

## ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ И ПРОБЛЕМА АДАПТАЦИИ СТУДЕНТОВ – БУДУЩИХ СПЕЦИАЛИСТОВ

С.В. Мусина, Е.В. Егорычева, М.К. Татарников

*Волжский политехнический институт (филиал) Государственного образовательного учреждения высшего профессионального образования «Волгоградский государственный технический университет»*

Одна из существенных социально-педагогических проблем, имеющих теоретическое и практическое значение, - это проблема адаптации студенчества к вузовской сфере. Процесс адаптации как специфический момент в развитии и становлении личности студента имеет особое значение. Во-первых, потому, что в ходе адаптации важно дать правильную ориентацию в системе поведения, т.к. подобная ориентация надолго определяет «лицо» студента, судьбу его развития. Во-вторых, потому, что в ходе этого процесса совершается важнейшее событие: формируется социально-психологическая общность студенческого коллектива. Это и есть средство приобщения личности к новым социальным функциям, культуре, нормам поведения. Поскольку адаптация предполагает обязательное включение личности в систему реальных отношений молодёжи, в её систему поведения, в её духовный мир, потребности, интересы, психологию, постольку возникает педагогическая проблема регулирования, планирования и контроля этого процесса. Иными словами, адаптация есть не что иное, как усвоение личностью социального опыта общества в целом и той среды, к которой она принадлежит. Ведущим условием социальной адаптации является активность личности в различных сферах социальной жизнедеятельности, обеспечивающих прогрессивное продвижение к жизненным целям человека, к овладению намеченными жизненными ценностями.

Большинство студентов стремится к широкой познавательной деятельности, развитию своих интересов, способностей и запросов в различных сферах культуры и науки. Одно из важнейших мест в этом процессе принадлежит физкультурно-спортивной деятельности студентов. Физкультурно-спортивная деятельность студента – один из эффективных механизмов слияния общественного и личного интересов, формирования общественно необходимых индивидуальных потребностей. Известно, что если у людей сформирован интерес к физкультурно-спортивной деятельности, то она для них становится источником получения психосоматического комфорта, того, что П.Ф.Лесгафт назвал «возвышающим чувством удовлетворения». Только в случае, если участие в физкультурно-спортивной деятельности вызвано внутренними побуждениями, опирающимися на положительные эмоции и интерес, можно говорить о позитивном влиянии занятий физическими

упражнениями на развитие личности. Эта сфера деятельности является важнейшей формой адаптации для студентов младших курсов, в то время как для студентов старших курсов основными формами деятельности являются те, которые близки к будущим профессиональным интересам. Поэтому на младших курсах особое значение имеет нравственное начало всех форм деятельности. Это имеет отношение к проблеме адаптации студентов к академическим группам и различного рода студенческим коллективам. [3] Опыт показывает, что первый, а для ряда студентов и второй курсы, оказываются теми критическими годами, в течение которых они проходят через сложные и многообразные процессы адаптации к условиям обучения и вузовской жизни, взросления и роста самосознания.

В процессе адаптации совершается ещё один социально-значимый акт: исходя из реальных условий вузовской среды и своих личностных качеств, студенты ориентируются на преимущественно одностороннее, или преимущественное разностороннее развитие своей личности. Условия студенческой жизни в каких-то своих элементах содержат предпосылки к адаптации в рамках одностороннего развития личности студента. Поэтому физкультурно-спортивная деятельность в вузе может внести неоценимый вклад, формируя с помощью средств и методов направленного воздействия устойчивые навыки и привычки к разносторонней деятельности. Прежде всего, это воспитание у студентов сознания своих перспектив – профессиональных и социальных. Во-вторых, активизация эстетического, культурного воспитания студенчества с акцентом на самодеятельность, на активные виды творчества и физкультурно-спортивную деятельность в свободное время. Поэтому художественная самодеятельность, научные кружки и творческие объединения студентов, спортивные секции должны стать реальной силой, способной решить многие актуальные проблемы воспитания творческой личности.

Организация физкультурно-спортивной деятельности является неотъемлемой частью воспитательного процесса в вузе. Проведение этой работы целенаправленно и с высоким качеством позволяет повысить сознательность студентов, отвлечь их от негативных форм поведения, повысить уровень дисциплины, уважительного отношения к окружающим, сформировать в студенческой среде бережное отношение к своему здоровью – ведущему фактору профессионального роста. Физкультурно-спортивная деятельность влияет на формирование адаптивного способа мышления, которое способствует активизации учебной деятельности, развитию внутренней мотивации, что в конечном итоге приводит к оптимизации процесса адаптации. [2]

Социальная адаптация молодёжи в частности проявляется в трудоустройстве и социальной адаптации в производственно-трудовом коллективе после окончания учебного

заведения. Выпускники, имеющие низкий уровень физической подготовленности трудоустраиваются позже остальных. В большинстве случаев удаётся реализовать свои жизненные планы выпускникам-спортсменам, определившим их за год-два до окончания школы, у остальных таких планов нет вообще или они появляются лишь после выпускных экзаменов. В прозорливости спортсменов выражается их умение и готовность планировать свою деятельность, выбирать отдалённую цель и добиваться её. Основные из причин, по которым не удаётся реализовать личный жизненный план сразу после школы – отсутствие воли, недостаток знаний, неудовлетворительное состояние здоровья и физической подготовленности. [1]

Начало практической трудовой деятельности молодых людей, как правило, связано с довольно резким изменением социального окружения, социальных условий, характера функционирования личности. Социально-педагогическая сущность социальной адаптации молодёжи выражена в освоении активной социальной жизненной позиции и в инициативном, творческом участии в общественной деятельности. Важным фактором производственно-трудовой адаптации является профессионально-прикладная физическая подготовка. Молодые специалисты, приходящие на работу и имеющие квалифицированную физкультурно-спортивную подготовку, заметно активнее ведут себя в новом трудовом коллективе и быстрее полноценно адаптируются в нём.

Физкультурно-спортивная деятельность позволяет повысить социальную активность, работоспособность, социальную подвижность в учебном и трудовом коллективах, формирует фундамент активной социальной позиции и успешной социально-трудоустройственной адаптации студентов не только к условиям вуза, но и в их дальнейшей трудовой деятельности.

#### СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. *Егорычева, Е.В.* Формирование профессионально значимых качеств личности с помощью избранного вида двигательной активности / Е.В.Егорычева, С.В.Мусина // Известия ВолгГТУ: межвуз. сб. науч. ст. №10 (58), вып.6. – Волгоград, 2009.
2. *Мусина, С.В.* Физкультурно-спортивная деятельность как одно из условий социально-психологического комфорта в вузе / С.В.Мусина, Е.В.Егорычева // Известия ВолгГТУ: межвуз. сб. науч. ст. №10 (58), вып.6. – Волгоград, 2009.
3. *Соловьёв, В.Н.* Особенности адаптации студентов в процессе обучения / В.Н. Соловьёв // Материалы IV Междунар. научн.-практич. конференции 4-6 октября, 2007 // Ставропольский госуниверситет. – Ставрополь, 2007. – С. 325-327.