Содержание

ГЛАВА 1. ДЕТСКО-ЮНОШЕСКИЙ СПОРТ: РОЛЬ, ЗНАЧЕНИЕ, ОРГАНИЗАЦИОННАЯ СТРУКТУРА, И СОЦИАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ……2

1.1. Понятие спорта. Цели, задачи и основные функции детско-юношеского спорта……2

1.2. Государственная политика в сфере поддержки детско-юношеского спорта…….5

1.3. Организационная структура подготовки спортивных резервов…….9

1.4. Социальные проблемы юных спортсменов……19

ГЛАВА 2 СОЦИАЛЬНОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ В ПРОЦЕССЕ ПОДГОТОВКИ ЮНЫХ СПОРСМЕНОВ-ДЗЮДОИСТОВ……..24

2.1. Понятие социальной работы и социального сопровождения. Цели и задачи социального сопровождения юных спортсменов……..24

2.2. Подготовка к социальной адаптации спортсменов после завершения их карьеры…….31

2.3. Дзюдо: краткая история возникновения, основные принципы……35

ГЛАВА 1. ДЕТСКО-ЮНОШЕСКИЙ СПОРТ: РОЛЬ, ЗНАЧЕНИЕ, ОРГАНИЗАЦИОННАЯ СТРУКТУРА, И СОЦИАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ

1.1. Понятие спорта. Цели, задачи и основные функции детско-юношеского спорта

Спорт (сокращение от первоначального старофранц. desport — «игра», «развлечение») — организованная по определённым правилам деятельность людей, состоящая в сопоставлении их физических или интеллектуальных способностей, а также подготовка к этой деятельности и межличностные отношения, возникающие в её процессе.

Спорт представляет собой специфический род физической и интеллектуальной активности, совершаемой с целью соревнования, а также целенаправленной подготовки к ним путём разминки, тренировки. В сочетании с отдыхом, стремлением постепенного улучшения физического здоровья, повышения уровня интеллекта, получения морального удовлетворения, стремления к совершенству, улучшению личных, групповых и абсолютных рекордов, славе, улучшения собственных физических возможностей и навыков, спорт предназначен для совершенствования физико-психических характеристик человека.

Спорт включает в себя соревновательную деятельность и подготовку к ней. В нём ярко проявляется стремление к победе, достижению высоких результатов, мобилизация физических, психических и нравственных качеств человека. Спорт необходим для того, чтобы влиять на общество [Википедия].

Спорт делится на две категории, которые различаются между собой в основном по целям и задачам, которые перед собой ставят, и теми, кто

занимается тем или иным видом спорта. Это массовый спорт и спорт высших достижений.

Массовым спортом занимался каждый человек хоть раз в жизни бесспорно. С его помощью люди во всём мире обретают возможность совершенствовать свои физические качества и двигательные возможности, укреплять здоровье и продлевать творческое долголетие, а, следовательно, противостоять нежелательного воздействия на организм современной экологии, бешеного ритма информационной жизни, в котором сейчас крутится почти весь мир. Отсюда можно вывести цели массового спорта, которые заключаются в укреплении здоровья, улучшении своего физического здоровья и получении активного отдыха.

В массовом спорте соревнования являются стимулом для повышения двигательной активности человека. Важен сам факт участия в соревновательной борьбе. Спортивный результат имеет, прежде всего, значение для самого участника как показатель уровня его физической подготовленности. Ведущие функции – воспитательная, повышения физической активности, оздоровительная, рекреационно-культурная и производственная. Отличительная черта – доступность широким массам населения (школьникам, студентам, взрослому населению и другим категориям населения). Здесь нет специального отбора, занятия возможны по месту работы, учебы, жительства, отдыха. Главное в массовом спорте – регулярные занятия по подготовке к соревнованиям, в самих соревнованиях – участие, стремление победить соперников, «победить» себя, улучшить личный рекорд.

Массовый спорт во многом повторяет и сходится с физической подготовкой (культурой). В отличие от него, спорт высших достижений ставит перед собой совершенно иные цели и задачи.

Главной целью спорта высших достижений является достижение максимально возможных спортивных результатов на спортивных всевозможных состязаниях и соревнованиях, и, естественно, на Олимпиадах.

Всякое высшее достижение спортсмена имеет не только его личное значение, но и становится общенациональным достоянием, так как рекорды и победы на крупнейших международных состязаниях вносят свой вклад в поддержании и укреплении авторитета страны на международной арене. Поэтому нет ничего удивительного в том, что крупнейшие спортивные форумы собирают у телевизоров, радио и других средств массовой информации миллионы болельщиков во всём мире. Яркий и самый, пожалуй, злободневный пример тому: футбол. В него играют тысячи, а любят его миллионы.

Под детско-юношеским спортом мы понимаем разновидность внеучебной организованной деятельности детей, состоящей из специальной подготовки и выступлений на соревнованиях для оптимального проявления способностей в заранее определяемых двигательных действиях с учетом возрастных особенностей. Рамки детско-юношеского спорта лимитируются возрастом от момента, когда разрешается приступать к специальной подготовке до выпуска из общеобразовательного учреждения [Ашмарин].

В спортивной деятельности выделяют базовую часть и специальные службы, обеспечивающие её эффективное функционирование [там же]. Под базовой частью обычно понимается та часть спортивной деятельности, в которой наглядно демонстрируется результат и раскрывается специфика спорта в виде соревнований. Возможность продемонстрировать развитие своих способностей в соревновательной форме обеспечивают специальные системы по подготовке спортсмена. К ним мы относим: тренировку, систему восстановительно-реабилитационных мероприятий, систему организации спортивной деятельности. Соревнование задает цели, тем самым объединяя базовую часть и специальные службы в целостную деятельность.

В детско-юношеском спорте соревнования являются средством определения эффективности системы подготовки спортивных резервов и физического совершенствования подрастающего поколения. Ведущие функции – соревновательная, воспитательная, повышение физической

активности, познавательная, оздоровительная и рекреационно-культурная. Детско-юношеский спорт – это наиболее универсальный способ физического, духовного развития личности и оздоровления детей и подростков. Своим наличием детско-юношеский спорт решает задачи спорта высших достижений и массового спорта. Так, в области спорта высших достижений решает задачу обеспечения его спортивными резервами, а в области массового спорта является эффективным средством решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач. Цель подготовки резервов высококвалифицированных спортсменов состоит в том, чтобы юные спортсмены, переходя в спорт высших достижений, обладали возможностями для подготовки из них спортсменов высокого класса.

Функционируя в сфере спортивной деятельности, молодой спортсмен проявляет активность, адекватную для решения задач, поставленных перед ним. Активность, в переводе с латинского, есть деятельное состояние, деятельное участие в чем-либо [Словарь]. Деятельное участие предполагает достижение определенной цели с использованием материальных и духовных ценностей, созданных в процессе исторического существования общества.

Основной критерий эффективности детско-юношеского спорта – массовость охвата. Спорт играет большую роль в профилактике негативных явлений в поведении детей школьного возраста.

1.2. Государственная политика в сфере поддержки детско-юношеского спорта

Рост спортивных достижений во многом зависит от эффективности построения системы подготовки юных спортсменов, которую можно определить как рационально организованный процесс обучения, воспитания и тренировки с учетом закономерностей формирования двигательных и психических возможностей детей и подростков и особенностей их адаптации к физическим и психическим нагрузкам.

Подготовка спортивного резерва – многолетний процесс, который является основой «пирамиды» системы спортивного совершенствования. В этой связи, проблема многолетней разносторонней подготовки юных спортсменов является чрезвычайно актуальной.

В настоящее время в России создана необходимая система подготовки спортивного резерва, включающая широкую программу организационных и методических мер. Определены роль и место в этой системе потенциальному резерву, который готовят спортивные школы.

