

# Формування особистості юних футболісток

Шалар О.Г., Стрикаленко Є.А., Ємельянова Ю.І.

Херсонський державний університет

## Анотація:

Розглянуто шляхи формування позитивних властивостей особистості юних футболісток до спортивної діяльності, команди, тренерів. Основу спортивного характеру юних футболісток мають складати командні традиції міжособистісного спілкування. Футбол у юному віці впливає на особистість. Найважливішим компонентом формування юної особистості є психологічний аспект. Для правильного формування особистості необхідно знати її рівень розвитку на даному етапі, відношення до команди, тип характеру, поведінка у деяких ситуаціях.

**Шалар О.Г., Стрикаленко Є.А., Ємельянова Ю.І. Формирование личности юных футболисток.** Рассмотрены пути формирования положительных свойств личности юных футболисток к спортивной деятельности, команде, тренерам. Основу спортивного характера юных футболисток должны составлять командные традиции межличностного общения. Футбол в юном возрасте влияет на личность. Важнейшим компонентом формирования юной личности является психологический аспект. Для правильного формирования личности необходимо знать ее уровень развития на данном этапе, отношение к команде, тип характера, поведение в некоторых ситуациях.

**Shalar O.G., Strikalenko E.A., Emelianova U.I. The formation of the personality of the young footballers.** Ways of formation of positive properties of the personality of juvenile sportsmen to sports activity, team and trainers are construed. Command traditions of interpersonal dialogue should constitute a basis of sports character of juvenile sportsmen. Football in an early age influences the personality. The major component of formation of the juvenile personality is the psychological aspect. For the exact formation of the personality it is necessary to know its level of development at the given stage, the relation to team, a type of character, conduct in some situations.

## Ключові слова:

дисципліна, самоутвердження, колективізм, мотивація, спортивний режим, характер.

дисциплина, самоутверждение, коллективизм, мотивация, спортивный режим, характер.

discipline, self-affirmation, collectivism, motivation, sport routine, character.

## Вступ.

Футбол є командним видом спорту, в якому цінується колективна гра та результат. Та результат перш за все не може бути високим, коли у команді не має взаємної поваги та відчуття колективізму. Спортсмен повинен знаходити спільні інтереси у колективі, при цьому формуючись як особистість, дотримуватись принципів і традицій у команді. На розвиток особистості впливають три аспекти: суспільна свідомість, діяльність тренера та самосвідомість. Але ці фактори можуть змінюватись під впливом різних життєвих ситуацій та нести різний характер змін.

Часто буває, що юні спортсмени покидають спорт як тільки стають повнолітніми. У них виникають нові захоплення, хтось починає дивитись на життя з іншої сторони. Проблема насамперед у відношенні самої людини до свого життя та захоплень а вже потім інші нюанси. Дехто розчаровується, від своїх спортивних результатів та обраного спорту взагалі, у інших спортсменів виникають нові захоплення, в першу чергу це залежить від рівня розвитку особистості. Тому команда повинна бути одним цілим, як на футбольному полі так і поза ним. Слід зазначити, що всі негаразди переносяться неодмінно на футбольне поле і тоді згуртувати колектив в процесі матчу буде майже не здійсненним.

Формування особистості дуже нелегкий але водночас і цікавий процес з погляду тренера [5, 7]. Для того щоб виховати справжній, дружній колектив необхідно почати з формування кожної особистості в команді [4, 6]. Колективізм - не тільки результат виховання але й процес, і комплекс засобів, які формують свідомість, погляди, переконання, вчинки людини. Життя і спорт в колективі є школою становлення майже всіх рис особистості, які в своїй єдності становлять ідеал виховання спортсмена [2, 3].

Тож на сьогоднішній день є проблемою всіх жіночих команд згуртувати та психологічно укріпити спортивний колектив. Ця проблема стосується не

тільки команд України але і європейських лідерів і перспективних початківців. У багатьох професійних клубах, це може відобразитись на результаті і бути однією з причин згасання клубу.

Робота виконана у відповідності до плану НДР Херсонського державного університету.

## Мета, завдання роботи, матеріал і методи.

*Мета роботи* полягала в удосконаленні методики формування позитивних властивостей особистості юних футболісток до спортивної діяльності, команди, тренерів.

