

**Занятия ледолазанием как основа формирования личности
(на примере спортсменов 11-12 лет города Тюмени)**

Сорокина П.Д.

Физическая культура

6 класс, МАОУ СОШ № 22 г.Тюмень, Тюменской области

*Научный руководитель: Извина О.А., ШНО «Эврика», МАОУ СОШ № 22
г.Тюмень, Тюменской области*

Введение

Развитие физической культуры и спорта – одно из приоритетных направлений социальной политики государства, которая реализуется в образовательной, культурной, здравоохранительной, молодежной, национальной сферах. Необходимость в формировании всесторонне развитой личности школьников, мотивированных на достижение успеха, в процессе непрерывного образования и подготовки их к последующей трудовой деятельности требует целенаправленного исследования реальных и перспективных возможностей воздействия средств физической культуры на формирование личности.

Наряду с общеобразовательной школой, выполняющей ведущую роль в воспитании и развитии учащихся, возрастающее значение приобретает спортивная деятельность. В современных социально-экономических условиях она призвана удовлетворять потребности школьников не только в физическом совершенствовании, но и компенсировать дефицит общения, социального доверия, создать недостающие условия для саморазвития личности, её индивидуальности, стимулировать социально одобряемые модели поведения, проявление социальной активности.

В настоящее время в России активно развивается ледолазание. Современная подготовка ледолазов в нашей стране основывается на методических разработках для скалолазов и альпинистов, без учёта возраста

спортсмена. Данная работа является актуальной, поскольку тема исследования влияние занятий ледолазанием на формирование личности юного спортсмена не изучалась ранее.

Актуальность работы состоит в том, что полученные в результате исследования материалы, смогут дополнить уже имеющийся теоретический материал об особенностях личности детей, занимающихся ледолазанием.

Цель работы: установить зависимость влияния занятий ледолазанием на формирование личности юного спортсмена.

Предмет исследования: особенности личности детей 11-12 лет, формирующиеся под влиянием занятий ледолазанием.

Задачи:

1. Рассмотреть особенности ледолазания как вида спорта.
2. Установить зависимость влияния занятий ледолазанием на формирование личности юных спортсменов 11-12 лет.

Новизна работы: определение формирующихся под влиянием занятий ледолазанием черт характера и определение особенностей взаимодействия с обществом и социальных активностей.

Гипотеза исследования: предположим, что занятия ледолазанием являются основой формирования личности юного спортсмена.

Методы исследования

Исследование провозилось в несколько этапов с использованием различных методов:

1 этап. Изучение научно-методической литературы, выявление факторов, оказывающих влияние на спортивные результаты юных ледолазов.

2 этап. Опрос посредством анкетирования юных спортсменов-ледолазов 11-12 лет города Тюмени по оценке влияния на них факторов.

3 этап. Анализ спортивных результатов этой же группы юных ледолазов по итогам проходивших в 2022-2023 годах соревнований по ледолазанию.

4 этап. Обработка результатов, формулировка выводов.

Результаты и обсуждение

1. Особенности ледолазания как вида спорта

Ледолазание – один из видов альпинизма [1], экстремальный вид спорта и вид активного отдыха, который заключается в лазании со специальным ледовым инструментом и оборудованием по естественному (скалы, замерзшие водопады) или искусственному (ледодром) рельефу [2, 3].

Самостоятельным видом спорта ледолазание признано в сентябре 2002 года [4]. Тогда же оно было зарегистрировано в UIAA – Международном союзе альпинистских ассоциаций [5].

Спортивное ледолазание зародилось в России. Киров – столица российского ледолазания. Тюмень – один из крупнейших центров ледолазания в России. Спортивное ледолазание – разновидность ледолазания, суть которого состоит в организации и проведении соревнований по определённым правилам [6]. В настоящее время проводится множество соревнований по ледолазанию различного уровня: региональные, Всероссийские юношеские, Первенства РФ, Кубки РФ, Чемпионаты РФ, Чемпионаты мира и Кубки мира [7]. В спортивном ледолазании существует 3 вида программы, зарегистрированных во Всероссийском реестре видов спорта: ледолазание-скорость, ледолазание-трудность, ледолазание-комбинация [8].

Основное снаряжение ледолаза: одежда, кошкботы, каска, страховочная система (обвязка), ледовые инструменты (ледовые молотки – для лазания на трудность, фифы – для лазания на скорость), защита на колени [8].

По итогам ранее проведенного исследования [10] сделаны выводы:

1. Дети, занимающиеся дополнительными видами спорта (у нас это скалолазание, лёгкая атлетика), кроме основного (ледолазания), показывают большую результативность спортивных достижений в ледолазании.

2. Дети, у которых общее количество часов тренировок в неделю по всем видам спорта больше, показывают большую результативность спортивных достижений в ледолазании.

3. Дети, занимающиеся скалолазанием дополнительно к ледолазанию, показывают большую результативность спортивных достижений в ледолазании. Эти два вида спорта очень хорошо дополняют друг друга, дают отличную подготовку для спортсмена.

2. Влияние занятий ледолазанием на формирование личности юных спортсменов 11-12 лет

Личность — это система социальных черт человека, формирующаяся при взаимодействии с обществом. Личность включает черты характера, способности и интересы человека, положение в обществе. Личность человека формируется в процессе социализации.

Спорт является неотъемлемой частью жизни общества и играет одну из ведущих ролей в деле воспитания молодого поколения, ведь спорт даёт здоровое поколение, как в физическом, так и в морально-этическом направлении.

Активные занятия спортом – это не особо продолжительный период в жизни человека, но очень важный, так как именно в этот отрезок времени происходит основное формирование человека как личности. Занятия спортом способствуют гармоничному развитию человека, согласованности в формировании различных человеческих качеств, соразмерному развитию физических и духовных сил человека, стройному сочетанию различных сторон и функций его сознания, деятельности, поведения.

Спорт входит в группу социальных факторов формирования личности [9], являясь одним из средств повышения социальной активности (рисунок 1).



Рисунок 1. Факторы, влияющие на личность

На этапе формирования личности занятия спортом должны быть под разумным профессиональным педагогическим управлением. Спортивный коллектив является социальной группой, микросредой, оказывающей немалое влияние на развитие личности. Занятия в спортивной секции обеспечивают человеку общение, организованное воспитание и самовоспитание.

Спортивные соревнования влияют на формирование личности, ведь спортсмены должны придерживаться правил соперничества. Однако прелестью спорта являются не только соревнования, но и влияние на морально-этическое воспитание личности. Ведь одолеть соперника и победить можно не только за счёт физической силы, но и благодаря волевым усилиям, размышлениям и мгновенным разумным решениям, а также эмоциональному настрою и правильной подготовке к соревнованиям.

Спорт придаёт людям уверенность в себе и своих силах. У каждого человека есть необходимость оценивать себя и свои возможности. И все наши действия кем-то оцениваются. Из этого у человека складывается самооценка. Повышение уровня самооценки влияет на волевые стремления и построение цели, плодотворность, качество и полезность человеческой деятельности, что проявляет спортсмен благодаря соревнованиям. Следовательно, спортивный

результат является базисом самооценки спортсмена. Продвигаясь вверх по лестнице спортивной карьеры, происходит рост в общении с людьми и в других сферах жизни и деятельности.

Благодаря спорту происходит развитие интеллектуальных способностей человека – в процессе творческого поиска овладения техникой и тактикой, умения управлять своими эмоциями, находить моментальные решения и принимать их. У человека всё это откладывается в его голове, и на подсознательном уровне проявляется в его действиях и поступках в социальных ситуациях.

Можно сделать вывод, что физическая культура и спорт не только являются способом физического совершенствования, укрепления здоровья, одной из форм проведения досуга, но и оказывают существенное влияние на формирование нравственных и интеллектуальных качеств, на процесс самопознания, самосовершенствования, формирования воли.

