлено на формирование здорового, физически и духовно совершенного, морально стойкого подрастающего поколения, позитивно влияет на  укрепление здоровья, повышение работоспособности, творческого долголетия и продление жизни человека. Данный вид спорта помогает преодолеть застенчивость, формирует правильную самооценку, учит много работать для достижения поставленных целей, создает мотивацию на здоровый образ жизни, а работа в команде развивает сплоченность и преданность общим идеям и целям. Дружная команда является необходимым условием для развития личности, креативности мышления, ответственности, дисциплинированности, собранности и надежности. А внедрение мультимедийных технологий в тренировочный процесс не только привлекает внимание школьников, создает комфортную атмосферу для разучивания различных танцевальных комбинаций, но и помогает преподавателю быстрее выявить ошибки в движениях  учащихся и  больше времени уделять  проработке танцевальных связок индивидуально с каждым.

Список используемых источников

1. Карнавская Н.В., Чернышева И.В., Егорычева Е.В., Шлемова М.В. Черлидинг как вид спорта // Международный студенческий научный вестник – 2016.  № 5-2. – С. 301-301.

2. Майсейчик А.Н. Черлидинг. Программа факультативных занятий для учащихся III – VI классов общеобразовательных учреждений. – Минск, 2010.

3. Носкова С.А. Черлидинг как инновационный вид спорта в преподавании физической культуры в высшей школе. – М.: Московская гуманитарно-социальная академия, 2010.

4. Соколова Э. Черлидинг. Как подготовить команду. Методическое пособие для тренеров по черлидингу. – М., 2008.

5. [www.cheerleading.ru](https://www.google.com/url?q=http://www.cheerleading.ru&sa=D&ust=1506843350279000&usg=AFQjCNFuaNlY0Dm318mFbmav1tIpJnwyuA) cайт Федерации черлидинга России.