Виходячи з мети роботи перед нами були поставлені наступні *завдання*:

1. Розробити методичне забезпечення формування спортивного характеру юних футболісток;
2. Експериментально перевірити ефективність розробленої методики формування позитивних властивостей особистості юних футболісток до спортивної діяльності.

## Результати дослідження.

У дослідженні приймали участь юні футболістки команди «Южанка - Майстер С» 1994-95 років народження, які вже 4 роки грають у команді і є молодим резервом до підготовці та участі у чемпіонаті вищої ліги України. Спостереження проходило на тренувальних заняттях, засіданнях команди, поза командних зборах, перед та після тренувальних занять. Експериментальною базою дослідження були різні тренувальні майданчики серед яких стадіон «Майстер С», ДЮКФП-5 та стадіон «Кристал» м. Херсона. В дослідженні брали участь юні футболістки амплу яких ще не цілком визначене.

Експериментальна частина роботи відбувалась за допомогою досвідченого тренера В.М. Борщенко, який є тренером молодіжної збірної України.

З метою визначення властивостей особистості юних футболісток було проведено психологічне опитування футболісток, яке проводилось до початку тренувальних занять. Кожна спортсменка анонімно

відповідала за трьома запропонованими методиками, а саме: «Особистісний опитувальник Г.Ю. Айзенка, опитувальник А. Басса та А. Даркі «Вивчення агресивності в спорті», та «Мотиви заняття спортом» за методикою Е.П. Ільїна.

Перший психологічний тест за Г.Ю.Айзенком [1] допоміг дізнатись про деякі психологічні аспекти кожної спортсменки, визначити рівень її мотивації, розвитку та планування щодо свого недалекого майбутнього, дізнатись про рівень особистого розвитку.

Рівень агресивності у спорті на певному етапі розвитку особистості юних футболісток ми визначали за допомогою методики А.Басса і А.Даркі. Цей тест є дуже важливим для спортсменок, тому що агресія може по різному впливати як на особистість так і на команду в цілому.

Дослідження мотивів до занять спортом, за методикою Є.Ільїна, дозволило дізнатись чому саме у цей вид спорту пішла та чи інша спортсменка та що очікує вона від тренувальних занять що подобається їй чи навпаки. Всі три тести у сукупності допомогли визначити рівень розвитку психологічних властивостей особистості юних футболісток на певному етапі.

У тісній співпраці із тренером команди були розроблені шляхи щодо формування особистості юних футболісток. Тобто засоби покращення мотивації з метою виховання у спортсменок відчуття колективізму, командної гри та індивідуальних проявів спортивного характеру у спортивних змаганнях.

Всі спортсменки з зацікавленням сприйняли запропоновану методику. І з першого дня позитивно ставились щодо її реалізації.

Дослідження проводилося у два етапи. На першому (вересень-жовтень 2008 року) – було проведено констатуюче опитування юних футболісток. Другий етап, який тривав до квітня 2009 року, був спрямований на втілення у навчально-тренувальний процес футбольної команди засобів та методів формування особистості юних футболісток, а також узагальнення та аналіз експериментальної роботи. Методика формування позитивних рис характеру юних футболісток полягала у комплексному використанні психолого-педагогічних методів та засобів.

В колективі дуже важливо розуміння і відчування один одного. Здатність кожної особи обмежувати свої бажання, уміння відмовитися у частини своїх бажань. Формування особистості спортсмена пов'язане з впливом спортивного колективу на спосіб життя та життєдіяльність спортсмена, на його відношення до спорту, навчання, відпочинку, розвагам, міжособистісному спілкуванню, пізнанню. Все це у рамках жорсткого спортивного режиму.

*Для формування особистості юних футболісток були застосовані наступні засоби:*

1. Постійні збори колективу до та після тренування, розповіді про спортивну діяльність взагалі.

2. Враховуючи вікові та психологічні аспекти детально доводився зміст тренувань та дій спортсменок до початку тренувань або змагань.

3. Розповіді про спортивний режим.

4. Опис психологічної моделі сучасної футболіст-

ки та її спортивної кар'єри, а також шляхи досягнення високих спортивних результатів, пов'язаних з постійним тренуванням.

5. Розглядання спортивної діяльності спортсменок, як частини життєвого шляху спортсмена.

*Вправи на розвиток сил волі (спортивного характеру) були наступні:*

**Правило 1.** Зроби те, що бажаєш менше всього.

Коли ви не бажаєте щось робити, але роботу виконати необхідно, пригадайте це правило. Завжди примушуйте себе займатися тим чого ви не бажаєте. Пам'ятайте що тільки лінь заважає нам впоратися з тією чи іншою задачею.

**Правило 2.** Вправи повинні носити постійний характер.

Необхідно систематично виконувати вправи та дії, що формують особистість спортсмена (виконання режиму дня, своєчасність приходу на тренування та змагання, повна віддача на тренуваннях тощо). Полегшуючи собі вимоги ви ризикуєте знову бути слабким суб'єктом.

**Правило 3.** Важливе бажання стати кращим.

Для розвитку сили волі важливе діяльне бажання стати краще. Тож з розвитком сили волі зміниться і ваша особистість. При цьому можуть змінитись ваші звички та бажання іноді навіть коло друзів. Пам'ятайте, що те чим ви займаєтесь робить вас кращими у своїй діяльності, сильнішим та не схожим на інших.

Також до вправ розвитку сили волі та формування особистості юних футболісток нами запропоновані наступні вірші перед грою:

1. Ми сосредоточены, намеренья твердые, играем сосредоточенно, намеченное выполним, уверены в себе (один за всех и все за одного).

2. Ни шагу назад, ни шагу на месте, а только вперед и только все вместе.

3. Мы играем за победу, за отвагу и мечту, мы хотим одной командой победить сейчас в бою.

4. Наш футбол большое дело, нужно только победить, заявить мы можем смело, сможем в матче лучше быть.

5. Чтобы духом не сломаться, до игры не проиграть нужно очень постараться в каждом матче забивать.

*(Ю. Ємельянова)*

Кожна футболістка отримала дані традиційні віршики для промовляння їх перед футбольними матчами один із них або декілька. Команда за спільним бажанням обирала для традиційного вигуку його перед початком кожного матчу.

Для покращення спортивного режиму у ті дні коли у футболісток немає тренувань нами був запропонований розпорядок дня який допомагав разом зі спортивним режимом виховувати у спортсмена відчуття відповідальності, виховання сили волі, відчуття професійного спортивного життя, характеру, та дисципліни.

Під час виконання цього режиму та тренувальних навантажень у підготовці футболісток враховувались специфіка жіночого організму, вікові особливості, рівень їх підготовленості та інше.

Тренером-викладачем спеціально були розроблені тижневі плани щодо їх ранкового самостійного тренування, враховуючи всі вище сказані аспекти.

Щодо зразка спортивної поведінки на зборах, часто обговорювались поведінки інших команд України, приводились у зразок зірки сучасного жіночого та чоловічого футболу, виконувався пригляд матчів зимового чемпіонату першості дівчаток 92-94 року народження. Де футболістки команди «Южанка» вже приймали учати. Їм вказували на їх невдалі тактичні дії.

Вірші, які були запропоновані юним футболісткам, спрямовані стимулювати кожну футболістку на серйозне ставлення до змагань, позитивне відношення до товаришів по команді. Викликати у них відчуття професіоналізму та дисципліни.

#### **Цена футбола**

Что привело меня ценить футбол – не знаю,  
Но, с каждым днем к нему любовь в душе храню  
Я слишком часто о не сбывшемся мечтаю  
И всякий раз стремлюсь осуществить мечту.  
Я часто думала бросать футбол, но все же  
Жизнь без него! Тогда уж лучше и не жить  
Всего на свете он мне слаще и дороже  
Пусть все исчезнет, но его мне не забыть.  
И ничего так в жизни больше не пугает  
Как травма страшная, ее не излечит  
Я получила травму и теперь я знаю  
Как нужно побеждать и жизнь футбольную ценить.

*(Ю. Смелянова)*

#### **Стремись**

Умей стремиться сквозь потери  
Иди и добивайся цели  
Футбол твой настоящий друг  
Пусть все без лидерства, а вдруг.  
Упертой будь как никогда  
Пусть травма, это не беда  
Но главное, что ты в душе  
Готова побеждать уже.

*(Ю. Смелянова)*

#### **Все равно**

Выйти в поле доказать что можешь  
Добиваться цели до конца  
И забивши гол с улыбкой тоже  
Будешь вытирать свой пот с лица  
Три минуты только отыграла  
Пару раз дотронулась к мячу  
Только жать я сразу не узнала  
Что на поле травму получу  
Три минуты я уже за бровкой  
И обида страшная в душе  
Вот теперь большая остановка  
Точка на футболе и на мне  
Но надеюсь это не на долго  
Правда, рано что-то говорить,  
Но любить футбол я буду столько  
Сколько мне дано на свете жить.

*(Ю. Смелянова)*

#### **Не секрет**

Прости меня, что так люблю я  
Что так стараюсь и стремлюсь

Ведь без него всегда горюю  
А с ним к успеху тороплюсь  
Зачем он в жизнь мою явился!  
Забыть его я не смогу  
Он навсегда во мне прижился  
Пока я с ним я проживу  
Нет не о парне я писала,  
Не о любви, которой нет  
А футболе я мечтала  
Ведь это тоже не секрет.

*(Ю. Смелянова)*

Одним із засобів формування командної згуртованості є промовляння командних віршів перед матчами. Вірші на футбольну тему, дають змогу приблизити дівчаток до світу футболу та патріотичного настрою до своєї команди, зблизитись духовно та морально. Викликати в їх душі більшу відповідальність до тренувань та змагань.

Також, кожну п'ятницю, після тренування традиційно проводилися збори команди та обговорення проблем в команді.

Вище перераховані методи та засоби психолого-педагогічного впливу на юних футболісток дали певні позитивні результати. За підсумками другого етапу дослідження, проведеного у березні місяці 2009 року, можна відмітити зміну у рівні самоутвердження юних футболісток (за Г.Ю.Айзенком). У більшості дівчаток відмічається високий рівень самоутвердження (54,7%). Футболістки стали більш впевнені у своїх відповідях та діях, більш відвертими, не приховуючи своїх недоліків якщо вони є. Приємно відмітите те, що дівчатка не хворіють «зірковою» хворобою. Більшість дівчаток мають відчуття гумору. З такими спортсменами легко знайти спільну мову. Деякі поразки вони сприймають не дуже болісно, таким чином не розчаровуючись у занятті спортом, також у відповідях можна помітити перемену настрою, що може бути пов'язано з віковими психолога-фізіологічним змінами цих спортсменок. Вони стали більш впевнені, що є важливим компонентом щодо результативності матчів та продуктивності тренувань.

Але у деяких дівчаток з'явилась надмірна самовпевненість та відвертість що може бути причиною проведення більшого часу у різних компаніях, спілкуванню з друзями. Деякі дівчатка відповіли що вони не завжди виконують те, що кажуть дорослі, не завжди допомагають дома у господарстві, що іноді говорять те, що не думають.

Таким чином дізнавшись про результати двох етапів психологічного тестування за методикою Г.Ю.Айзенка ми можемо побачити що дівчатка стали більш відвертими, впевнені з більш позитивним поглядом на життя. З твердим і рішучим настроєм на майбутнє.

Також ми простежили за змінами у відношенні юних футболісток до спортивної діяльності за такими показниками: дисципліни, відвідування тренувань, працьовитості та оцінки за активність.

За допомогою психологічного тесту (А.Басса і А.Даркі) з'ясувалось, що рівень агресивності юних футболісток відповідає середньому рівню агресив-

ності (87,8%). Дані від попереднього тестування дещо змінилися. Відсутність футболісток із низьким рівнем агресивності і з наявністю малої кількості з високим рівнем (12,2%), говорить про те, що агресивність не впливає на команду, тренера та самих футболісток. Оскільки футбол є видом спорту де агресивність існує, треба постійно стежити за змінами агресії як під час тренувань, так і під час змагань.

Помічаючи спокійних зовні гравців команди у побуті, але дуже жорстких у ігрових епізодах, то враховуючи вік юних футболісток та стать, можемо сказати, що для дівчаток така агресивність носила змінний і не тривалий характер та проявлялася тільки під час змагань.

Після опрацювання даних наступного психологічного тесту (за Є.П. Ільїним) з'ясувалось що позитивний (високий) рівень мотивації у юних футболісток збільшився на (40,1%) порівнюючи з попередніми даними. В тестах дівчатка відповіли, що пішли грати у футбол, тому що хочуть мати більше друзів, що вже свідчить про вміння і бажання знаходити спільні інтереси з товаришами по команді для того, щоб покращити відчуття особистої гідності. Відмічено бажання виховувати цілеспрямованість, що є позитивною рисою й говорить про те, що юні спортсменки вміють планувати своє майбутнє, впевнено роблять крок за кроком до поставлених цілей.

Можна стверджувати, що запропонована методика дала змогу покращити рівень мотивації до спорту, та збільшити бажання щодо постійного відвідування тренувань, за допомогою нових традицій, зборів, віршів. Футболістки начебто особисто для себе зрозуміли суть занять футболом. Як відомо, багато спортсменів покидають спорт із-за змін внутрішнього усвідомлення, появи нових цілей у житті, розчарування

Більшість футболісток бажать захищати честь команди на різноманітних змаганнях, удосконалювати свою майстерність та спортивний результат.

Приємно що всі дівчатка без винятку бажать виправдати надії тренера, їм приємно відчувати відчуття виконаного боргу перед суспільством та командою. Всі дівчатка бажать виконати норматив майстра спорту. Розуміючи, що це не легкий та довготривалий шлях, усі прагнуть цього всією командою, що говорить про позитивний настрій, цілеспрямованість на кращій результат.

#### **Висновки.**

1. Футбол у юному віці впливає на особистість, формуючи її як незалежну, багатогранну людину, розвиває її як фізично так і технічно. Але найважливішим компонентом формування юної особистості є психо-

логічний аспект. Розвиток особистості залежить від виховання, тому виховувати необхідні риси у спортсменок є завданням для кожного тренера, який прагне високого результату. Юні спортсменки намагаються бути схожими на своїх кумирів, тренера, батьків або дівчаток по команді але при їх особистих інтересах повинна існувати загальна мета, внутрішньо командна система цінностей, правил, традицій та інше.

2. Аналіз спеціальної літератури та психологічні тести (Г.Ю.Айзенка), (А.Даркі і А.Басса), та (Є.Ільїна), дозволили оцінити рівні психологічного розвитку, ступінь мотивації занять спортом та рівень агресивності у спорті юних футболісток.

Для того щоб правильно формувати особистість необхідно знати її рівень розвитку на даному етапі. Дізнатись чого вона очікує від спорту, як відноситься до команди, який у неї тип характеру та що вона за людина, як буде вести себе у деяких ситуаціях.

3. Після застосування комплексної методики командної згуртованості з'ясувалось, що у дівчаток покращилися показники щодо дисципліни, працovitості, відвідування. Юні футболістки стали більш мотивовані, прагнучи підвищенню командної згуртованості. У багатьох з'явилися спільні інтереси, що допоможе утримати колектив в цілому.

Подальші дослідження передбачається провести в напрямку вивчення інших проблем формування особистості юних футболісток.

#### **Література.**

1. Айзенк Г.Ю. Как измерить личность / Г.Ю. Айзенк. – М: Когніто – центр, 2000. – 284с.
2. Будзин В.Р. Особливості взаємозв'язків між показниками функціонального стану організму футболісток у різні фази специфічного біологічного циклу / В.Р. Будзин //Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. - Харків: ХДАДМ, 2009. - №5. – С.29-32.
3. Волков И.П. Практикум по спортивной психологии / И.П. Волков. - СПб.: Питер, 2002 – 288 с.
4. Еделев О.С. Дидактико-виховний аспект тренування юних футболісток / О.С. Еделев, В.О. Єфімако, О.Г. Шалар //Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. - Харків: ХДАДМ, 2008. - №11. – С.16-21.
5. Ильин Е.П. Психология физического воспитания / Е.П. Ильин. – СПб.: Изд-во РГПУ им. А.И. Герцена, 2000. - 486 с.
6. Костюкевич В.М. Структура технико-тактической деятельности высококвалифицированных футболистов разных игровых амплуа / В.М. Костюкевич //Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. - Харків: ХОВНОКУ-ХДАДМ, 2009. - №9. – С.67-71.
7. Перевозник В.И. Количественный и качественный анализ выполнения передач мяча в одно касание командой «Металлист» Харьков в играх кубка УЕФА / В.И. Перевозник, А.А. Перцухов // Физическое воспитание студентов. - Харьков: ХООНОКУ-ХГАДИ, 2009. - №1. – С.45-49.

Надійшла до редакції 02.11.2009р.  
Шалар Олег Григорьевич  
Стрикаленко Евгений Андреевич  
Емельянова Юлия Ивановна  
strikalenko76@gmail.ua