Были проведены индивидуальные опросы посредством однократного очного и заочного анкетирования детей 11-12 лет города Тюмени. Опрос был выборочным и охватил 4 группы детей по 10 человек в каждой: 1) дети, занимающиеся ледолазанием; 2) дети, занимающиеся иными видами спорта; 3) дети, занимающиеся в секциях и кружках, не относящихся к спорту (пение, декоративно-прикладное искусство, рисование, конструирование, игра на музыкальных инструментах); 4) дети, не посещающие никакие секции. Форма анкеты представлена на рисунке 2.

АНКЕТА-ОПРОСНИК

Дорогой друг! Просим тебя принять участие в опросе и ответить на вопросы, представленные в анкете. Выдели наиболее подходящий тебе вариант ответа или впиши свой, где это требуется. При ответе на вопросы учитывай временной интервал – 2 последние года.

1. Твоя фамилия, имя, отчество _____
2. Твой возраст _____
3. Кроме школы каким дополнительным занятием ты увлечен, какой кружок или секцию дополнительного образования посещаешь, каким видом спорта занимаешься? _____
4. Сколько лет ты занимаешься ледолазанием? _____
5. Сколько у тебя сейчас часов тренировок по ледолазанию в неделю? _____
6. Совмещаешь ли ты сейчас ледолазание с другим видом спорта? ДА / НЕТ
7. Если твой ответ на предыдущий «ДА», то укажи, каким еще видом спорта ты занимался раньше и занимаешься сейчас? _____
8. Если до занятия ледолазанием ты занимался другим видом спорта, укажи количество полных лет, сколько это продолжалось? _____
9. Имеется ли у тебя личное ледолазное оборудование (страховочная система, молотки, кошки)? ДА / ЧАСТИЧНО / НЕТ
10. Какие качества и черты характера развивают в тебе твои занятия?

<input type="checkbox"/> Трудолюбие
<input type="checkbox"/> Воля
<input type="checkbox"/> Настойчивость и упорство
<input type="checkbox"/> Умение управлять собой
<input type="checkbox"/> Умение ориентироваться в сложных ситуациях
<input type="checkbox"/> Умение принимать решения
<input type="checkbox"/> Решительность и смелость
<input type="checkbox"/> Целеустремленность
<input type="checkbox"/> Инициативность
<input type="checkbox"/> Самостоятельность
<input type="checkbox"/> Выдержка
<input type="checkbox"/> Самообладание
<input type="checkbox"/> Уверенность в себе
<input type="checkbox"/> Самоорганизованность
<input type="checkbox"/> Исполнительность
<input type="checkbox"/> Адекватная самооценка
<input type="checkbox"/> Умение работать в команде
<input type="checkbox"/> Самоконтроль
<input type="checkbox"/> Коллективизм
<input type="checkbox"/> Взаимопомощь

11. Активности за последние 2 года, в которых ты принимал участие:

<input type="checkbox"/> Социальные проекты
<input type="checkbox"/> Волонтерство
<input type="checkbox"/> Конкурсы
<input type="checkbox"/> Соревнования
<input type="checkbox"/> Олимпиады
<input type="checkbox"/> Общественная деятельность
<input type="checkbox"/> Медиапроекты
<input type="checkbox"/> Наставничество
<input type="checkbox"/> Лидерство
<input type="checkbox"/> Телепроекты
<input type="checkbox"/> ГТО
<input type="checkbox"/> Туризм/походы

12. Увеличилось ли число проектов и активностей, в которых ты участвуешь? ДА / НЕТ
13. Стал ли ты более популярен среди сверстников? ДА / НЕТ
14. Увеличилось ли к тебе внимание со стороны взрослых (учителя, тренеры и др.)? ДА / НЕТ
15. Стало ли у тебя больше друзей? ДА / НЕТ
16. Сложно ли тебе общаться с незнакомыми людьми? ДА / НЕТ
17. Легко ли находишь общий язык с более старшими ребятами? ДА / НЕТ
18. Легко ли тебе следовать установленным правилам поведения в обществе? ДА / НЕТ

Благодарим за участие в исследовании!

Рисунок 2. Анкета-опросник

Результаты заполнения анкет представлены в виде линейчатых диаграмм на рисунке 3.

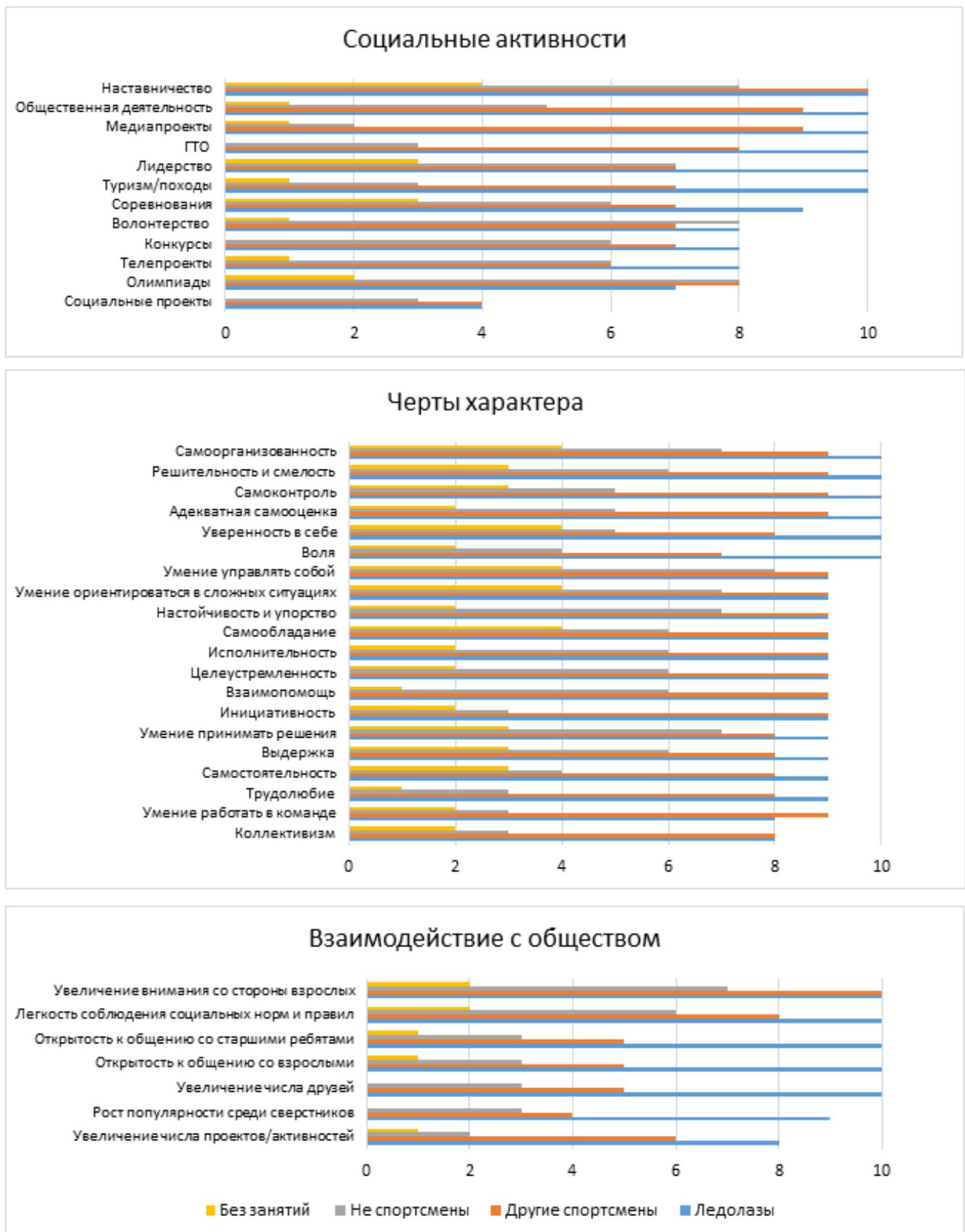


Рисунок 3. Виды социальных активностей, черты характера и взаимодействие с обществом разных групп детей

Анализ результатов анкетирования позволяет сделать следующие выводы:

1. В сфере социальных активностей дети, занимающиеся ледолазанием, опережают своих сверстников по частоте участия в туристических мероприятиях, более приобщены к движению ГТО, больше вовлечены в наставничество, волонтерство, конкурсы и соревнования, медиа и телепроекты, чаще являются лидерами коллективов и групп.

2. У детей, занимающихся ледолазанием, преобладают такие черты и качества, как воля, решительность и смелость, самоорганизованность, уверенность в себе, адекватная самооценка, выдержка, самостоятельность, трудолюбие, умение принимать решения.

3. В сфере взаимодействия с обществом дети, занимающиеся ледолазанием, более открыты к общению со старшими сверстниками и взрослыми, у них больше друзей, они более популярны среди сверстников, легче соблюдают социальные нормы и правила и участвуют в большем количестве социальных проектов и активностей.

Выводы

Исследование имеет практическую значимость, так как может быть использовано педагогическим и тренерским составом для привлечения в данный вид спорта более перспективных детей, корректировки тренерских программ и улучшению материальной базы. Материалы работы могут служить основой для рекламных буклетов, видеороликов, памяток родителям, выбирающим вид спорта своим детям с учетом имеющегося у ребенка спортивного опыта, чтобы ребенок в дальнейшем мог показывать лучшую спортивную результативность и развиваться как гармоничная личность.

Результаты работы были представлены к рассмотрению в Тюменскую региональную молодежную общественную организацию «Тюменская Региональная Федерация Альпинизма», рассмотрены тренерским составом отделения «Ледолазание» Дворца детского творчества и спорта «Пионер» города

Тюмени, а также депутатом Тюменской областной Думы. По результатам рассмотрения были получены ответные письма – справки о рассмотрении и внедрении результатов научно-исследовательской работы.

С учетом рекомендаций, изложенных в данной работе, уже релизовано:

- в период проведения спортивных досуговых площадок летом 2024 года на базе Центра туризма и экологии (г.Тюмень) в секции «Ледолазание» и «Спортивное ледолазание» Дворца творчества и спорта «Пионер» привлекались потенциально результативные дети на новый 2024-2025 учебный год,

- при составлении и корректировке учебных и тренировочных планов при занятиях ледолазанием учитывается увеличение часов тренировок,

- составлен и скорректирован финансовый план с целью обеспечения как можно большего числа ледолазов в спортивных секциях оборудованием,

- была опубликована статья «Спортивный результат как многофакторное явление в подготовке юных ледолазов 11-12 лет» в журнале «Международный научный вестник» [10] (авторское свидетельство о публикации на рисунке 4,

- автор данной работы участвовал в общероссийском проекте по популяризации данного вида спорта в детском шоу «Суперниндзя. Дети» на федеральном канале СТС. Серии с участием автора данной работы [11, 12], где автор рассказывает о пользе ледолазания, посмотрела аудитория более 8 миллионов человек в прямом эфире и еще порядка 2 миллионов человек в записи на каналах YouTube и RuTube, видео в открытом доступе и число просмотров растёт (рисунок 4). Можно процитировать слова ведущего проекта – спортсмена-рэгбиста Василия Артемьева: «То, что Полина сделала для популяризации своего вида спорта – ледолазания, я думаю, не сделал для ледолазания в последнее время никто». Как показало недавно проведенное учёными первое в России исследование социального влияния телепрограмм, телешоу «Суперниндзя» характеризуется высокой социальной актуальностью, устойчивым социальным влиянием и накопительным эффектом воздействия на зрителя [13].

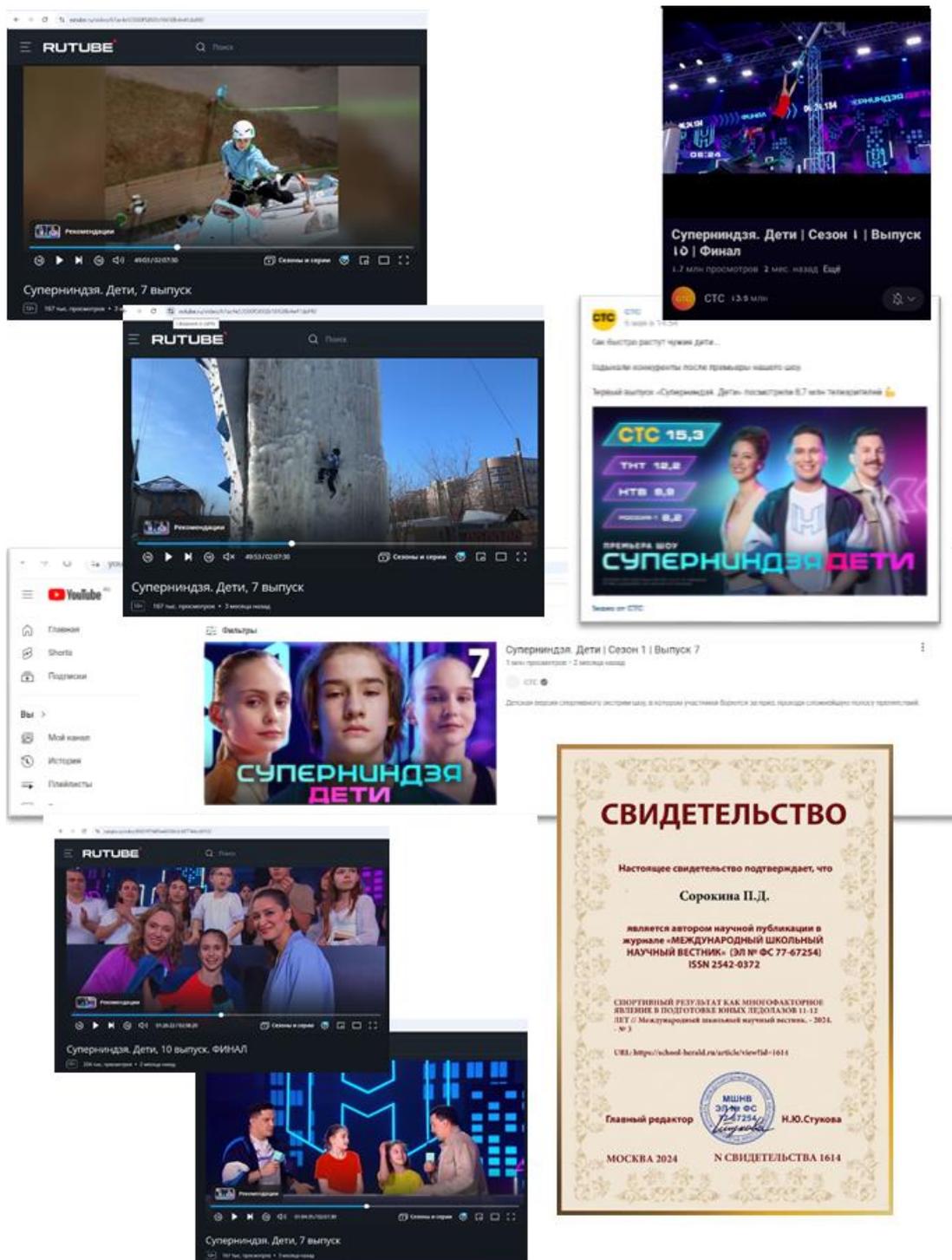


Рисунок 4. Практическая часть работы по популяризации ледолазания на федеральном телевизионном канале CTC и размещению статьи в научном журнале

В ближайшем будущем планируется создание медийных промороликов, в которых будет отображаться положительное влияние занятий ледолазанием на формирование личности спортсменов. Ролики планируется размещать в

социальных сетях, использовать на мониторах в холлах Центра туризма и экологии Дворца творчества и спорта «Пионер», а также во время проведения различных массовых мероприятий. Это позволит расширить информационное пространство с целью охвата и информированности целевой аудитории, формирования дополнительной мотивации детей к занятиям ледолазанием.

Заключение

В ходе проведенной исследовательской работы были выполнены все поставленные задачи.

Были выделены основные факторы, влияющие на достижение спортивных результатов детей-ледолазов 11-12 лет, проведено анкетирование спортсменов, изучены данные о спортивных достижениях за 2022-2023 годы; была проведена оценка результативности спортсменов.

В ходе сравнения данных о факторах и результативности была подтверждена выдвинутая гипотеза о том, что от весомости факторов зависит результативность спортсмена-ледолаза. Дополнительно в ходе работы были сделаны выводы о том, что большую результативность в ледолазании показывают дети, занимающиеся параллельно дополнительными видами спорта (преимущественно – скалолазание, затем – лёгкая атлетика), а также дети, у которых общее количество часов тренировок в неделю больше, чем у других.

Для решения второй задачи были проведены опросы посредством анкетирования детей разных групп занятий. В результате анализа полученной из анкет информации установлено, что дети-ледолазы оценивают себя как наиболее гармонично развитую личность, более активно взаимодействуют с обществом и более социально активны.

Исследование является актуальным, несет практическую значимость, может быть использовано педагогическим и тренерским составом для привлечения в ледолазание детей, имеющих определённый багаж спортивной подготовки, детей из других видов спорта, корректировки спортивных программ

с учётом увеличения количества тренировок, обеспечения спортсменов личным оборудованием. Исследование может быть продолжено и в будущем для возрастных групп 13-15 лет, 16-18 лет, 19-21 год, где, возможно, будут выявлены новые факторы, влияющие на результативность спортсменов-ледолазов при взрослении, а повторные опросы детей помогут выяснить, как меняется личность спортсмена-ледолаза с возрастом при продолжении спортивной карьеры.

Список литературы

1. Федий Г.В., Колесова Н.В. Ледолазание, как часть альпинизма. Методические рекомендации / Г.В. Федий, Колесова Н.В. – Тюмень, 2020. – 32с.
2. Ледолазание / [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://ru.wikipedia.org/wiki/Ледолазание>.
3. Котова А.А. Основы ледолазания. Методические рекомендации / А.А. Котова. – Тюмень, 2019. – 41 с.
4. История развития ледолазания / [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://alpinist.biz/archives/14367>.
5. Стулов А.В., Котова А.А. Ледолазание. Особенности тренировочного процесса. Методические рекомендации / А.В. Стулов, А.А. Котова, – Тюмень, 2020. – 28 с.
6. Темерева О.И. Спортивное ледолазание. Дидактические материалы / О.И. Темерева. – Томск, 2021. – 12 с.
7. Правила по ледолазанию. Редакция 2023-2024. Файл DOC / [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://alpfederation.ru/documents>.
8. Вагин А. В. Ледолазание как средство реабилитации потенциала человека // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2015. – Т.5. – С.1–5 / [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://e-koncept.ru/2015/65287.htm>.
9. Крысько В.Г. Психология и педагогика в схемах и таблицах. – Мн.: Харвест, 1999. – 384 с.

10. Сорокина П.Д. Спортивный результат как многофакторное явление в подготовке юных ледолазов 11-12 лет / П.Д. Сорокина // Международный школьный научный вестник. – 2024. – № 3.
11. Суперниндзя. Дети. 7 выпуск. Видеоролик. – Канал СТС. – 2024 – [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://rutube.ru/video/67ac4e53500f5892b10438b4e41daf4f/> или https://youtu.be/ISo717F_EAU?si=iTcdH54rkeHMdKXg.
12. Суперниндзя. Дети. 10 выпуск. Финал. Видеоролик. – Канал СТС. – 2024 – [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://rutube.ru/video/f0601f7fd85a44569c0c997744ee9515/> или <https://www.youtube.com/watch?v=O5QQgNccstM>.
13. Платформа – Центр социального содействия. Телешоу. Технология симпатий и воздействия. Файл PDF. – 2024 – [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://pltf.ru/wp-content/uploads/2024/08/soczialnoe-vliyanie-teleshou-29.08.24.pdf>.