угроз его жизни и безопасности, формируют тем самым у него ощущение собственной беззащитности перед опасностями мира. Все это отнюдь не способствует нормальному развитию ребенка, реализации его творческих способностей и мешает его общению с взрослыми и сверстниками.

В рамках психологического исследования, направленного на изучение физического и психологического здоровья детей дошкольного возраста на базе детского образовательного учреждения № 22 г. Владивостока нами было обследовано 62 ребенка в возрасте 3-7 лет. Проводилось специально исследование, направленное на выявление социально - психологических факторов, влияющих на формирование детской тревожности с помощью теста тревожности (Р. Тэммл, М. Дорки и В. Амен). Данное исследование позволило сделать вывод о том, что 52% детей испытывают высокий уровень тревожности, 30% - средний и только 18% детей имеют низкий уровень тревожности. Анализ данных по тесту Люшера подтверждает результаты теста детской тревожности. В процессе исследования выявлены основные источники тревожности у детей. Все они указывают на семью как основную, ведущую причину их страха. Ситуация неблагополучия в семье, напряженные отношения с родителями – все это служит основой личностной тревожности детей. Данная ситуация требует дальнейшего более подробного анализа и дополнительных исследований, но даже тот материал, который имеется дает достаточно оснований для раздумий.

## ПСИХОЛОГИЧЕСКИ АСПЕКТ СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Фирсов М.Н.
*Астраханский государственный университет, Астрахань*

Психологическая структура спортивной деятельности включает в себя потребности , мотивы, которые отвечают той или иной потребности, средства (действия и операции), с помощью которых достигаются цели и эмоционально волевой компонент. Рассмотрим каждое из этих звеньев отдельно. Эмоция функционирует на основе нужды и потребности. Ее нельзя отрывать от потребности, а потребность обнаруживается, прежде всего, в эмоциональных всплесках. Недаром в психологии возник термин потребностно - эмоциональная сфера. [Давыдов В.В.2003]. Потребности ощущение человеком нужды в чем либо (нарушение равновесия с окружающей средой.). В комплекс потребностей спортивной деятельности входят: потребность в деятельности, активности, потребность в движении, потребность в реализации рефлексов цели и свободы, потребность в соперничестве, соревновании, самоутверждении, потребность быть в группе, принадлежать определенному социальному кругу, общаться, потребность в новых впечатлениях и др. [Стамбулова Н.Б., 1999]. Мотивы побуждение к определенной активности, к удовлетворению активности определенным образом. Мотив это то в чем конкретизируется потребность в данных условиях и на что направлена деятельность, т.е. предмет деятельности или действенный мотив. Действенный мотив и есть та общая цель, которая способна удовлетворить в определенное время и место. Цели. Как было сказано, существует, действенный мотив , который и является общей целью, способной удовлетворить потребность. Однако, достижение общей цели не всегда получается осуществить напрямую. Непосредственная реализация действенного мотива относится только к потребностям низшего уровня (по Маслоу). Потребности роста достигаются через постановку целого ряда частных, тренировочных и соревновательных целей (рекордах, занятых местах, полученных титулах, квалификации и т.д.), которые в сумме составляют общую цель (действенный мотив). Воля. В процес се достижения намеченной цели проявляются волевые действия. Воля всегда связана с реализацией намеченного пути достижения цели, а сам путь намечается в процессе решения перцептивных, мнемических, креативных и прочих задач, [ Давыдов В.В. 2003]. Еще одна направленность сдерживание собственного эмоционального состояния. В этом и состоит эмоционально-волевой компонент. Основные характеристики воли (по А.Н. Леонтьеву): действия в условиях выбора, основанного на принятии решения и при наличии препятствий. Описанные А.Н. Леонтьевым три рода волевых явлений действование, недействование и упругость как нельзя лучше подходят к характеристике спортсмена, находящегося в сложных соревновательных ситуациях. Средства. После процесса осознания потребности и поиска предмета удовлетворения ее (действенный мотив) человек предпринимает попытку удовлетворить потребность, достичь общую цель с помощью имеющих у него средств. К этим средствам относятся действия (двигательные и умственные) и операции. Человеческая деятельность не существует иначе как в форме действия или цепи действий [Леонтьев А.Н. 1975]. В спорте действиями называют приемы, физические упражнения. Операции способы, условия выполнения и разновидности действий. Операции являются образующими действий.

Чтобы картина стала более ясной, попробуем посмотреть на все это с помощью примера.

У спортсмена существует потребность в самоутверждении. Реализовать эту потребность можно поразному, но одним из действенных мотивов выступает победа на соревновании. Для победы необходимо достичь несколько второстепенных целей, таких как непосредственное участие в этих соревнованиях, победа в отдельных играх, забросить как можно больше мячей и т.д. Поставленные цели достигаются с помощью действий и операций (ведение, передачи, броски+), но так как игра происходит при постоянном противодействии противника, то все действия выполняются разными способами, разновидностями и условиями. Действие бросок мяча в корзину; Способ одной рукой от головы; Разновидность с отклонением ту ловища назад; Условия в прыжке после остановки; со средней дистанции.

Исходя из сказанного, можно сделать вывод, что спортивная деятельность имеет свою структуру, которая сходна с другими видами деятельности (трудовой, учебной+), но и имеет свои особенности, заключаю-

щиеся в более выраженной эмоционально-волевой окраски всех структурных элементов.

## ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ КАК УСЛОВИЕ ПРОДУКТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Эрдынеева К.Г.
*Кафедра психологии ЧитГУ*

Здоровьесберегающие технологии – вопрос национальной безопасности. Состояние здоровья населения, как известно, оценивается по демографическим, социально-экономическим и медицинским аспектам.

Изменение стиля и основ привычной жизни, смена ориентиров для большинства граждан, обнищание народа, рост безработицы приводят к резкому истощению жизненных сил (по тесту Апельса), возрастанию уровня стресса (по шкале L. Reeder) и депрессии. Все это свидетельствует о том, что рост заболеваемости и смертности обусловлен, в частности, психосоциальным фактором.

В последние десятилетия Россия переживает тяжелейшую демографическую ситуацию. Уровень общей смертности по России вырос в 1.5 раза, численность преждевременно умерших превысила 3 млн человек. Анализ показывает, что решающую роль в этом сыграло резкое увеличение смертности от сердечно-сосудистых заболеваний. За последние 12 лет она увеличилась с 617,4 до 900,2 на 100000 населения. Особую тревогу и необходимость выяснения причин вызывает факт значительного повышения смертности от этих заболеваний среди лиц репродуктивного и трудоспособного возраста.

Изменение динамики различных заболеваний и отклонений в состоянии здоровья связано с неблагоприятным воздействием экологии в условиях промышленного загрязнения и повышенной радиоактивности. Например, в Читинской области имеет место высокий в России природный и техногенный радиационный фон, обусловливающий рост различных аномалий развития у детей больше, чем в целом по России. Аномалии развития головного мозга занимают одно из первых мест, в связи с этим отмечается увеличение болезней нервной системы (по данным статистических отчетов 1996-2004г.г.). Поэтому возникает необходимость создания Центров содействия сохранению здоровья на производстве, в образовательных учреждениях, обеспечивающих диагностику, прогноз и коррекцию психологического, психофизиологического, генетического, имунного статуса и организацию мониторинга состояния организма человека в онтогенезе. В связи с этим необходимо использование автоматизированных рабочих мест оценки здоровья, систем организма и их взаимодействия. Изучение психофизиологических механизмов живых систем, обеспечивающих уникальное по своей надежности и эффективности согласованное функционирование различных систем организма, является одним из наиболее перспективных путей снижения заболеваний и оптимизации деятельности.

Реализация Программы, на наш взгляд, связана с использованием программно-аппаратного обеспечения психофизиологических исследований систем организма, компьютерных комплексов для коррекции функционального статуса испытуемых на основе биообратной связи, компьютерных комплексов для оценки динамики адаптации и социализации представителей коренных малочисленных народов.

Одним из показателей успешности психологической адаптации служит отсутствие неблагоприятных функциональных состояний. В этой связи представляет интерес мониторинг динамики самооценки функциональных состояний функциональных состояний студентов, менеджеров образования, руководителей производств, рабочих, инженеров и определение потребности и мотивации в овладении методами психологической саморегуляции.

Для достижения этой цели следует выявить у групп испытуемых:

различия в особенностях адаптации; сдвиги показателей самооценки функциональных состояний между началом и окончанием учебного, рабочего дня; различия в динамике показателей самооценки функциональных состояний в течение месяца; различия в динамике показателей самооценки функциональных состояний в зависимости от успешности деятельности.

Для диагностики самооценки функциональных состояний наиболее адекватны ситуативные методики (шкала состояний; методика оценки реактивной тревожности; шкала дифференциальных эмоций, включающая три показателя: позитивные эмоции, негативные эмоции, устойчивый тревожно-депрессивный комплекс; методика оценки острого зрительного и изотонического утомления) и методики самооценки устойчивых характеристик (методика самооценки личностной тревожности, методика оценки хронической усталости). Уровень адаптации личности к новой социокультурной среде выявлялся с помощью теста Л.В. Янковского (в модификации Т.Г. Стефаненко и М.С. Панова), включающего 6 шкал: адаптивность, конформность, интерактивность, депрессивность, ностальгия, отчужденность.