

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РФ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ
им. В.П. АСТАФЬЕВА
(КГПУ им. В.П. Астафьева)

Институт социально-гуманитарных технологий

Выпускающая кафедра социальной педагогики и социальной работы

Кляченко Екатерина Андреевна

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

Тема: Особенности социально-психологической адаптированности
первокурсников спортивного колледжа

Направление подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование

Направленность (профиль) образовательной программы
Психология и социальная педагогика

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ

Зав. кафедрой д.п.н, профессор Фурьева Т.В.

(дата, подпись)

Руководитель к.п.н.,

Шик С.В.

Дата защиты _____

Обучающаяся Кляченко Е.А.

_____ (дата, подпись)

Оценка _____

(прописью)

Красноярск 2017

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	2
Глава 1. Адаптированность первокурсников спортивного среднего-профессионального учебного заведения как предмет социально-психологического исследования.....	5
1.1. Социально-психологическая адаптированность: сущность, и содержание.....	5
1.2. Специфика обучения в условиях спортивного средне-профессионального учреждения.....	12
1.3. Проблемы социально-психологической адаптированности первокурсников спортивного средне-профессионального учреждения.....	25
Выводы по Главе 1.....	33
Глава 2. Эмпирическое исследование социально-психологической адаптированности первокурсников спортивного колледжа	35
2.1. Анализ социально-психологической адаптированности первокурсников к социальной среде.....	35
2.2. Изучение личностных особенностей социально-психологической адаптированности первокурсников.....	40
Выводы по Главе 2.....	45
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	47
СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ИСТОЧНИКОВ.....	50
Приложение 1. Методика «Адаптированность».....	56
Приложение 2. Опросник для первокурсников-спортсменов после поездок на сборы. (Личного авторства).....	58
Приложение 3. Анкета первокурсника. (автор Демидова Т.П.).....	59

ВВЕДЕНИЕ

В системе учебной деятельности приспособление учащегося в средне-профессиональном учебном заведении является важным составным элементом. В настоящее время проблема адаптированности занимает одно из центральных мест в психологических исследованиях. Это обусловлено тем, что система образования оказалась неподготовленной к трансформациям общественной жизни, когда одни только знания в традиционном понимании не могут выступать в качестве средства успешной адаптации вчерашних школьников.

Люди, которые способны сочетаться с окружающей средой, и реализовывать свои внутренние возможности, крайне необходимы обществу. Вместе с тем, в условиях изменяющейся действительности, большая часть современной молодежи не способна приспособливаться и развиваться. Чрезвычайно важные задачи, возникающие в учебной деятельности на начальном этапе обучения и выявление социально-педагогических условий оптимизации данного процесса должны влиять на ускорение процессов адаптации и успешной адаптированности первокурсников к новому для них образу жизни и деятельности.

Спорт является уникальной моделью, где, достижение профессионального мастерства происходит в более короткие сроки, а профессиональная карьера заканчивается очень рано - в 25 - 30 лет. Временные рамки активной профессионализации субъекта в спорте обуславливаются спецификой вида спорта, теми физическими и психическими ресурсами, которые необходимы для эффективной самореализации личности в спортивной деятельности.

Для формирования профессионального самосознания важны очень многие факторы, но одним из значимых, является среда, в которой происходит профессиональное становление специалиста.

Определённые ценностные ориентации учащихся, их целевые и ситуационные установки раскрываются через: реализацию активной жизненной позиции и стремление самой личности и всего общества к устойчивому развитию; стремление к самосовершенствованию, повышению своей культуры, развитию интеллекта; установление коммуникативных отношений.

Поэтому, актуальной проблемой студентов первого курса в средне-профессиональном учебном заведении является исследование особенностей социально-психологической адаптированности.

Цель исследования: изучить структуру социально-психологической адаптированности первокурсников и описать методы исследования адаптированности в спортивном колледже.

Предмет исследования социально-психологические особенности адаптированности.

Объект исследования социально-психологическая адаптированность обучающихся в среде спортивного средне-профессионального учреждения.

Гипотеза: социально-психологическая адаптированность включает адаптацию к социальной среде и наличие определенных личностных особенностей.

Задачи:

1. Исследовать сущность понятия адаптированности и его критериев в социально-психологической литературе.
2. Проанализировать особенности адаптированности первокурсников в спортивном колледже.

3. Представить методы исследования адаптированности первокурсников в Красноярском колледже Олимпийского резерва и сравнить обучающихся спортивного и гуманитарно-экономического колледжей.

В исследовании нами были использованы следующие методы:

1. Теоретические методы:

- анализ учебной, научной литературы (монографии, учебные пособия, научные публикации и пр.) и интернет-ресурсов по социально-психологической адаптированности в СПО и спортивном колледже.
- понятийный, терминологический анализ, сравнительный анализ.

2. Эмпирические методы: опросник, методики: психологический портрет, личностный профессиональный план, методики Кэттелла, Айзенка, Шмишека.

3. Методы количественного и качественного анализа данных экспериментальной работы.

Выпускная квалификационная работа состоит из введения, двух глав (теоретической и практической), заключения, списка используемых источников, включающего 50 наименований и трех приложений. В выпускной квалификационной работе представлены 1 рисунок, 3 таблицы. Объем выпускной квалификационной работы – 55 страниц, без учета приложений.

Глава 1. Адаптированность первокурсников спортивного среднего-профессионального учебного заведения как предмет социально-психологического исследования.

1.1. Социально-психологическая адаптированность: сущность, и содержание.

В данной главе, такие авторы как: используются материалы исследований Безюлевой. Г. В., Дахина А.В., Суртаева Н.Н., Богданова В.П. и др. авторов которые раскрывают понятие результата процесса адаптации – адаптированности.

В этой главе приведены критерии, ценностные ориентации обучающихся, в комплекс дополнительных критериев были включены такие показатели, как отношение к учёбе, количественным показателем которой является успеваемость, разнообразные диагностические методы критериев и показателей адаптированности, а также основные уровни адаптированности.

Адаптированность – это результат процесса адаптации, наличие приспособленности к некоторому фактору среды, это такое состояние взаимоотношений личности и группы, когда личность без длительных внешних и внутренних конфликтов продуктивно выполняет свою ведущую деятельность, удовлетворяет свои социальные потребности, переживает состояние самоутверждения и творческого самовыражения.

Критериями адаптированности являются:

- объективные (учебная активность и результативность учебной деятельности);
- субъективные (удовлетворенность личности по отношению к различным аспектам деятельности и общения, эмоциональный комфорт,

определяющиеся характером и степенью непреодолимости встречающихся трудностей.

Социально-психологическая адаптированность – это такое состояние взаимоотношений личности и группы, когда личность без длительных внешних и внутренних конфликтов продуктивно выполняет свою ведущую деятельность, удовлетворяет свои основные потребности, в полной мере идёт навстречу тем ролевым ожиданиям, которые предъявляет к ней эталонная группа, переживает состояния самоутверждения и свободного выражения своих творческих способностей.

Как отмечает в своей работе Безюлева Г. В. «Известно, что результаты адаптации к обучению и профессиональной подготовки в целом зависят от мотивов обучающегося, отношения к будущей профессии, характера первоначальной установки на деятельность.»¹

Определённые ценностные ориентации обучающихся, их целевые и ситуационные установки раскрываются через:

- реализацию активной жизненной позиции и стремление самой личности и всего общества к устойчивому развитию
- стремление к самосовершенствованию, повышению своей культуры, развитию интеллекта; установление коммуникативных отношений.

В книге профессора Дахина А.В. приводятся проявления адаптированности, такие как: «умения общаться и налаживать контакты с другими людьми; умения сотрудничать, согласовывать свои действия с действиями других людей; умения оперативно анализировать ситуации и принимать решения; навыки эмоциональной саморегуляции; умения выстраивать модель будущей

¹ Безюлева. Г.В. Психолого-педагогическое сопровождение профессиональной адаптации учащихся и студентов: Монография. – М.: НОУ ВПО Московский психолого-социальный институт, 2008. – 320 с.

профессиональной деятельности; объективные представления о реалиях предпочитаемой специальности; мотивы самоактуализации, желание проявить себя в предпочитаемой области.»²

Так же, можно выделить критерии и показатели эффективности, на основе выделенных проявлений адаптированности личности (некоторые показатели выявлялись с помощью психологических тестов)

1. Социальная активность характеризуется осознанием учащимися социальных требований и их, их способностью проводить общественно значимые преобразования, творческой деятельностью. Интегральной характеристикой критерия является активная жизненная позиция, выражающаяся в идейной принципиальности, последовательности в отстаивании взглядов, единстве слова и дела.

2. Творческая инициативность характеризуется предприимчивостью, способностью к самостоятельным творческим и активным действиям.

3. Социальная ответственность включает показатели соответствия поведения личности социально-нормативным требованиям, её долгу и обязанностям, подчинённости поведения личности социальному контролю.

4. Коммуникабельность - характеризуется умением вступать в общение и налаживать контакты с другими людьми, умением сотрудничать, согласовывать свои действия с действиями других людей, умением оперативно анализировать ситуации и принимать решения.

5. В критерий способность к саморегуляции и рефлексии включены показатели: умение анализировать поступки, условия и средства достижения цели, умение осмысленно подходить к решению поставленных задач, осознавать свои мотивы и переживания и потребность в сохранении

² Дахин А. Экология в дидактике и дидактика в экологии. М.: // Народное образование.-2009. - №9.-С.70-73.

своего здоровья, умение выстраивать модель будущей профессиональной деятельности, умение проявлять себя в предпочитаемой области.³

В диссертации Суртаева Н.Н в комплекс дополнительных критериев были включены такие показатели, как отношение к учёбе, количественным показателем которой является успеваемость, а качественными:

1) осознание необходимости исполнения требований учебного заведения;

2) принятие ответственности за их соблюдение;

3) эффективный самоконтроль, который проявляется в дисциплинарной оценке поступков учащегося; участие в научно-исследовательской работе, практической деятельности, навыки эмоциональной регуляции, уровень мотивации и эмоциональной напряжённости, адекватность реакции на стрессовые ситуации, сформированность чувства ответственности, эффективное взаимодействие со средой.⁴

В исследовании Спилбергера Ч.Д., адаптированного Ханиным Ю.Л. использовались разнообразные диагностические методы, что обусловлено кругом критериев и показателей адаптированности личности обучаемого. Широко использовался метод включенного и невключенного наблюдения, с помощью которого получены данные о дисциплинированности обучаемых, их участии в общественной жизни, проявлениях неконструктивных реакций приспособления и невротических реакций.⁵

³ Даринский А.В. Региональный компонент образования. М.:// Педагогика.-2007.-№1.-С.18-20.

⁴ Суртаева Н.Н. Проектирование педагогических технологий в профессиональной подготовке учителя (на примере естественно-научных дисциплин). Автореф. дис.док. пед. наук. - М., 1995.- 40с.

⁵ Гуревич К.М. К вопросу о психологических проявлениях основных свойств нервной системы в трудовой деятельности. М.: //Вопросы психологии. - 2005.-№1.-С.15-17.

Наблюдения проводились с помощью преподавателей, результаты фиксировались в балльных оценках. Для оценки степени выраженности широких социальных и личностных мотивов, мотивации учебной деятельности использовался метод экспертных оценок.

В большинстве работ отечественных авторов (Суртаева Н.Н., Рябова И.Г., Дубовицкая Т.Д., Березин С.В., Козлов Д.Д., Лисецкий К.С. и др) стоящих на различных позициях и подходах, использовались лишь два критерия и два уровня адаптированности. В частности, в работе Богдановой В.П. говорилось, что, «Невозможность классифицировать жизненные явления по признаку полярности - как адаптированность и дезадаптированность, позволила им выделить три уровня адаптированности личности: высокий - педагогически целесообразный; средний - допустимый: низкий - тревожный, критический, способный перейти в дезадаптированность.

1. Высокий - педагогически целесообразный уровень характеризуется высокими адаптационными результатами при адекватных им усилиях. Этому уровню соответствует высокий социометрический статус личности. Доминирование социальных мотивов, высокая способность к саморегуляции и рефлексии, коммуникабельность и высокая социальная активность личности, положительная тональность индивидуального настроения, низкие показатели тревожности и эмоциональной лабильности, высокая творческая инициативность и социальная ответственность.

2. Средний - допустимый характеризуется удовлетворительным результатом социальной адаптации по большинству критериев. Этому уровню соответствуют высокие показатели реального социометрического статуса, доминирование социальных мотивов, высокая способность к саморегуляции и рефлексии, выраженные коммуникативные способности и социальной активности, колебания тональности индивидуального

настроения, средние оценки показателей тревожности и эмоциональной лабильности, средние показатели творческой инициативности, высокая социальная ответственность.

3. Низкий - тревожный, критический, способный перейти в дезадаптированность характеризуется успешной социальной адаптацией по некоторым критериям и, как правило, в конкретных социальных ситуациях. Предполагает низкие оценки реального социометрического статуса, низкую степень выраженности социальных мотивов, достаточно высокую оценку социальной активности, среднюю способность к саморегуляции и рефлексии, ситуативное проявление коммуникабельности, значительные колебания тональности индивидуального настроения, снижение показателей тревожности и эмоциональной лабильности.

Высокого уровня адаптированности можно достичь и при стихийном её формировании, однако более значительных результатов можно добиться при направленном развитии этого качества в условиях специально организованного учебно-воспитательного процесса.

По Богдановой В.П. критериями оценки социальной адаптированности студента системы средне-профессионального образования являются:

- бесконфликтность поведения;
- желание участвовать в общественной жизни;
- удовлетворённость общением с однокурсниками, преподавателями, а также низкий или умеренный уровень эмоционального состояния;
- адекватный уровень самооценки;
- ведение здорового образа жизни. ⁶

⁶ Богданова В.П. К ВОПРОСУ О ПОКАЗАТЕЛЯХ АДАПТИРОВАННОСТИ УЧАЩИХСЯ К ИЗМЕНЯЮЩЕЙСЯ СОЦИАЛЬНОЙ СРЕДЕ // Современные проблемы науки и образования. – 2015. – № 6. – С. 456-456;

1.2. Специфика обучения в условиях спортивного средне- профессионального учреждения.

Среднее профессиональное образование (СПО) является качественно определенным уровнем системы профессионального образования, занимающим значительное место в удовлетворении образовательных потребностей личности и общества.

Реализация среднего профессионального образования осуществляется в различных формах: очная, очно-заочная (вечерняя), заочная, экстернат на базе основного общего образования (9 классов общеобразовательной школы) или среднего (полного) общего образования (11 классов общеобразовательной школы).

Существуют два основных вида средних специальных учебных заведений:

1) техникум (училище), реализующий основные профессиональные образовательные программы среднего профессионального образования базового уровня;

2) колледж, осуществляющий профессиональные образовательные программы среднего профессионального образования базового и повышенного уровня. Реализация образовательных программ среднего профессионального образования может также осуществляться в высших учебных заведениях.

Особенности СПО в сравнении с начальным профессиональным образованием:

Учреждения Начального профессионального образования и СПО объединяют и реализуют двухступенчатую подготовку по программам начального и среднего профессионального образования. В соответствии с типовым Положением об образовательном учреждении среднего профессионального

образования образовательное учреждение также называется термином ССУЗ (Среднее специальное учебное заведение).

1. Среднее профессиональное образование занимается подготовкой специалистов среднего звена, удовлетворением потребностей личности в углублении и расширении образования на базе основного общего, среднего (полного) общего или начального профессионального образования.

2. Средне профессиональное образование производится по сокращенным программам, когда граждане, имеют начальное профессиональное образование соответствующего профиля.

3. Среднее профессиональное образование может быть получено в образовательных учреждениях среднего профессионального образования (средних специальных учебных заведениях) или на первой ступени образовательных учреждений высшего профессионального образования.

4. Образовательное учреждение среднего профессионального образования может реализовывать образовательные программы начального профессионального образования при наличии соответствующей лицензии.

Колледж – это средне-профессиональное учебное заведение, предоставляющее всем своим студентам и выпускникам утвержденные методики профессионального образования углубленной и базовой подготовки. Как правило, базовую подготовку можно получить спустя три года обучения в колледже, а углубленную – через четыре года.

На сегодняшний день в системе образования чаще всего преобладают многопрофильные колледжи, которые включают не только технические, но также гуманитарные, экономические, творческие, юридические, социологические и прочие важные в жизни специальности.

По уровню подготовки учащихся различают три типа колледжей^[2]:

- соответствующие уровню высшей школы (входят в состав университетов или автономные вузы);
- занимающие промежуточное положение между средними и высшими учебными заведениями;
- соответствующие старшим классам средней школы.

Приём в колледж ведётся на основании аттестата об основном общем образовании (9 классов), аттестата о среднем (полном) общем образовании (11 классов), диплома о начальном профессиональном образовании (обычно ПТУ или профессионально-технический лицей) или диплома о среднем профессиональном образовании.

- Среднее специальное образование в российском колледже может быть получено после среднего общего образования за 2-3 года (не более трёх лет), в зависимости от специальности, а после 9 класса средней школы не более 4 лет.

- Обучающиеся в колледжах имеют статус студентов, им выдаётся студенческий билет и зачётная книжка. По окончании выпускникам выдаётся диплом о среднем профессиональном образовании по соответствующей специальности и присваивается квалификация «техник», «старший техник» и тому подобные. Диплом о среднем профессиональном образовании даёт право его обладателю поступать на работу на соответствующие должности, а также продолжить образование в вузе по любой специальности, наравне с выпускниками 11-х классов школ, ПТУ и профессиональных лицеев. Во многих вузах также ведётся приём на обучение по сокращённым (ускоренным) программам обучения, для абитуриентов, имеющих среднее профессиональное образование по аналогичной или родственной специальности.

– Также существует такое понятие, как «высший колледж» в России, обычно под ним подразумевают среднее профессиональное учебное заведение при вузе.

Красноярский колледж олимпийского резерва — это один из ведущих центров спортивной подготовки по культивируемым видам спорта в крае, который осуществляет подготовку специалистов со средним специальным образованием по специальности «Физическая культура» с квалификацией выпускника «Педагог по физической культуре и спорту». Обучение в Красноярском колледже олимпийского резерва ведется по очной и заочной форме.

КГАПОУ ККОР – уникальное учебное заведение. На его территории находится один из крупнейших спортивных комплексов Сибири и Дальнего Востока – Центральный стадион города Красноярска, который занимает площадь 5,5 гектаров и включает в себя большую спортивную арену, зал борьбы дзюдо, шахматно-шашечный клуб, легкоатлетический манеж, теннисные корты, баскетбольные и волейбольные площадки, футбольные поля, две площадки для игры в керлинг, каток "Центральный". Все они используются как для проведения учебно-тренировочного процесса, так и для организации физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы среди населения города и края.

Медицинские услуги оказываются в медицинском кабинете Центрального стадиона, имеется лицензия на осуществление медицинской деятельности. Общежитие на балансе КГАПОУ ККОР отсутствует.

Поступить в колледж может не каждый, а только наиболее талантливые и перспективные спортсмены, члены и кандидаты в различные сборные страны.

На сегодняшний день в колледже обучается 351 человек по 27 видам спорта, 23 из них — олимпийский и 4 – опорные в крае неолимпийские виды.

Среди студентов и выпускников колледжа 6 заслуженных мастеров спорта, 15 мастеров спорта международного класса, 128 мастеров спорта.

Студенты и выпускники КГАПОУ ККОР прославили наш край в соревнованиях самого высокого ранга: 15 участников Олимпийских игр, 16 чемпионатов мира и Европы. Чемпионами России становились 27 спортсменов.

КГАПОУ ККОР является одним из ведущих образовательных учреждений России. С 2000 года по результатам участия во Всероссийском смотре-конкурсе среди спортивных школ и УОР на лучшую постановку работы по подготовке спортивного резерва (в номинации УОР) бывшее училище входит в десятку лучших среди региональных училищ олимпийского резерва, а в 2006 году стало победителем этого конкурса. В 2009 году КГАПОУ ККОР стал лауреатом конкурса в номинации «100 лучших ССУЗОов России» и занесено во Всероссийский национальный регистр «Элита образования России». Образовательный процесс ведется на русском языке.

Образовательный процесс организован по очной и заочной форме обучения.

В настоящее время в краевом государственном автономном профессиональном образовательном учреждении «Красноярский колледж олимпийского резерва» осуществляется подготовка учащихся и студентов по двум образовательным программам.

Основные задачи:

– подготовка высококвалифицированных специалистов в области физической культуры и спорта;

– пополнение сборных команд Российской Федерации по олимпийским и неолимпийским видам спорта.

КГАПОУ ККОР – наиболее перспективная и эффективная форма подготовки высококвалифицированных спортсменов, позволяющих сочетать обучение с интенсивной спортивной подготовкой и участием во всероссийских и международных соревнованиях. В процессе обучения учащиеся и студенты получают углубленный уровень среднего профессионального образования.

Общая характеристика специальности 49.02.01 Физическая культура:

1. Специальность 49.02.01 Физическая культура утверждена приказом Министерства образования Российской Федерации от 05.10 2010 г. № 266 «Об утверждении государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования - Классификатора специальностей среднего профессионального образования».

2. Форма освоения основной профессиональной образовательной программы по специальности 49.02.01 Физическая культура:

– очная и заочная

3. Нормативный срок освоения основной профессиональной образовательной программы на базе среднего общего образования — 3 года 10 месяцев.

4. Квалификация выпускника — педагог по физической культуре и спорту.

5. Квалификационная характеристика выпускника:

Выпускник должен быть готов к профессиональной деятельности по физической культуре и спорту в качестве педагога по физической культуре и спорту в образовательных учреждениях различного типа и вида, в организациях,

на предприятиях, в лечебно-профилактических учреждениях независимо от их организационно-правовых форм.

Основные виды деятельности педагога по физической культуре и спорту:

– педагогическая и тренерская — определение цели и задачи учебного и тренировочного процессов; планирование учебного и тренировочного процессов; подбор средств и методов обучения и тренировки для различных категорий занимающихся; обучение двигательным действиям; определение величины нагрузки; осуществление текущего и этапного контроля за состоянием здоровья обучающихся; предупреждение травматизма при занятиях; использование компьютерной техники; формирование у обучающихся здорового образа жизни, потребности в регулярных физкультурно-спортивных занятиях;

– организационно-управленческая — организация работы коллектива исполнителей; принятие управленческих решений; организация и проведение физкультурно-массовых и спортивных мероприятий; анализ и обобщение деятельности государственных и общественных органов управления в сфере физической культуры и спорта; работа с финансово-хозяйственной документацией;

– оздоровительная — применение средств и методов физической культуры и спорта для формирования у обучающихся представлений и потребности в здоровом образе жизни; использование нетрадиционных форм оздоровления населения;

– учебно-методическая — планирование уроков, учебно-тренировочных занятий, других форм занятий на основе изучения и анализа образовательных программ, учебной и методической литературы,

материалов, отражающих практику физкультурно-спортивной деятельности.

6. Возможности продолжения образования выпускника:

Выпускник, освоивший основную профессиональную образовательную программу среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура, подготовлен:

- к освоению основной профессиональной образовательной программы среднего профессионального образования повышенного уровня;
- к освоению основной профессиональной образовательной программы высшего профессионального образования.⁷

В данной главе была раскрыта сущность образовательного процесса средне-профессионального учреждения, на примере Красноярского колледжа Олимпийского резерва. Показана система обучения, этапы, формы освоения профессиональной программы, требования к обучающимся и поступающим, направления подготовки и учебный процесс.

⁷ <http://www.kkor24.ru/>

Профессиональное становление как фактор развития личности.

Теоретическую основу концепции профессионального становления личности составили исследования личности и деятельности К.С. Абульхановой-Славской, Ю.Г. Ананьева, А.Г. Асмолова, Б.Ф. Ломова, Е.А. Климова, Н.Н. Нечаева, Г.В. Суходольского, В.Д. Шадрикова и др.

Понятие «становление личности» в психологии понимается как процесс прохождения человека определённых этапов, связанных с возрастными этапами развития человека: оптации, профессиональной подготовки, профадаптации, первичной и вторичной профессионализации, профессионального мастерства, на каждом из которых формируются те или иные психические новообразования, происходит формирование новых качеств профессионала, обеспечивающих успешное выполнение трудовых функций и подготавливающих субъекта к переходу на новую стадию развития.

Наиболее значимым представляется подход Э.Ф. Зеера, который понимает профессиональное становление, прежде всего, как «развитие личности в процессе выбора профессии, профессионального образования и подготовки, а также продуктивного выполнения профессиональной деятельности».

Исследователь указывает на то, обстоятельство, что профессиональное становление – это гетерохромный процесс, протекающий волнообразно, в котором можно выделить периоды спада и подъема, а также конфликты и кризисы в зависимости от факторов индивидуального, личностного и профессионального развития.

Е.А. Лупекина, О.Н. Мельникова выделили следующие особенности спортивной карьеры:

- младший и школьный возраст, бывает и раньше означает раннее начало этапа «подготовки»;
- изначальный выбор конкретного вида спорта и ранний старт спортивной карьеры;
- относительно ранняя кульминация спортивной карьеры;
- различия полового характера в сроках кульминации и окончания спортивной карьеры;
- скачкообразный характер развития ярко выражен в спортивной карьере;
- задействование человеческих резервов в связи с тем, что спорт - один из самых энергоемких видов деятельности;
- в отличие от большинства видов деятельности в спорте характерны жесткие типы конкуренции;
- в смысле профессионального отношения к делу спортивная карьера всегда является таковой, но, не всегда является профессиональной в смысле постоянного заработка;
- для спортивной карьеры относительно характерна некая неопределенность момента ухода.

По мнению М.Р. Гинзбурга, личностное самоопределение – это содержательное конструирование человеком своего жизненного поля, включающего совокупность индивидуальных жизненных смыслов актуальное и потенциальное пространство реального действия.

Он рассматривает профессионально-личностное становление как непрерывный процесс целенаправленного прогрессивного изменения личности под влиянием социально- психологических воздействий, учебно- профессиональной деятельности, и собственной активности, направленной на

самосовершенствование и самореализацию личности в значимых видах деятельности. Становление обязательно предполагает потребность в развитии возможность и реальность ее удовлетворения. То есть, в ходе профессионального становления личность должна открыть новые грани своего «Я».

В исследовании Л.М. Митиной, Ю.П. Поваренкова, Э.Ф. Зеера профессионализация рассматривается как одна из форм социализации личности и развития социальной идентичности, где профессиональная картина мира становится мощным фактором развития личности. Исследователи считают, что в ходе профессионализации изменяется сложившаяся система координат жизнедеятельности человека и изменившаяся профессиональная ситуация стимулирует образование новых психологических свойств и качеств.

С точки зрения В.А. Маликовой, категория становления – это звено в общей последовательности этапов профессионального развития, позволяющее проследить общую тенденцию преобразования психологических качеств и свойств специалиста в характеристики осуществляемой им деятельности.

В каждый новый период жизнедеятельности человек стоит перед необходимостью решения возникающих личностных и профессиональных задач, для чего необходима не только актуализация имеющихся способностей, но и прежде всего раскрытие потенциала личности. Это и есть становление, которое в данном случае предполагает освоение человеком различных пространств и деятельностей, утверждение себя в них как личности и профессионала.

Спорт является уникальной моделью, где, достижение профессионального мастерства происходит в более короткие сроки, а профессиональная карьера заканчивается очень рано - в 25 - 30 лет. Временные рамки активной профессионализации субъекта в спорте обуславливаются спецификой вида

спорта, теми физическими и психическими ресурсами, которые необходимы для эффективной самореализации личности в спортивной деятельности.

Для формирования профессионального самосознания важны очень многие факторы, но одним из значимых, является среда, в которой происходит профессиональное становление специалиста.

Ряд концептуальных положений по профессиональному становлению личности:

1. Профессиональное становление личности – это поэтапный процесс развития и саморазвития личности в ходе освоения профессиональных понятий, решения профессиональных задач, овладения профессиональными компетенциями, самоутверждения себя как личности и профессионала в ходе освоения профессиональной деятельности.

2. Профессионально-личностное становление охватывает весь период онтогенеза человека - от появления первичных профессиональных намерений до прекращения профессиональной деятельности.

3. Профессионально-личностное становление представляет собой динамический процесс «развертывания», психологических свойств и качеств личности, проявляющийся в формировании профессионального интереса, профессиональной направленности, овладении профессиональными компетенциями, развитием профессионально-важных качеств, и психофизиологических свойств.

4. Профессионально-личностное становление может быть рассмотрено в контексте таких понятий, как «профессиональное и личностное самоопределение», «профессиональный и личностный рост», «профессиональная социализация» и т.д.

5. В становлении личности могут быть выделены периоды, стадии. Переход от одного уровня к другому осуществляется на основе

диалектического принципа развития: в процессе эволюционного развития возникают и накапливаются противоречия, которые приводят к скачку, к переходу на новый, более высокий уровень развития личности и деятельности.

6. Профессиональное становление тесно связано с развитием личности обучающегося: имеющиеся личностные особенности индивида могут способствовать профессиональному становлению, но могут и препятствовать ему.

Успешное профессионально-личностное становление включает объективные и субъективные условия:

- Объективные: наличие условий, отвечающих современным требованиям профессиональных учебных заведений, наличие современного научно-методического и информационно-технического оснащения, компетентных специалистов, эффективных технологий профессиональной подготовки, ориентирующихся на требования Госстандарта и профессиограмму специалиста
- Субъективные: знакомство с миром профессии, потребность в получении профессионального образования, осознание профессиональной пригодности, определенный уровень интеллектуального и личностного развития, мотивы и потребности

1.3. Проблемы социально-психологической адаптированности первокурсников спортивного средне-профессионального учреждения.

Выделяются 2 вида социально-психологической адаптированности первокурсника-спортсмена:

- к социальной среде;
- личностная адаптированность.

На психологическом уровне происходит преобразование сознания, социальной ситуации развития.

На физическом уровне требуется привлечение ресурсов организма в преодолении стресса повторяющихся спортивных нагрузок.

На социальном уровне наступает новый социальный статус личности.

В случае успешной адаптированности, первокурсник должен войти:

1. в новую социальную среду;
2. в учебно-познавательный процесс;
3. в новую систему взаимоотношений между сокурсниками, старшекурсниками и педагогами.

За приспособлением первокурсников к системе СПО стоят трудности по адаптированности, которые обусловлены: трудностями в обучении (психофизиологические, социально-психологические, дидактические, профессиональные).

Неумение правильно и целесообразно организовывать учебную деятельность, может вызвать дезадаптированность в учебном процессе.

Недостаток правил, опыта и знаний делают первокурсника уязвимым к не освоению учебной программы.

Социально-психологические трудности связаны с изменением социального статуса и неудовлетворением своей социальной ролью в группе студентов.

Профессиональные трудности основываются на низкой мотивации к обучению и специфике выбранной специальности.

Адаптированность первокурсников-спортсменов к физическим нагрузкам является динамичным и повторяющимся процессом. Возрастание физических нагрузок на этапе становления личности может сопровождаться перестройкой организма, что приводит к различным расстройствам.

Таким как:

- нарушение сна;
- вспыльчивость;
- раздражительность;
- снижение эмоционального состояния;
- головные боли;
- физическое переутомление.

Существуют психологические факторы адаптированности к профессиональной спортивной деятельности, которые прежде всего отвечают за мотивационное основание в обучении и имеют адаптивно важные качества для формирования личности в коллективе, спортивных соревнованиях и сборах.

Нарушение этих факторов дезадаптируют первокурсника, что может привести к демотивации достижения цели, торможению нервной системы, ее подвижности, снижению настойчивости, стремлению к борьбе, нарушению организованности и собранности, снижению нервно-психической устойчивости.

Основные социально-психологические проблемы адаптированности первокурсников спортивного СПО:

- негативный опыт пребывания в школе, связанный с частыми сборами и соревнованиями, тяжелое включение в учебный процесс, возможные конфликты с учебным коллективом;
- недостаточная психологическая подготовка к будущей карьере спортсмена;
- неумение осуществлять психологическое саморегулирование поведения и учебной деятельности, усугубляемое отсутствием привычки к повседневному контролю педагогов;
- конфликтность в группе или с преподавателями в результате неумения конструктивно взаимодействовать с людьми, низкого самоуправления в деловых контактах, слабой критичности мышления;
- постоянное напряжение и изматывание организма в связи с нагрузками и желанием «быть первым», высокий уровень соперничества.

Успешность адаптированности первокурсников спортивного колледжа определяют личностные качества.

Спорт является хорошим воспитательным компонентом для их формирования. Индивидуальные особенности, воля и характер складываются и развиваются в спортивной деятельности, они могут зависеть от специфики содержания спортивной специализации и от особенностей соревновательной деятельности, которые имеются в каждом виде спорта.

В циклических видах спорта (при которых спортсмены стараются двигаться очень циклично с определенной периодичностью для того, чтобы достичь максимальной продуктивности физической силы и показать лучшие результаты) качеством, определяющим адаптированность выступает эмоциональная устойчивость, как низкая личностная тревожность. Она помогает спортсменам проявлять выносливость, силу, выдерживать большие и достаточно длительные физические нагрузки.

В игровых видах спорта (предполагающие состязание команд) большую роль в адаптированности играют свойства темперамента – подвижность нервных процессов и сила возбуждения, помогающие быстро адаптироваться к динамичным, меняющимся условиям игры, а также коммуникативные характеристики, обеспечивающие командное взаимодействие.

Особенно стоит отметить, что личность спортсмена обладает целостностью, эмоции и мотивы побуждают к проявлению определенных черт характера - воля, собранность, стремление к победе и результатам.

В стрессовых ситуациях проявляется установка на избегание неудачи и достижения успеха. В связи с этим имеется повышенный уровень риска в острых ситуациях поединка с противником.

На развитие психологических особенностей личности спорт оказывает особое влияние только благодаря присущим ему особенностям. Главными из этих особенностей являются:

- соревновательный характер борьбы, направленный на победу над противником или установление рекорда;
- максимальное напряжение физических и психологических сил;

- упорные и систематические тренировки, которые вносят коррективы в жизнь и бытовые условия;

В книге «Психология спорта» Ильина Е.П. обозначено, что в психологическую структуру спортивной деятельности входят:

- специфические психические функции и качества личности, связанные непосредственно с выполнением спортивных действий;
- мотивы, побуждающие человека заниматься спортом и добиваться высоких результатов в спортивной борьбе;
- социально-психологический характер отношений спортсменов с другими людьми в процессе спортивной деятельности.⁸

Также серьезные изменения в спортивной деятельности претерпевают такие процессы как: внимание, память, речь, ощущения, восприятие, воображение, мышление.

Одним из самых важных процессов для спортсмена является мотивация спортивной деятельности.

Данный блок образует потребности, мотивы и цели спортивной деятельности.

При ослаблении мотивации первокурсник-спортсмен теряет побуждение к спортивной активности, к конкуренции, к достижению результатов, может начать нерегулярно посещать тренировки, пропускать занятия, акцентировать внимание и свои силы в другом виде деятельности.

Большая напряженность и, иногда, запредельные физические нагрузки могут снижать эмоциональный фон, а травматизация спортивного процесса и

⁸ Ильин, Е.П. Психология спорта / Е.П. Ильин. - СПб.: Питер, 2010

вовсе приводить к апатии и безразличию к учебной и внеурочной деятельности.

Поэтому воспитание качеств спортсмена составляет органическую часть его общей психологической подготовки.

В курсе лекций Акимовой Л.Н. выделяются такие качества личности спортсмена характеризуются следующими особенностями:

1. Целеустремленность - способность к сознательной постановке как общих целей действия (с отдаленными перспективами), так и частных (осуществляемых в ближайшее время и помогающих достижению общей цели).

2. Дисциплинированность - способность подчинять свои действия установленным правилам и нормам поведения.

3. Уверенность - способность к трезвому и объективному анализу своих сил и возможностей, в связи, с чем спортсмен без каких-либо сомнений предпринимает именно данные действия и выполняет их именно данным образом.

4. Инициативность - способность объективно оценивать сложившуюся в процессе спортивной борьбы ситуацию и самостоятельно разрешать ее, беря на себя ответственность за предпринимаемые действия.

5. Самостоятельность - способность принимать решения, начинать и доводить до конца действия, не ожидая указаний и помощи тренера или других спортсменов, проявляя при этом изобретательность и творчество.

6. Смелость - способность активно действовать для достижения цели в опасных и трудных ситуациях, сознавая возможность тяжелых для себя последствий, например, возможность получить травму.

7. Настойчивость - способность не останавливаться на пути к достижению цели, несмотря на временные неудачи или трудности, стремление, во что бы то ни стало выйти победителем в борьбе с этими трудностями.

8. Решительность - способность быстро принимать наиболее правильные в данных условиях решения и активно проводить их в жизнь.

9. Самообладание - способность не теряться в трудных или неожиданных обстоятельствах, управлять своими действиями, проявляя при этом рассудительность и сдерживая отрицательные эмоции.

10. Стойкость - способность выдерживать в процессе спортивной борьбы большие трудности, продолжать борьбу в состоянии сильного утомления или даже получив травму, проявляя при этом большую силу воли.⁹

Адаптированность в спорте — это уровень фактического приспособления спортсмена или специалиста физической культуры и спорта к особенностям деятельности, его профессиональный (спортивный) статус и спортивное (профессиональное) самоощущение: удовлетворенность собой и собственной жизнедеятельностью.¹⁰

В данной главе были изучены проблемы адаптированности первокурсников спортивного колледжа, в какую среду должен войти обучающийся, с какими

⁹ Акимова, Л.Н. Психология спорта. Курс лекций / Л.Н. Акимова. - Одесса : Негоциант, 2004. - 230 с.

¹⁰ Майнберг Э. Основные проблемы педагогики спорта / Пер. с нем. — М., 1995.

основными социально-психологическими проблемами сталкиваются первокурсники, какими личностными особенностями характеризуются студенты-спортсмены, и какие нарушения могут возникать после физических перегрузок.

Были использованы материалы таких авторов как: Ильин Е.П., Акимова Л.Н., и Майнберг Э.

Выводы по Главе 1.

Проведенный анализ литературы по социально-психологической адаптированности позволил сделать выводы:

1. Что социально-психологическая адаптированность - это такое состояние взаимоотношений личности и группы, когда личность без длительных внешних и внутренних конфликтов продуктивно выполняет свою ведущую деятельность, удовлетворяет свои основные потребности, в полной мере идёт навстречу тем ролевым ожиданиям, которые предъявляет к ней эталонная группа, переживает состояния самоутверждения и свободного выражения своих творческих способностей.
2. Выделяются 2 вида социально-психологической адаптированности первокурсника-спортсмена:
 - к социальной среде;
 - личностная адаптированность.
3. Обучающиеся спортивного колледжа склонны к высоким нагрузкам, к длительным тренировкам, что может сопровождаться такими проблемами как:
 - нарушение сна;
 - вспыльчивость;
 - раздражительность;
 - снижение эмоционального состояния;
 - головные боли;
 - физическое переутомление.

4. Одним из самых важных процессов для спортсмена является мотивация спортивной деятельности. Данный блок образует потребности, мотивы и цели спортивной деятельности.
5. Ведущими личностными качествами обучающегося в спортивном колледже являются: смелость, упорство, целеустремленность, решительность, стойкость, на них возлагаются большие надежды и к ним предъявляют завышенные требования.
6. Ведущими видами деятельности в учебной и социальной среде являются сборы и соревнования.

Глава 2. Эмпирическое исследование социально-психологической адаптированности первокурсников спортивного колледжа.

2.1. Анализ социально-психологической адаптированности первокурсников к социальной среде.

Социальная среда — совокупность экономических, социальных, материальных, политических и духовных условий существования, формирования и деятельности индивидов и социальных групп.

Среда, в которой находится первокурсник оказывает на его личность влияние, на формирование и развитие и сама может изменяться под влиянием его деятельности.

У первокурсников спортивного колледжа выявлены 2 основные среды:

1. Спортивная среда (сборы, соревнования)
2. Учебная (общее и специальное образование)

Рассмотрим эти среды подробнее:

В спортивную среду первокурсников-спортсменов входят сборы, соревнования и тренировки, которые влияют на их социальную среду, воспитывают такие качества как ответственность, дисциплинированность, коммуникативность, они существуют на новом месте, взаимодействуют друг с другом и другими участниками процесса. Сборы обычно проходят в другом городе, или даже стране, возможны длительные поездки, около 1-1,5 месяцев.

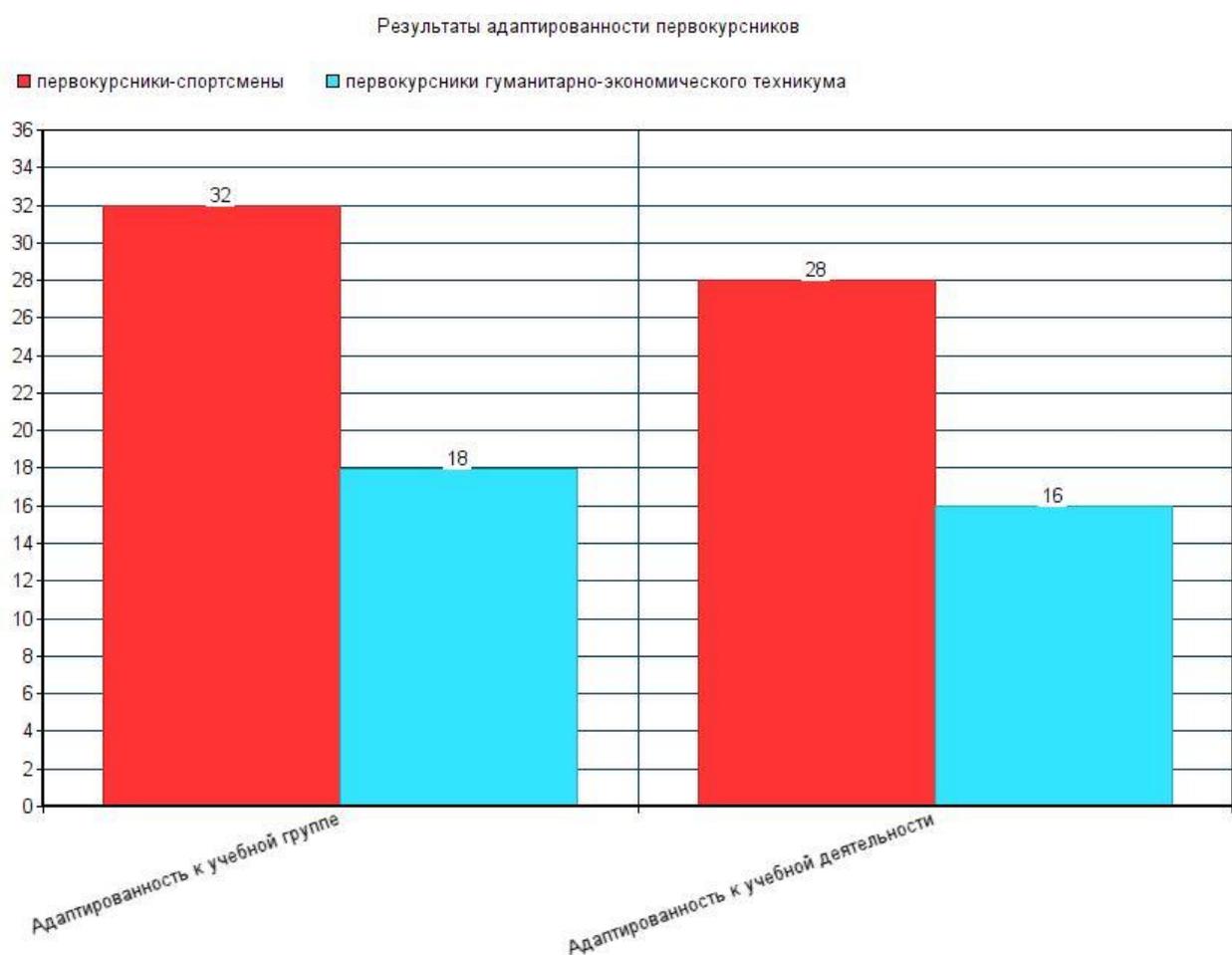
Кроме профессиональных навыков у них происходит обмен опытом между спортсменами и тренером, повышение уровня мастерства и подготовки, коммуникативный и культурный обмен.

В учебную среду первокурсников-спортсменов входят как общеобразовательные предметы (математика, русский, литература, история и право, информатика) так и специальные (теоретическая методика физической культуры и спорта, основы спортивной тренировки, ЛФК и массаж, анатомия и физиология).

Нагрузка образовательного процесса строится в основном на специальных предметах, но и общеобразовательным уделяется большое внимание. Таким образом первокурсники спортивного колледжа в полной мере ощущают давление как спортивной, так и учебной среды.

В связи с большими нагрузками первокурсников-спортсменов были проведены исследования сравнения 2-х групп студентов по методике «Адаптированность», автор Дубовицкая Т.Д.: учебная группа спортивного колледжа (23 человека), учебная группа гуманитарно-экономического техникума (21 человек).

Результаты адаптированности первокурсников Красноярского колледжа Олимпийского резерва и Красноярского гуманитарно-экономического техникума (Рис. 1):



На представленной диаграмме видно, что высокие показатели по шкале адаптированности к учебной группе свидетельствуют о том, что студенты спортивного колледжа чувствует себя в группе комфортно, легко находит общий язык с однокурсниками, следуют принятым в группе нормам и правилам. При необходимости могут обратиться к однокурсникам за помощью, способны проявить активность и взять инициативу в группе на себя.

Высокие показатели по шкале адаптированности к учебной деятельности свидетельствуют о том, что они легче осваивают учебные предметы, чаще всего успешно и в срок выполняют учебные задания; при необходимости могут обратиться за помощью к преподавателю, свободно выражают свои мысли, могут проявить свою индивидуальность и способности на занятиях.

Низкие показатели по шкале адаптированности к учебной деятельности первокурсников гуманитарно-экономического техникума говорят о том, что многие студенты с трудом осваивают учебные предметы и выполняют учебные задания; им трудно выступать на занятиях, выражать свои мысли. При необходимости они не могут задать вопрос преподавателю. По многим изучаемым предметам они нуждаются в дополнительных консультациях, не могут проявить свою индивидуальность и способности на учебных занятиях.

Низкие показатели по шкале адаптированности к учебной группе свидетельствуют об испытываемых студентами трудностях в общении с однокурсниками. Студенты держатся в стороне, проявляют сдержанность в отношениях. Им трудно найти общий язык с однокурсниками, они не разделяют принятые в группе нормы и правила, не встречают понимания и принятия своих взглядов со стороны однокурсников, не могут обратиться к ним за помощью.

Результаты исследования адаптированности разных групп студентов говорят о том, что на обучающихся спортивного колледжа изначально лежит огромная ответственность, стимул в обучении и построении профессионального становления им дают занятия спортом, успехи в соревнованиях, в коммуникативном плане их совершенствуют постоянные поездки на сборы и взаимодействие с тренером, командой, и на них лежит важная миссия с раннего возраста, быть лучшим и уметь побеждать, обходить соперника, и преодолевать регулярные физические нагрузки.

2.2. Изучение личностных особенностей социально-психологической адаптированности первокурсников.

Формирование личности происходит на протяжении всей жизни человека, но именно в период получения среднего-профессионального образования формируются и закладываются основы личностных и профессиональных качеств будущего специалиста.

Отмечается, что в профессиональном образовании содержится огромный потенциал для раскрытия резервов личности, ее способностей.

При поступлении в учебное заведение обучающийся попадает в новую для него среду, для адаптации в которой требуется мобилизация познавательных, регуляционных, и творческих способностей в соответствии с осваиваемой деятельностью. Для того чтобы успешно включиться в указанную деятельность, учащемуся необходимо обозначить позитивные линии взаимодействия с разными субъектами образовательного процесса.

Проводимые исследования на примере Красноярского гуманитарно-экономического техникума показали, что при поступлении в учебное заведение большая часть учащихся имеют безразличное или отрицательное отношение к учебной деятельности.

Причины:

- низкое качество знаний по предметам;
- слабая самоорганизация учебной деятельности;
- отрицательные установки к самому процессу обучения;
- несформированность общеучебных умений и навыков;

- слабое развитие интеллектуальных умений.

Это то отношение, которое сформировала школа и которое является стартовым в начале профессионального обучения.

Анализируя психологические особенности абитуриентов, поступающих в средне-профессиональное учебное заведение, можно обратить внимание на ряд противоречий:

1. Между уровнем развития научного знания, объективными критериями профессионализма и индивидуально-психологическими особенностями учащихся;
2. Между потребностью в получении образования и низкой потребностью в достижениях, безразличным отношением к обучению;
3. