

ЗНАЧЕНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОДДЕРЖКИ УЧАЩИХСЯ ПЯТЫХ КЛАССОВ В ПЕРИОД ИХ ПОДГОТОВКИ К ШКОЛЬНЫМ СОРЕВНОВАНИЯМ

Переход из начальной школы в среднюю – судьбоносный и ответственный период для всех детей школьного возраста. Любой педагог подтвердит, что начало пятого класса – это сложное время не только для ребенка, но и для учителей и родителей. Возникает множество проблем, связанных не только с организацией учебного процесса, но и с организацией жизни в школе в целом, с психологической атмосферой в семье.

Возраст пятиклассников можно охарактеризовать как переходный от начальной школы к подростковому возрасту. Психологически этот возраст связан с постепенным обретением чувства взрослости – главного личностного новообразования подростков. В дружеских отношениях моделируются социальные отношения, усваиваются навыки осмысления последствий своего и чужого поведения, социальные нормы взаимоотношений и моральные ценности [3, с. 99].

Способность организма пятиклассника адаптироваться к новым факторам соревновательной деятельности – нагрузкам, использованию средств, новым формам тренировки – является основой конкурентоспособности. Эта характеристика является существенной для обеспечения жизнеспособности организма учащегося, его выживания и саморазвития под воздействием различных факторов внешней среды и изменения состояния самого организма.

Успешное решение задач по подготовке пятиклассников к соревнованиям зависит от умения учителя реализовать индивидуальный подход, который заключается в понимании и знании индивидуальных и возрастных особенностей учеников пятого класса.

В современной психологии спорта существует множество теорий о влиянии темперамента на спортивные результаты. Влияние темперамента на спортивные результаты может быть одним из критериев отбора в некоторых видах соревновательной деятельности. Пятиклассники, примерно одинакового физического развития, часто показывают разные результаты на школьных соревнованиях.

В значительной степени это зависит от строения нервной системы, что обуславливает то, что один ученик сможет справиться с пси-

хологическим стрессом, другой – нет. Уже давно физическая подготовка школьников заключается не просто в выполнении различных физических упражнений. Она является сложным многофакторным процессом, важное место в котором занимает психологическая подготовка, которую многие педагоги соотносят с типом темперамента учащихся. Поэтому средства и методы психологической подготовки должны подбираться с учетом этих особенностей [2, с. 234].

Первая и самая главная отличительная черта учащегося-холерика – его неумная энергия. Дети этого темперамента активны с раннего возраста: они постоянно в движении, интересуются окружающим миром и людьми, охотно идут на контакт. Физически холерический тип личности проявляется в порывистых движениях, торопливой речи и быстром развитии тела.

В коллективе ученики-холерики часто занимают лидерскую позицию, любят быть в центре внимания и, вместе с тем, часто оказываются зачинщиками всех шалостей и ссор. Такие ученики мгновенно усваивают информацию, но быстро же ее забывают, обладают отменной реакцией и развитым мышлением. Их соревновательные результаты недостаточно стабильны, имеется склонность к «предстартовой лихорадке», что довольно часто не позволяет им полностью реализовать свои возможности в соревнованиях [4, с.52].

Психологическая поддержка со стороны учителя должна выражаться в поддержании позитивной атмосферы на занятиях, однако не стоит быть слишком мягким с пятиклассником холерического типа темперамента, так это может вызвать немотивированную агрессию.

Дети-сангвиники спокойные, уравновешенные и дружелюбные, но в то же время обладают быстрой реакцией – качество, которое незаменимо в некоторых видах спорта: фехтовании, теннисе, гандболе. В соревновательной деятельности эти дети легко переходят от выполнения одного упражнения к другому, но недостаточно усидчивы и сосредоточены, особенно в однообразных спортивных упражнениях.

Учащиеся-сангвиники хороши в командных спортивных видах деятельности, где необходимо быстро ориентироваться при меняющейся обстановке. Их спортивные результаты стабильны и, как правило, в соревнованиях бывают выше, чем на тренировках. Перед стартом такие школьники находятся в состоянии «боевой готовности» [1, с. 18].

Из-за высокой мобильности пятиклассник-сангвиник часто оказывается не собранным, из-за высокого уровня активности он не может сконцентрироваться на конкретных заданиях. Учитель должен

поддерживать энтузиазм пятиклассника-сангвиника, поскольку достижение целей для него играет важную роль.

У школьников-флегматиков процесс торможения преобладает над процессом возбуждения. При принятии решений они предпочитают руководствоваться разумом, а не эмоциями.

Флегматики могут проявить себя в тяжелой атлетике и различных видах борьбы. Сформированные навыки и привычки очень прочны и характеризуются высокой устойчивостью к внешним раздражителям. Ученики этого типа темперамента предпочитают медленные, спокойные и монотонные упражнения, тщательно отработывают индивидуальную технику движений в течение длительного времени и кропотливо работают над развитием всех физических качеств.

Психологическая поддержка учащегося-флегматика, участвующего в школьном соревновании, требует внимательного и чуткого отношения педагога. Нужно учить такого школьника уметь выражать свои чувства. Необходимо уважать его переживания и желания, стремиться показать ему альтернативные пути решения проблем. Не стоит заикливаться на конкретных качествах и требовать от ребенка невозможного при выполнении спортивных действий, лучше действовать мягко и не травмировать.

Пятиклассника-сангвиника нужно мотивировать, опираясь на его интеллектуальные способности.

Школьник-меланхолик – кроткий, задумчивый, послушный, незлобивый и замкнутый ребенок среди своих сверстников.

Данный тип темперамента считается наиболее «удобным» в воспитательном отношении. Это связано с тем, что пятиклассники полностью подчиняются родителям, педагогам, не имеют проблем с гиперактивностью [3, с. 101].

В спорте меланхолики отличаются чрезмерной ответственностью и хорошо развитым мышечно-двигательным чувством. Они обладают прекрасным тактическим чутьем, но характеризуются низкой работоспособностью и низкой устойчивостью к внешним раздражителям. У таких учеников сильно развито чувство неуверенности в себе и в своих силах. Они могут проявить себя в таких видах спорта, которые требуют от них чувствовать и понимать своих противников (партнеров и оппонентов), но без больших перегрузок.

Меланхолики предпочитают индивидуальные соревнования, не связанные с единоборствами или командной борьбой. Их выступление на соревнованиях нестабильно, так как присущая им высокая тревожность, что способствует возникновению состояния «стартовой вяло-

сти», а это приводит к затруднениям в достижении высоких результатов.

Учитель при психологической поддержке должен быть предельно внимателен в отношении пятиклассника-меланхолика, его ни в коем случае нельзя ругать и запугивать, травмировать и сравнивать с другими детьми.

Таким образом, знание особенностей темперамента - важнейшая часть индивидуального подхода при организации психологической поддержки учащихся пятых классов в период их подготовки к школьным соревнованиям.

Без оценки типа темперамента не будут выделены особенности ученика и не будет понятна общая картина его спортивных способностей. Часто даже такая простая информация о нем, как «подвижный и энергичный» или «медленный и вялый», может дать правильное представление о физических возможностях и определить методы работы.

В зависимости от динамических характеристик психики пятиклассников и определяется психологическая поддержка в период их подготовки к школьным соревнованиям [5, с. 46].

Конечно, немаловажное значение имеет и учёт возрастных и индивидуальных особенностей школьников пятых классов, так психологическая поддержка в соревновательной деятельности должна ориентировать каждого ребёнка на успех и достижение побед.

ЛИТЕРАТУРА

1. Беликова, Е.В., Сазонова Н.В., Чахмахчева, Е.Ю. Помощь классного руководителя в адаптации пятиклассников // Классный руководитель. – 2003. – № 1. – с. 17-28.
2. Гамезо, М.В., Петрова, Е.А., Орлова, Л.М. Возрастная и педагогическая психология: учеб. пособие для студентов вузов. / М.В. Гемзо. - М.: Педагогическое общество России, 2003. – 512 с.
3. Журавлев, Д.А. Адаптация учащихся при переходе из начальной в среднюю школу // Народное образование. 2002. № 8. – с. 99-105
4. Крайнова, Ю.Н. Адаптация школьников к обучению в среднем звене, как психологическая проблема // Практическая психология и логопедия. – 2009. – № 1. – С. 51-54.