Необходимо отметить, что, несмотря на сложности социально-экономической ситуации в стране и дефицит финансирования образования, сеть учреждений физкультурно-спортивной направленности не только сохранена, но и продолжает развиваться. Стабильность сети подтверждает роль и значимость учреждений физкультурно-спортивной направленности, их современный статус, а также правильность действий предпринимаемых Министерством образования и науки Российской Федерации, территориальными органами управления образования по открытию новых учреждений.

Важнейшим звеном в становлении и развитии детско-юношеского спорта, его базовой основой в системе образования были и остаются детско-юношеские спортивные школы, воспитавшие многих чемпионов России, Европы, Мира, Олимпийских игр.

В 2006 году Правительством Российской Федерации была утверждена Федеральная целевая программа «Развитие физической культуры и спорта в Российской Федерации на 2006-2015 годы», а в июле 2009 года была принята Стратегия развития физической культуры и спорта до 2020 года. Эти документы в значительной мере пересматривает государственный подход к развитию физкультуры и спорта в стране. Спорт – прежде всего, массовый, а с ним и спорт высших достижений как средство привлечения граждан к физической активности – рассматривается в качестве основной составляющей формирования качества жизни россиян. И в первую очередь –

жизни нового, подрастающего поколения [Стратегия 2020].

Следует отметить, что повышение эффективности системы подготовки спортивных резервов в решающей мере обусловлено дальнейшим совершенствованием ее организационных основ, приведение их в полное соответствие с системой знаний о многолетней подготовке спортсмена, постоянная их коррекция с учетом быстрого обновления этих знаний. Немало делается в этом направлении, что нашло отражение, прежде всего в подготовке нового положения о спортивных школах и новых программ по многим видам спорта. Эти документы предусматривают доступность начальной подготовки в спортивной школе любому школьнику, изменения в системе оценивания работы тренера-педагога.

В частности необходима более тесная связь последней с системой спортивного отбора. Основным ее критерием должна стать перспективность спортивного совершенствования учеников.

Ведь если тренер правильно определил соответствие новичка требованиям вида спорта, если сумел сформировать основу двигательной подготовленности, развил стремление к систематической тренировке, ученик будет признан способным к спортивному совершенствованию через год, два или несколько лет тренировки: в этом случае следует считать, что тренер работает хорошо, а не только тогда, когда ученик победил на первенстве города, области среди подростков.

В этой связи и система соревнований учащихся спортивных школ должна прежде всего решать задачу всесторонней оценки их перспективности, то есть программа соревнований должна выявлять уровень генетически обусловленных и трудноразвиваемых физических качеств – быстроты, координации, ловкости, гибкости, специализированных восприятий, личностно-психических особенностей. Например, соревнования, включающие выполнение нормативов общей физической подготовки (ОФП), специально подготовленных упражнений, состязания в подвижных и спортивных играх. В этом случае критерии оценки работы

спортивного детского педагога соответствовали бы целевой направленности и задачам первых этапов многолетнего совершенствования спортсменов, что является важнейшей предпосылкой повышения качества подготовки спортивных резервов.

В настоящее время в России функционируют более 5 тыс. образовательных учреждений спортивной направленности. В них проходят подготовку около 3,3 млн юных спортсменов, из которых 11,1 тыс. задействованы в спорте высших достижений. Подготовку обеспечивают 103,2 тыс. тренеров-преподавателей и педагогов дополнительного образования, из них более 43% имеют профессиональное образование, 34% - высшую и первую квалификационные категории [данные КФКиС].

Учреждения спортивной направленности развивают более 110 видов спорта. Самыми популярными среди них являются такие виды спорта, как футбол, волейбол, баскетбол, легкая атлетика, лыжные гонки (более 200 тыс. занимающихся). Около 10,8 тыс. спортивных сооружений находится на балансе спортивных школ [данные КФКиС].

Таким образом, действующая в Российской Федерации организационная структура обеспечивает необходимые условия для многолетней подготовки спортсменов — от новичков до мастеров спорта международного класса, позволяя решать при этом оздоровительные и воспитательные задачи с достаточно большими контингентами детей, подростков и молодежи.

1.3. Организационная структура подготовки спортивных резервов

Организационная структура отечественного спортивного движения включает в себя государственные и общественные спортивные организации,

которые на федеральном, территориальном и местном уровнях осуществляют управление подготовкой спортивных резервов. К таким организациям относят: Министерство спорта, туризма и молодежной политики, система территориальных органов управления физической культурой и спортом; специализированные подразделения отдельных отраслевых министерств; Олимпийский комитет России; Всероссийские и территориальные федерации по видам спорта; физкультурно-спортивные общества и спортивные клубы. Непосредственная подготовка спортивных резервов ведется в подведомственных им учреждениях, к которым относятся ДЮСШ, СДЮШОР, УОР, специализированные спортивные классы общеобразовательных школ, ШВСМ.

ДЮСШ (детско-юношеские спортивные школы) создают в целях реализации программ дополнительного образования детей. ДЮСШ могут быть как комплексными (проводящими работу по нескольким видам спорта), так и ориентированными на какой-то один вид спорта. Структурные подразделения спортивной школы рекомендуется создавать в виде отделений по виду (видам) спорта или этапу подготовки. Количество учебных групп (секций) в отделении, а также количество специалистов (тренеров-преподавателей, хореографов, концертмейстеров и др.), привлекаемых спортивной школой для работы с обучающимися, определяется учреждением исходя из утвержденной учредителем сметы доходов и расходов. Обязательными условиями для открытия спортивных школ является наличие собственной или арендуемой спортивной базы для проведения учебно-тренировочного процесса, административных и вспомогательно-хозяйственных помещений, обеспеченность финансированием, руководящими и тренерскими кадрами.

С 2000 г. в системе спортивных школ стали активно создаваться различные учреждения дополнительного образования для инвалидов. В спортивных школах разного уровня открывают отделения или отдельные группы, в которых занимаются лица с ограниченными возможностями.

Организуются детско-юношеские спортивно-адаптивные школы, адаптивные детско-юношеские клубы физической подготовки.

СДЮШОР (специализированные детско-юношеские школы олимпийского резерва) создают на базе существующих ДЮСШ, в которых администрация и тренерско-преподавательские кадры достигли высокого уровня работы по подготовке квалифицированных спортсменов. Обоснованием открытия спортивной школы в виде СДЮШОР, как правило, является необходимость обеспечения целенаправленной подготовки спортивного резерва для сборных команд (команд по игровым видам спорта) муниципального образования или субъекта Российской Федерации по олимпийским видам спорта.

Рекомендуемые условия функционирования СДЮШОР:

- наличие образовательных программ спортивной подготовки повышенного уровня (спортивное совершенствование и высшее спортивное мастерство), в том числе экспериментальных и авторских;
- наличие высококвалифицированных тренерских кадров, обеспечивающих реализацию данных образовательных программ;
- наличие региональной системы соревнований по культивируемому (олимпийскому) виду спорта (дисциплине), позволяющей выполнять юным спортсменам установленные нормативные требования по видам спорта;
- традиционность и популярность данного вида спорта в регионе, наличие в регионе спортивных клубов, команд мастеров, ШВСМ или центров спортивной подготовки, в которых обучающиеся СДЮШОР могли бы продолжить спортивную деятельность.

СДЮШОР, так же как и ДЮСШ, могут иметь одно или несколько отделений по смежным видам спорта. Поэтому слово «специализированная» нельзя относить к понятию профиля школы (то есть школа по легкой атлетике, школа по плаванию и т.д.). Имеется в виду, что в специализированных школах, в отличие от ДЮСШ, ведется большая работа

по подготовке спортсменов высокого класса для пополнения сборных команд по олимпийским видам спорта, что является основным показателем их деятельности.

В СДЮШОР предусмотрена повышенная (по сравнению с ДЮСШ) оплата труда тренеров-преподавателей и руководящих работников.

В отличие от более ранних инструктивных документов, фиксировавших должные возрастные параметры спортсменов на всех этапах многолетней подготовки, действующие документы, регламентирующие деятельность ДЮСШ и СДЮШОР, устанавливают лишь рекомендуемый минимальный возраст зачисления учащихся в отделения по видам спорта.

При соблюдении организационно-методических и медицинских требований спортивная школа может осуществлять набор детей более раннего возраста (начиная с четырехлетнего возраста).

Условиями данного набора является:

- наличие письменного заявления одного из родителей ребенка;
- наличие образовательной программы, в которой изложена методика физического воспитания детей раннего возраста;
- наличие у тренера-преподавателя, привлеченного к работе с детьми раннего возраста, квалификационной категории или свидетельства о прохождении специальных курсов повышения квалификации.

Рекомендуемый максимальный возраст обучающихся в спортивной школе – 18 лет (для учащейся молодежи – 21 год).

В последние годы значительно усложнили требования к организации подготовки квалифицированных спортсменов. Это привело к поиску новых, более эффективных форм работы спортивных школ.

Еще в 1971 году в нашей стране начали работу первые общеобразовательные школы-интернаты спортивного профиля (ОШИСП), созданные по примеру бывшей ГДР. В условиях школы-интерната дети находились круглосуточно на полном обеспечении. Условия компактного проживания юных спортсменов и возможности более рациональной

организации учебы, быта, тренировки и восстановительных мероприятий позволяли повысить эффективность подготовки спортивного резерва.

Сеть ОШИСП постоянно расширяли, их укрепляли наиболее квалифицированными тренерскими кадрами. Создавали ОШИСП, как правило, в крупных спортивных центрах (чаще всего – областных), при наличии современной материальной базы. Кадровый вопрос помогала решать и весьма выгодная система начисления заработной платы тренерам-преподавателям ОШИСП при условии совмещения тренерской и воспитательной работы.

С 1989 года и в последующий период все ОШИСП преобразованы в училища олимпийского резерва (УОР), по существу с сохранением их структуры, но с некоторым изменением состава решаемых задач. Под крышей УОР теперь объединены три организации: общеобразовательная и спортивная школа, а также среднее профессиональное учебное заведение, где помимо подготовки спортивной смены осуществляют подготовку физкультурно-спортивных кадров среднего звена (тренеров по спорту). Такие организационные изменения позволяют начинать работу с более старшими по возрасту и квалификации спортсменами – учащимися старших классов и продлить срок пребывания сильнейших спортсменов в стенах училищ до возраста 21-22 года и старше.

Основные задачи училищ олимпийского резерва:

- обеспечение круглогодичной специализированной подготовки высококвалифицированных спортсменов, кандидатов в члены и членов сборных команд Российской Федерации;
- обеспечение условий получения образовательной и профессиональной подготовки высококвалифицированных спортсменов;
- удовлетворение потребности спортсмена в интеллектуальном развитии и обеспечение его социальной адаптации посредством получения среднего профессионального образования;

- удовлетворение потребностей общества в специалистах физической культуры и спорта со средним профессиональным образованием.

Училища олимпийского резерва имеют возможность самостоятельно определять формы и методы организации учебной, учебно-тренировочной и воспитательной работы, сроки начала занятий и проведения каникул, вводить экстернат по определенным предметам, организовывать группы с углубленной программой по специальным дисциплинам. Кроме работы со своими учащимися УОР имеют возможность организовывать учебно-тренировочные сборы с переменным составом спортсменов-кандидатов на поступление в училище общим сроком до 60 дней в году.

Учащиеся УОР обеспечиваются бесплатно общежитием, питанием, учебниками, табельной спортивной формой и средствами восстановления. Для обеспечения учебного процесса в период проведения учебно-тренировочных сборов УОР может направлять в места их проведения преподавателей общеобразовательных и специальных дисциплин.

Такая форма организации занятий позволила подготовить многих выдающихся спортсменов (чемпионов мира, Европы и Олимпийских игр). Наряду с этим, к сожалению, в работе отдельных УОР (как и в работе большинства прежних ОШИСП) четко проявилась тенденция к систематическому форсированию подготовки юных спортсменов, что выражается в излишне специализированном ее характере на ранних этапах занятий, пренебрежении к средствам ОФП, в неоправданно высоких объемах осваиваемых спортсменами тренировочных и соревновательных нагрузок и так далее. Такой подход должен быть исключен из практики тренерской работы в УОР. Ведь именно в них в настоящее время сосредоточены самые способные юные спортсмены – наш золотой фонд, к которому должно быть самое бережное отношение.

Начиная с 1974 г. получили развитие ***специализированные классы по видам спорта***, с продленным днем обучения и с углубленным учебно-тренировочным процессом. Они являются совместной формой работы

спортивных школ и общеобразовательных учреждений (учреждений начального и среднего профессионального образования) с целью обеспечения условий для рационального сочетания обучения с углубленным учебно-тренировочным процессом. Специализированные классы открывают в образовательных учреждениях по договору со спортивной школой и согласованию с учредителями при условии финансового обеспечения, наличия собственной или арендуемой спортивной базы. Специализированные классы, как правило, комплектуют из числа наиболее перспективных в спортивном отношении обучающихся, имеющих предварительную спортивную подготовку не менее одного года.

Режим учебного дня, расписание занятий и учебно-тренировочный процесс для специализированных классов устанавливают администрация образовательного учреждения совместно с администрацией спортивной школы. Учебно-тренировочные занятия для обучающихся специализированных классов рекомендуют проводить не реже двух раз в день (не менее 10 раз в неделю). При проведении двухразовых учебно-тренировочных занятий планирование первых уроков (занятий) по общеобразовательным предметам переносят на более позднее время.

Обучающихся специализированных классов, не выполнивших требования по уровню спортивной подготовки, рекомендуется переводить в другие классы данного учреждения или другое образовательное учреждение только по окончании учебного года.

Оплата труда тренеров-преподавателей и других специалистов спортивного профиля, осуществляющих работу с обучающимися специализированных классов, как правило, производится за счет спортивной школы, им может быть установлена доплата за счет собственных или привлеченных средств общеобразовательного учреждения.

По замыслу, преимущество этой формы заключается в создании прочного контакта между учителями и тренерами, а также в сохранении постоянной связи детей с семьей. Однако практика показывает, что добиться

такого прочного контакта участвующих сторон удается, к сожалению, далеко не везде. Объединенными усилиями учителей, тренеров и родителей можно добиться многого, если помнить об идее создания специализированных классов – создании условий для подготовки высококвалифицированных спортсменов.

ШВСМ (школы высшего спортивного мастерства) создают при городских, областных, краевых и республиканских органах управления физической культурой и спортом.

Основные задачи Школы высшего спортивного мастерства:

- подготовка сильнейших спортсменов, а также их ближайшего резерва;
- разработка и реализация программ развития видов спорта и научно обоснованных методик подготовки спортсменов высокого класса;
- привлечение оптимального числа перспективных спортсменов для специализированной подготовки на учебно-тренировочных сборах для участия в официальных соревнованиях, согласно краевого, всероссийского и международного календарных планов спортивных мероприятий;
- достижение высоких стабильных результатов, позволяющих войти в состав сборных команд региона, России.

Основные виды деятельности Школы высшего спортивного мастерства:

- организация тренировочного процесса тренерами, привлечение ведущих ученых, тренеров и специалистов, для проведения консультационной и информационной работы по внедрению современных достижений науки, техники, медицины и спорта в подготовку спортсменов;
- проведение стажировок, семинаров, конференций, с ведущими тренерами края по проблемам подготовки спортсменов сборных команд края;
- внедрение современных методик тренировок с применением технических средств обучения и восстановительных мероприятий;

- организация учебно-тренировочных сборов, групповых учебно-тренировочных и теоретических занятий, занятий по индивидуальным планам;
- организация и участие в краевых, региональных, республиканских соревнованиях;
- проведение медико-биологических обследований, восстановительных, профилактических и оздоровительных мероприятий, тестирований, обеспечение спортсменов сборных команд края медицинскими средствами, предметами санитарной гигиены, восстановительными и фармакологическими средствами, лекарственными препаратами;
- организация работы по экипировке, обеспечению современными материально-техническими ресурсами, спортивной формой, спортивным инвентарем основные и резервные составы сборных команд края.

ШВСМ осуществляет работу со спортсменами-кандидатами или членами сборной команды России, их комплектуют из числа лучших выпускников ДЮСШ, СДЮШОР, УОР, секций спортивных организаций. Они ведут работу по принципу межведомственного организационно-методического и учебно-тренировочного центра подготовки кандидатов в сборные команды страны. Тренеры ШВСМ работают со спортсменами постоянного (регулярно тренирующимися под их руководством) и переменного состава (привлекаемыми на время учебно-тренировочных сборов и соревнований и постоянно занимающимися под руководством тренеров, не работающих в штате ШВСМ). Тренеры-преподаватели ШВСМ призваны оказывать методическую помощь тренерам ДЮСШ, СДЮШОР, УОР и ведомственных физкультурных организаций в их практической работе.

В соответствии с научно обоснованными этапами многолетней подготовки (предварительной подготовки, начальной специализации, углубленной тренировки, спортивного совершенствования и высшего мастерства) учебно-тренировочный процесс учащимися спортивных школ

подразделяется на несколько этапов: спортивно-оздоровительный (СО), начальной подготовки (НП), учебно-тренировочный (УТ), спортивного совершенствования (СС) и высшего спортивного мастерства (ВСМ). В настоящее время эти этапы законодательно закреплены в Федеральном законе «О физической культуре и спорте Российской Федерации». Каждый этап обучения является звеном в общей системе многолетней подготовки спортсмена, имеет конкретные задачи и связан с определенным возрастом и квалификацией занимающихся, а также с решаемыми задачами в конкретной спортивной школе того или иного типа. В спортивных школах разного типа, согласно Положению о них, открывают группы определенного контингента. Разделение контингента учащихся на группы не является условным, а определяет целенаправленность и законченность курса обучения на данном этапе подготовки. Для всех групп предусмотрена система отбора, перевода и выпуска учащихся.

Как мы уже отмечали выше, действующая в Российской Федерации организационная структура обеспечивает необходимые условия для многолетней подготовки спортсменов — от новичков до мастеров спорта международного класса, позволяя решать при этом оздоровительные и воспитательные задачи с достаточно большими контингентами детей, подростков и молодежи. Однако в ней существует слабая сторона – дублирование функций и спортивных групп в школах разного типа. С одной стороны, существует довольно распространенный принцип: лучшие воспитанники ДЮСШ должны передаваться в СДЮШОР, а те, в свою очередь, – в ШВСМ. В его поддержку приводятся аналогичные примеры: общеобразовательная школа – техникум – высшее учебное заведение или музыкальная школа – институт – консерватория. По идее все логично, но в жизни цепочка почему-то не срабатывает. В чем проблема? Если остановиться на структуре наших спортивных школ и ШВСМ, то в соответствии с действующими нормативными документами в каждой из них – одни и те же учебные группы: спортивного совершенствования (СС) и

высшего спортивного мастерства (ВСМ), тогда как ни в общеобразовательной, ни в музыкальной школах подобного повтора нет. В этом как раз и заключается существенное отличие нашей ситуации от имеющейся в музыкальном и профессиональном образовании. В данном положении, безусловно, любой нормальный директор спортивной школы будет стремиться к открытию у себя групп СС и ВСМ и под любым предлогом сохранять у себя спортсменов, так как это и высокий статус, и материальные надбавки себе и сотрудникам.

У директора СДЮШОР возникает недовольство в тех случаях, когда обязывают передать спортсмена в ШВСМ, где нет ни своей спортивной базы, ни штатных тренеров. Нередко наблюдается даже парадоксальная ситуация, когда спортсмен, переданный в ШВСМ, продолжает тренироваться на базе своей бывшей спортивной школы, у своего тренера, но при этом получает материальную поддержку, определенную законом только для учащихся ШВСМ.

В настоящее время мы строим свою нормативно-правовую политику исходя не из уровня мастерства спортсмена, а из статуса учреждения. Следует определиться: если мы хотим сделать акцент на развитии действующих образовательно-спортивных учреждений, то надо изменить нормативную базу и ликвидировать параллелизм в их работе. В этом случае не должно быть групп ВСМ в спортивных школах, а все лучшее сосредоточить в ШВСМ. Но при этом обязательное условие: ШВСМ должна располагать исключительно собственными тренерскими кадрами, материально-техническими и другими условиями обеспечения учебно-тренировочного процесса.

Если же мы хотим сделать отправной точкой не учреждение, а самого спортсмена, тогда необходимо менять нормативную базу с целью распространения норм расходов и возможности проведения централизованной подготовки, которые предназначены только для учащихся ШВСМ, на спортсменов аналогичных учебных групп спортивных школ

независимо от форм собственности и ведомственной принадлежности, так как уровень спортивной подготовки везде одинаков. Во втором варианте, что немаловажно для спортивной школы, отпадает необходимость в уходе лучших тренеров, тем самым сохраняется хорошая преемственность в профессиональном росте остальных педагогов.

И тот, и другой путь, на наш взгляд, приемлем, и выбор любого из них позволит значительно эффективнее использовать существующий потенциал детско-юношеского спорта [Паршиков А.Т.].

1.4. Социальные проблемы юных спортсменов

Профессиональное занятие спортом в школьные годы подразумевает, что юный спортсмен сталкивается с некоторыми трудностями социального характера.

Одна из значимых трудностей, с которыми сталкивается учащийся спортсмен – это, в первую очередь, проблема совмещения спортивной деятельности и учебной.

Во-первых, из-за частых поездок на соревнования, спортивные сборы и т.д. учащийся вынужден пропускать занятия. Во-вторых, тренировки требуют много времени и часто это отражается на общей учебной подготовке учащихся.

Следующая проблема – это проблема удовлетворения культурных потребностей. График тренировок и соревнований юного спортсмена, а также график учебной деятельности чаще всего не оставляет времени на посещение каких-либо культурных мероприятий, не связанных со спортом (концерты, выставки и т.д.).

Следующая значимая проблема – это возможность получения травм на соревнованиях и тренировках. Конечно, существуют социальные гарантии для спортсменов и обязательное страхование на случай получения травмы,

однако, если речь идет об учащихся, то здесь проблема травматизма также имеет свои особенности.

Во-первых, независимо от степени тяжести травмы, учащийся какое-то время будет вынужден не посещать занятия, что опять же сказывается на его успеваемости. Во-вторых, серьезная травма может повлечь за собой необходимость ухода из профессионального спорта и длительное восстановление здоровья. Это создает не только социальные проблемы (возможность продолжить учебу, дальнейшее трудоустройство и т.д.), но и проблемы психологического плана. Человек может тяжело переживать то, что ему приходиться расстаться с любимым делом, физические ограничения и т.д.

Еще одна важная проблема – социализация в обществе спортсмена, ушедшего из профессионального спорта. Очень часто спортсмены, оставившие спортивную карьеру, хотят работать в данной сфере, но уже в другом качестве – тренером, юристом, психологом и др. Перед молодыми людьми встает непростой вопрос выбора дальнейшего пути, профессионального самоопределения. При этом, многие юные спортсмены, делая дальнейший выбор в пользу неспортивной профессии, часто испытывают чувство неудовлетворенности, так как полученные спортивные навыки, умения и знания остаются невостребованными в дальнейшем. Окончание спортивной карьеры становиться серьезным психологическим стрессом и может вызывать состояние социальной дезадаптации.

Так же важной проблемой юных спортсменов в некоторых семьях является непонимание и отсутствие поддержки их спортивной деятельности от родителей. Социальное воспитание одаренных детей требует создания определенных условий, которые должны способствовать раскрытию талантов, достижению успехов на избранном поприще. Ситуация, когда в семье растет талантливый спортсмен, требует от родителей понимания, принятия, а также немалых энергетических и материальных затрат: необходимо обеспечивать ребенка сбалансированным питанием, проводить

витаминотерапию, методически грамотно организовывать досуг, уметь успешно совмещать учебную деятельность и тренировки, сборы, нередко оплачивать проезд до места прохождения соревнования, поддерживать контакт не только со школьным учителем, но и с тренером и т.д. Практика показывает, что не все родители справляются с данной ситуацией. Опрос родителей, чьи дети занимаются различными видами спорта показал, что некоторые родители рассматривают увлечение спортом их ребенка как дополнительную проблему в жизни семьи. Из высказываний респондентов: «Приходится тратиться на форму», «Стал хуже учиться…», «…в голове один бокс» и другое [статья Татариновой].

Зеркальной проблемой спортсменов со стороны родителей является чрезмерное придание значения занятий спортом их детей. Один из ярких примеров – хоккей. Нечасто встретишь родителей, которые привели своего пятилетнего ребенка в хоккейную секцию только для того, чтобы с помощью регулярных тренировок укрепить его здоровье, научить трудиться и приобщить к жизни в коллективе. Некоторые хотят, чтобы дети воплотили в жизнь их несбывшиеся мечты, других же манит возможность стать родителями хоккейной звезды.

Ради этого они приносят в жертву образование ребенка, ставят под угрозу его здоровье, лишают его многих детских радостей. Отвратительно быть свидетелем того, как по дороге со льда в раздевалку родители, не стесняясь в выражениях, ругают и оскорбляют своих детей за ошибки, допущенные теми на тренировке, или за проигранную игру. В возрасте 6-7 лет у детей две тренировки в день и ежедневные занятия хоккеем в течение летних каникул.

В будущем это может привести к серьезным осложнениям в семейных взаимоотношениях. Ребенок, который не смог пробиться в профессионалы, начнет винить своих родителей за то, что они, лишив его детства, не сумели по-настоящему позаботиться о его будущем, а те испытают разочарование в своем отпрыске, не оправдавшем возложенных на него надежд.

В первой главе нами была проделана следующая работа:

- определено понятие детско-юношеского спорта, как разновидность внеучебной организованной деятельности детей, состоящей из специальной подготовки и выступлений на соревнованиях для оптимального проявления способностей в заранее определяемых двигательных действиях с учетом возрастных особенностей;
- выявлен возраст спортсменов, относящихся к детско-юношескому спорту: от момента, когда разрешается приступать к специальной подготовке (в среднем 7-8 лет) до выпуска из общеобразовательного учреждения (18 лет - 21 год);
- выявлена значимость работы с данной категорией лиц как для общества в целом (массовый спорт), так и для спортивных успехов на соревнованиях различного уровня (спорт высших достижений). Детско-юношеский спорт решает задачи спорта высших достижений и массового спорта. Так, в области спорта высших достижений решает задачу обеспечения его спортивными резервами, а в области массового спорта является эффективным средством решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач;
- показана работа государства и его отношение к развитию детско-юношеского спорта как одна из приоритетных задач;
- определена структура подготовки юных спортсменов и выделено место СДЮСШОР в ней, а также найден один существенный недостаток существующей структуры – дублирование функций разными типами спортивных школ и предложены два варианта решения данной ситуации для улучшения качества подготовки спортивного резерва;
- выделены основные проблемы юных спортсменов социального характера:
    1. проблема совмещения спортивной деятельности и учебной;
    2. проблема удовлетворения культурных потребностей;
    3. проблема травматизма спортсменов;

4. непонимание и отсутствие поддержки спортивной деятельности юных спортсменов от родителей;
5. чрезмерное придание значения занятий спортом детей и их родителей.

Глава 2 СОЦИАЛЬНОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ В ПРОЦЕССЕ ПОДГОТОВКИ ЮНЫХ СПОРСМЕНОВ-ДЗЮДОИСТОВ

2.1. Понятие социальной работы и социального сопровождения. Цели и задачи социального сопровождения юных спортсменов

В последние десятилетия значительно повысился уровень подготовленности спортсменов. Очевидным является рост технического и тактического мастерства. Однако возрастающие требования современного спорта предполагают высокий уровень развитости не только технико-тактических действий, общей и специальной физической готовности, но и социально-психической готовности к соревновательной деятельности.

Соревновательная деятельность спортсмена характеризуется высокой степенью непредсказуемости, постоянным действием интенсивных стрессогенных соревновательных факторов, включением резервных возможностей психики. Не вызывает сомнения тот факт, что успешность преодоления экстремальных ситуаций, находится в зависимости от опыта участия спортсмена в соревнованиях. Следует отметить, что большинство спортсменов интуитивно и на протяжении многих лет приходят к выработке механизмов регуляции собственных эмоциональных состояний в экстремальных условиях соревнования. Однако интуитивный длительный поиск механизмов саморегуляции не может удовлетворять современным требованиям подготовки спортсменов. Итак, в связи со сложным спектром задач, решаемых спортсменами в соревновательной деятельности, возникает проблема ее социального сопровождения [Мамайчук].

Социальное сопровождение является важным современным компонентом в системной работе со спортсменами. Оно дополняет учебно-

тренировочную и соревновательную деятельность и способствует развитию не только мастерства и физических качеств спортсмена, но и формированию деятельностно-обусловленных субъектных свойств личности.

Для конкретизации представления понятий социальная работа и социальное сопровождение необходимо уточнить специфические особенности принятых в современной социальной, психологической и педагогической литературе терминов.

В социальной и психологической литературе под сопровождением понимается метод помощи субъекту развития в принятии решения в сложных ситуациях жизненного выбора. При этом под субъектом развития понимается как развивающийся человек, так и развивающаяся система, а под ситуациями жизненного выбора – множественные проблемные ситуации, при разрешении которых субъект определяет для себя путь прогрессивного и регрессивного развития.

Часто в процессе представления социального сопровождения мы сталкиваемся с тем, что люди воспринимают социальное сопровождение, как деятельность, которой занимаются или должны заниматься только социальные службы (не службы здравоохранения или общественные организации).

Возможно, причина такого отношения к социальному сопровождению заключается в не совсем адекватном переводе этого понятия на русский язык. В оригинале оно звучит как «client management» или «case management» — дословно «ведение клиента» или «ведение случая» — и означает индивидуальную работу с клиентом с целью оказания ему поддержки. Двусмысленность в толковании возникла из-за того, что в нашей стране понятия «социальная служба» и «социальная помощь» традиционно рассматривались лишь в контексте распределения неких благ: льгот, пенсий, пособий или иных материальных ресурсов среди конкретных категорий населения: пенсионеров, инвалидов, детей, оставшихся без попечения родителей, и т.д.

Естественно, что такая категория как юные спортсмены, обучающиеся в детских спортивных школах, оказываются как бы за рамками деятельности социальных служб.

По нашему мнению, наиболее приемлемым вариантом трактовки «case management» является следующий: это деятельность, направленная на решение социальных проблем конкретного индивидуума, социального слоя или социальной группы. Социальная работа имеет целью создание условий, которые бы благоприятствовали восстановлению или улучшению способностей человека или определенного сообщества самостоятельно обустраивать свою жизнь. Такое определение уже не позволяет сузить значение социальной работы до распределительно-разрешительных функций или исключить из сферы ее деятельности какие бы то ни было группы населения, вне зависимости от их возраста, интересов, статуса и т.д.

Определение понятия социальной работы было одобрено на всемирном форуме Международной федерации социальных работников, проходившем с 29 сентября по 1 октября 2004 года.

Социальная работа — это «профессиональная деятельность социальных работников, которая способствует общественным изменениям и решению проблем человеческих взаимоотношений, а также содействует повышению возможностей и обеспечению равноправия людей в целях улучшения их благополучия. Используя теории поведения человека и развития общественных систем, социальная работа направлена на взаимодействие людей с их окружением. Фундаментом социальной работы являются принципы прав человека и социальной справедливости» [рекомендации в adobe].

Специалист по социальной работе обладает комплексом знаний и навыков, приобретенных в результате общей и специальной подготовки и практической деятельности.

Позиция сопровождения – позиция «на стороне ребенка». Сопровождение – это сложный процесс взаимодействия сопровождаемого и

сопровождающего, результатом которого является решение и действие, ведущее к прогрессу в развитии сопровождаемого.

Система социального сопровождения объединяет специалистов разного профиля: психологи, учителя, тренеры, социальные работники, социальные педагоги, логопеды, дефектологи, врачи-педиатры, врачи-психоневрологи, врачи ЛФК (лечебной физической культуры).

Система социального сопровождения юных спортсменов должна складываться как межведомственная, предполагающая взаимодействие учреждений образования, социальной защиты, медицинских учреждений и учреждений культуры, государственных и общественных организаций.

Целостная система социального сопровождения юного спортсмена должна включать четыре основных компонента: медицинский, психологический, педагогический и социальный. Перечень основных составляющих каждого компонента, а также возможный уровень реализации компонентов представлены в таблице 2.1.

Таблица 2.1. Основные компоненты системы социального сопровождения

		Критерии оценки	Уровень реализации сопровождения
Психологический компонент	1. Оценка мотивационной сферы личности	1.1. Иерархия мотивов 1.2. Система ценностных ориентаций 1.3. Сфера интересов	Образовательные учреждения (психологи, тренеры, учителя), Центры по работе с детьми (психологи)
	2. Оценка эмоционально-волевой сферы личности	2.1. Эмоциональная устойчивость 2.2. Способность к осознанному волевому усилию	
	3. Оценка когнитивной сферы личности	3.1. Качество познавательной деятельности 3.2. Работоспособность 3.3. Темп психической деятельности	

Медицинский компонент	1. Оценка уровня соматического здоровья	1.1. Общий соматический статус 1.2. Наличие хронических заболеваний 1.3. Наличие заболевания в острой стадии	Медицинские учреждения (врачи различного профиля)
	2. Оценка уровня психического здоровья	2.1. Общий психический статус 2.2. Наличие психических нарушений (в анамнезе и актуальных)	
Социальный компонент	1. Оценка социальных возможностей	1.1. Включенность в процесс обучения 1.2. Включенность в процесс профессионализации	Образовательные учреждения (психологи, тренеры, учителя)
	2. Оценка семейной ситуации	2.1. Социальный статус семьи 2.2.Тип семейных взаимоотношений	Социальные работники
	3. Оценка системы отношений с другими людьми	3.1. Включенность в отношения со взрослыми и сверстниками 3.2. Стиль отношений со взрослыми и сверстниками	Образовательные учреждения (психологи, тренеры, учителя), Центры по работе с детьми (психологи)
	1. Оценка социально-бытовой ориентировки	1.1. Способность проявлять социальную активность 1.2. Социальные навыки и умения 1.3. Способность к гибкому поведению в социально-значимых ситуациях 1.4. Способность к усвоению новых социальных навыков	Центры по работе с детьми (психологи), социальные работники и социальные педагоги

Педагогический компонент	2. Оценка навыков самообслуживания	2.1. Наличие навыков самообслуживания 2.2. Способность к усвоению новых навыков 2.3. Мотивация к выполнению соответствующей деятельности	Социальные работники, Образовательные учреждения (психологи, учителя),
	3. Оценка характера и качества учебной деятельности	3.1. Интерес к учебной деятельности 3.2. Овладение основными учебными навыками 3.3. Способы организации учебной деятельности 3.4. Навыки эффективного использования собственных когнитивных возможностей в учебной деятельности	Образовательные учреждения (психологи, учителя)
	4. Оценка качества усвоения учебной программы	4.1. Успеваемость по основным предметам 4.2. Качество знаний по предметам	Образовательные учреждения (психологи, учителя)

Оценка психологического компонента проводится с использованием методов наблюдения и психологического тестирования; при оценке социального компонента используются методы наблюдения, интервью, анализа анкетных данных; оценка педагогического компонента проводится с помощью методов наблюдения, интервью, анализа продуктов учебной деятельности и методов педагогической диагностики. Медицинский компонент оценивается при участии специалистов медицинских учреждений соответствующего профиля (логопеды, дефектологи, врачи-педиатры, врачи-психоневрологи, врачи ЛФК) с применением необходимых в каждом индивидуальном случае методов.

Организационно реализация всех компонентов системы социального сопровождения юных спортсменов представляет собой механизм межведомственного взаимодействия и включает в себя следующий состав учреждений и организаций:

- образовательные учреждения, в том числе: дошкольные учреждения, общеобразовательные школы всех видов, учреждения начального и среднего профессионального образования, учреждения системы специального образования, учреждения дополнительного образования;
- учреждения культуры, спорта, молодежной политики: центры занятости подростков и молодежи, молодежные общественные приемные, молодежные биржи труда и др.;
- межведомственные психолого-медико-социально-педагогические центры и службы разного уровня, психолого-педагогические комиссии;
- подразделения по делам несовершеннолетних в структуре правоохранительных органов;
- комиссии по делам несовершеннолетних и защите их прав;
- учреждения здравоохранения [Лаврёнова].

При построении модели социального сопровождения юных спортсменов, направленной на решение социальных вопросов и социальной защиты ребенка, можно выделить четыре основных структурных блока:

I. структурный блок социального сопровождения детей, направленный на решение вопросов их медицинской и психологической поддержки;

II. структурный блок социальной защиты юного спортсмена, направленный на адаптацию к индивидуальной трассе обучения, возможным перегрузкам, возможному интернатному проживанию;

III. структурный блок социальной защиты юных спортсменов, обеспечивающий им необходимую академическую мобильность;

IV. структурный блок социальной помощи в профессиональной ориентации и послешкольном обучении подростка-спортсмена.

В рамках каждого из этих блоков происходит взаимодействие медицинского, психологического, социального и педагогического компонентов системы социального сопровождения юных спортсменов.

Целью социального сопровождения является полноценная реализация профессионально-психологического потенциала личности и удовлетворение потребностей субъекта деятельности.

Задачи социального сопровождения спорта:

- систематическое отслеживание психолого-педагогического статуса ребенка и динамики его психического развития в тренировочном процессе и во время соревнований;
- создание условий для освоения образовательных программ школьного образования;
- содействие личностному и интеллектуальному развитию юных спортсменов на каждом этапе развития личности;
- осуществление коррекционно-оздоровительных мероприятий с юными спортсменами;
- создание условий для оказания помощи юным спортсменам в решении актуальных задач развития, обучения, социализации: учебные трудности, проблемы с выбором образовательного и профессионального маршрута, нарушения эмоционально-волевой сферы, проблемы взаимоотношений со сверстниками, учителями, родителями;
- осуществление программы повышения социальной культуры юных спортсменов, их родителей и тренеров;
- содействие тренерам, родителям (законным представителям) в вопросах развития и воспитания юных спортсменов; оказание методической помощи администрации и педагогическим коллективам спортивных школ в обеспечении социально-педагогических условий для развития личности.

2.2. Подготовка к социальной адаптации спортсменов после завершения их карьеры

Понятие «адаптация» происходит от латинского слова adaptatio — приспособление. Важнейшая задача адаптационного процесса — это

проблема выживания человека, через приспособление потенций организма индивида с процессами природной и социальной среды. Существуют различные процессы взаимоотношения человека с окружающим миром, и поэтому жизненно необходимо найти оптимальные механизмы и способы адаптации человеческого организма (его физиологическая организация) с индивидуально-личностными сторонами (психическая организация) и потребностями, нуждами, требованиями и нормами социального обустройства (система социальных отношений).

Социальная адаптация – процесс приспособления, освоения, как правило, активного, личностью или группой новых для нее социальных условий или социальной среды.

По существу социальная адаптация является важнейшим механизмом социализации. Но если «социализация» представляет собой постепенный процесс формирования личности в определенных социальных условиях, то понятие «социальная адаптация» подчеркивает, что в относительно короткий промежуток времени личность или группа активно осваивает новую социальную среду, которая возникает либо в результате социального или территориального перемещения, либо при изменении социальных условий.

Непосредственным толчком к началу процесса социальной адаптации чаще всего становится осознание личностью или социальной группой того факта, что усвоенные в предыдущей социальной деятельности стереотипы поведения перестают обеспечивать достижение успеха и актуальной становится перестройка поведения в соответствии с требованиями новых социальных условий или новой для адаптанта социальной среды.

В спортивной сфере данное понятие принято связывать с ситуацией, когда спортсмен завершает свою спортивную карьеру и пробует найти себя в условиях реальной жизни.

Спортсмены, которые проводили столько времени на тренировках и выдерживали колоссальные нагрузки, не имели возможности учиться как их сверстники, у них было мало возможностей для приобщения к культурному

наследию человечества, а, порой, они были лишены простого общения, столь необходимого каждому человеку. Чаще всего спортсмены с детства слышали слова: «Надо!» и «Ты должен!» Годы такой жизни неизбежно накладывают отпечаток на душевное состояние спортсменов. система социальной адаптации высококвалифицированных спортсменов, позволяющая им успешно вливаться в повседневную жизнь после прекращения напряженных тренировок, необходима.

В данном исследовании нами не был глубоко исследован вопрос социальной адаптации спортсменов, завершивших свою спортивную карьеру, потому что объектом нашего исследования являются действующие юные спортсмены-дзюдоисты. Однако, мы считаем, что в связи с большой значимостью данного вопроса необходимо определить факторы, влияющие на жизнь спортсменов, заканчивающего спортивную карьеру и способы по облегчению перехода в новую стадию бывших спортсменов.

Острота кризиса возрастает при следующих условиях:

- внезапность ухода;
- отсутствие подготовки к нему;
- пассивная позиция спортсмена;
- отсутствие материальной и психологической поддержки.

Большинство спортсменов заканчивают спортивную карьеру, имея высшее образование. Они не менее успешно, чем люди, не занимающиеся спортом, создают семью. Однако углубленные занятия спортом в подростковом и юношеском возрасте могут стать причиной дисгармоний в личностном развитии, которые затрудняют адаптацию к жизни вне спорта.

Выявлено, что адаптация спортсмена к социальной жизни вне спорта зависит от уровня достигнутых им результатов: чем выше спортивные результаты, тем сложнее социальная адаптация [Лубышева].

Отметим наиболее важные факторы, которые существенно влияют на формирование стиля жизни спортсмена, закончившего спортивную карьеру:

- прекращение спортивной деятельности, спортивных тренировок и выступлений в соревнованиях;
- прекращение опеки со стороны спортивного клуба, тренеров, врачей, обслуживающего персонала;
- разрыв дружеских и профессиональных связей с командой, спортивным клубным тренером;
- психологический дискомфорт, вызванный отсутствием чувства удовлетворения от спортивной борьбы, победы, которые составляли главный смысл жизни спортсмена;
- психологический стресс, связанный с пониманием, что знания новой профессии неизмеримо ниже, чем былое спортивное мастерство;
- резкое снижение уровня доходов.

Все эти факторы смягчаются, если спортсмен уходит из спорта постепенно, поэтапно снижая уровень спортивных результатов. Спортсмены высокого класса предпочитают резко заканчивать спортивную карьеру, уходить из спорта непобежденными, считая недопустимым для себя снижение спортивных результатов, проигрыши соревнований. Как правило, в такой ситуации спортсмен в полной мере испытывает психологические стрессы, неудовлетворенность, неустроенность и требует как особой заботы со стороны спортивного коллектива, так и понимания со стороны друзей и близких.

Социальную адаптацию спортсменов облегчает:

- осознанный подход к концу спортивной карьеры, наличие реальных планов на ближайший период жизни;
- выбор профессии в сфере физической культуры и спорта;
- психологическая поддержка и помощь со стороны семьи, друзей, тренера, спортивного клуба;
- материальная поддержка со стороны отрасли «физическая культура и спорт»;

- социальная защищенность путем правового обеспечения по медицинскому, пенсионному обслуживанию;
- привлечение бывших спортсменов к соревнованиям ветеранов, участию в общественной жизни, выступлению перед молодежью.

Другой аспект адаптации после ухода из активного спорта — это здоровье спортсмена. По окончании спортивной карьеры чаще всего требуется серьезная медицинская реабилитация, лечение спортсмена, ведь тренировочные занятия и спортивные выступления нередко проходили на грани разрушения здоровья. Требуется целый комплекс мероприятий для восстановления здоровья, социальной защиты людей, которые в спортивной борьбе отстаивали честь нашей страны.

К таким мероприятиям следует отнести:

- создание специальных фондов, предполагающих материальную поддержку бывших спортсменов;
- организацию работы клубов ветеранов спорта;
- полноценное страхование спортсменов, пенсионное обеспечение.

Усиление мер социальной защиты и адаптации спортсменов – одно из приоритетных направлений государственной политики в сфере физической культуры и спорта. Необходимость разработки системы мер по социальной защите спортсменов и тренеров, в том числе путем усиления адресности социальной помощи выдающимся российским спортсменам, предусматривается Стратегией развития физической культуры и спорта в Российской Федерации до 2020 года, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 7 августа 2009 года № 1101-р.

2.3. Дзюдо: краткая история возникновения, основные принципы

Дзюдо в настоящее время является одним из популярных видов спорта. Только на Олимпийских играх разыгрывается 14 комплектов медалей. После провального выступления Российских дзюдоистов на предпоследней

Олимпиаде в Пекине в 2008 году (ни одной медали), наши спортсмены достигли небывалого успеха в Лондоне в 2012 году: 3 золота — Арсен Галстян, Мансур Исаев, Тагир Хайбулаев, 1 серебро — Александр Михайлин, 1 бронза — Иван Нифонтов. Более эффектного толчка к дальнейшему развитию и процветанию дзюдо придумать сложно. Также дополнительным толчком к развитию данного вида спорта является то, что наш президент, Владимир Владимирович Путин, является бывшим дзюдоистом.

Поэтому, можно сказать, что дзюдо переживает свой расцвет в России, очень много детей и подростков им увлекается, государственная поддержка ощутима, в России проводится много состязаний мирового уровня.

В отличие от большинства различных видов спорта, дзюдо является не только спортивным единоборством, у него есть своя концепция, культура. Мы считаем для того, чтобы вести социальную работу со спортсменами-дзюдоистами, необходимо знать историю возникновения этого вида спорта и его основные принципы.

Дзюдо возникло в Японии на базе дзю-дзюцу. Термин «дзю-дзюцу» (искаженное произношение «джиу-джитсу») появился в Японии в XVI веке как общее название всех видов рукопашного боя без оружия и с так называемым «подручным» оружием. Он состоит из двух слов. Слово «дзю» означает «мягкий, гибкий, податливый, уступчивый», а «дзюцу» переводится как «техника, способ». Итак, дзю-дзюцу – это «мягкая, или податливая, техника». Речь идет не об обмене нежными ласками. Приемы дзю-дзюцу могут показаться какими угодно, только не мягкими или нежными. Данное понятие метафорично. Его следует понимать таким образом, что мастер дзю-дзюцу уступает натиску противника до тех пор, пока тот не окажется в ловушке, а тогда обращает действия врага против него самого. Разъясняя главный принцип дзю-дзюцу («поддаться, чтобы победить»), наставники прибегают к выражениям вроде того, что «ветка под грузом снега сгибается

до тех пор, пока не сбросит его» и что «гибкая ива распрямляется после бури, а могучий дуб лежит поверженным».

Отцом современного дзюдо считается профессор Дзигоро Кано, родившийся в 1860 г. В городе Мика-гэ на Японских островах. Еще в студенческие годы он серьезно задумывался над возможностью достижения гармонии тела и духа. Не отличавшийся идеальными физическими данными, Кано в короткий срок сумел освоить сложную технику многочисленных приемов дзю-дзюцу. Выбрав из них наиболее эффективные и исключив опасные захваты и удары, он создал новую систему физического совершенствования тела и духа – дзюдо. «Дзю» – значит мягкий, гибкий, скромный, «до» – путь, познание, манера держаться, точка зрения, склад ума. Кано придавал борьбе дзюдо социальное, гражданское и воспитательное значение. Кано говорил так: «Дзюдо – это путь к наиболее эффективному способу использования духа и тела. Сущность дзюдо заключается в постижении искусства нападать и обороняться через упорные тренировки, закаляя тело и воспитывая волю» [история дзюдо].

Как средство физического воспитания, дзюдо направлено на развитие силы, здоровья и умения полностью раскрыть свои возможности. Самые прекрасные идеи и оригинальные задумки, выношенные человеком, не дадут эффекта, если у него нет здоровья или умения раскрыть свои таланты. Дзюдо состоит из бросков, борьбы лежа и каты – демонстрации приемов упражнений. В реализации этих функций дзюдо участвуют все органы и части тела. При рациональных тренировках функциональная деятельность человеческого организма сохраняется на необходимом уровне, что укрепляет здоровье и создает условия для плодотворной работы. Укрепление здоровья через тренировки – одна из важных задач дзюдо.

В борьбе, кроме атаки, существует и оборона, в частности самозащита. Повседневная жизнь полна неожиданностей. Поэтому нужно заранее готовить себя к этим неожиданностям и ежедневно отрабатывать приемы

самозащиты. Дзюдо представляет собой стройную научную систему искусства побеждать.

Главными формулами дзюдо Д. Кано считал следующие: «Максимальный результат» и «Всеобщее благополучие». «Максимальный результат» предполагает, что цель борьбы дзюдо – добиться максимально лучшего результата с применением минимума усилий.

«Всеобщее благополучие» означает, что необходимо использовать все свои силы, чтобы создать благополучие для себя и окружающих.

В понимании Д. Кано эти принципы были главными. Он говорил: «Максимальный результат» – фундамент, на котором стоит все здание дзюдо. Более того, этот принцип полностью может быть использован и в системе физического воспитания. Его можно также использовать для развития умственных способностей во время занятий, а также при воспитании и для формирования характера. Можно добиться, что этот принцип будет влиять на манеры человека, на то, как он одевается, живет, на его поведение в обществе и отношение к окружающим. Словом, этот принцип может стать искусством жизни.

Вот такому принципу он и дал название «дзюдо». Дзюдо в широком понимании этого слова – изучение и метод тренировки духа и тела.

Когда Д. Кано начал проводить занятия, обучение борьбе дзюдо проводилось под идеалами джиу-джитсу. Но затем он пришел к выводу, что принцип «Максимальный результат» может значить больше, чем идеалы джиу-джитсу, так как этот принцип в правильном понимании применим ко всем областям жизни.

О «Всеобщем благополучии» Д. Кано говорил следующее: «Максимальный результат» в применении к общественной жизни требует взаимопонимания всех членов общества. Это и есть путь, который приведет человечество к прогрессу и благополучию.

Идеалы Д. Кано, несмотря на то, что они пришли к нам из мира совершенно иной культуры, для нас понятны и вполне осуществимы. Мы

должны признать, что истинные идеалы дзюдо – это высокие идеалы, к которым стремился создатель дзюдо. И понятно, почему труды этого человека высоко ценятся, а имя его произносится с глубоким уважением.

Довольно часто врачи предлагают рассеянным и нервным детям поступать в школу дзюдо. Там можно научиться управлять своей энергией. Что же касается падений, то они не так уж страшны.

Чтобы победить противника, который сильнее тебя, нужно предельно сосредоточиться.

К сожалению, не все родители согласны с врачами. А ведь физические упражнения нужны детям как пища и воздух. Если их посадить только за книги, можно воспитать энциклопедистов, но отнюдь не гармонично развитых людей. Родители не должны бояться пропаганды дзюдо и противопоставлять себя учителям спортивных школ. Они не должны также руководствоваться только своими ошибочными представлениями о борьбе дзюдо. Факты говорят, что воспитанники школ дзюдо никогда не злоупотребляют приемами этой борьбы ни дома, ни в кругу друзей и знакомых. Они всегда уверены в себе, хотя хорошо знают свои слабые стороны.

Действительно, несмотря на отсутствие во времена Дзигаро Кано науки психофизиологии, он четко уловил, что:

- сам процесс упражнений приемами самозащиты забирает часть избыточной и агрессивной энергии;
- психологическое ощущение своей безопасности снижает потребность постоянного желания занять высокую социальную нишу;
- условия свободного спарринга приучают к взаимоуважению и благородству.

Сейчас то, что мы воспринимаем и называем «дзюдо», – далеко от того, что задумывал и создавал «основатель» теоретические разработки, философские размышления Кано Дзигоро не востребованы. Мы видим лишь вершину айсберга. Вершину, которая под влиянием времени изменила свои

очертания, приобрела новые контуры и мало напоминает первоначальную форму. Технику дзюдо доктор Кано рассматривал как средство самосовершенствования на пути к достижению этического идеала. Сегодня во главу угла поставлен, увы, результат. Те же пресловутые «голы, очки, секунды», которые принесли много бед нашему отечественному спорту и физической культуре в целом. Да и на родине дзюдо, в Японии, вопросы престижа на мировом татами оттеснили на второй план идеи, которыми руководствовался великий просветитель.

Что же мы имеем сегодня? Технику дзюдо? Да, несомненно. Но дух дзюдо в понимании Кано Дзигоро сегодня отсутствует. Плохо это или хорошо? На этот вопрос нет однозначного ответа. Так есть, так сложилось. Таково влияние времени. Меняется мир, меняются люди. Изменилось и дзюдо.

Мы считаем, что в спортивных школах по дзюдо для расширения кругозора юных спортсменов и улучшению качества тренировочного процесса (осознанности во время занятий дзюдо), им необходимо проводить теоретические занятия, посвященные истории развития дзюдо и принципов, которые сформулировал Дзигоро Кано.

Во второй главе нами были определены следующие основные понятия:

- социальная работа – это профессиональная деятельность социальных работников, которая способствует общественным изменениям и решению проблем человеческих взаимоотношений, а также содействует повышению возможностей и обеспечению равноправия людей в целях улучшения их благополучия. Используя теории поведения человека и развития общественных систем, социальная работа направлена на взаимодействие людей с их окружением. Фундаментом социальной работы являются принципы прав человека и социальной справедливости;

- социальное сопровождение – это сложный процесс взаимодействия сопровождаемого и сопровождающего, результатом которого является решение и действие, ведущее к прогрессу в развитии сопровождаемого;
- социальная адаптация – процесс приспособления, освоения, как правило, активного, личностью или группой новых для нее социальных условий или социальной среды.

Было выяснено, что социальное сопровождение представляет собой постепенный процесс формирования личности в определенных социальных условиях, а социальная адаптация подчеркивает, что в относительно короткий промежуток времени личность или группа активно осваивает новую социальную среду, которая возникает либо в результате социального или территориального перемещения, либо при изменении социальных условий. В спортивной сфере данная ситуация возникает при прекращении спортсменов своей карьеры.

Были сформулированы цель и задачи социального сопровождения юных спортсменов и выделены основные направления деятельности, в которых социальное сопровождение применимо:

- помощь юным спортсменам в учебной деятельности;
- психологическая помощь;
- профилактические мероприятия по поддержанию здоровья;
- повышение культуры и разностороннего развития юных спортсменов.

В связи с тем, что объект исследования – юные спортсмены-дзюдоисты, нами был изучен материал по истории создания дзюдо и выделены основные принципы этого вида спорта. Считаем, что все юные спортсмены-дзюдоисты должны знать истоки и развитие своего вида спорта, а также по возможности руководствоваться теми высокими принципами, которые озвучил создатель дзюдо Дзигоро Кано.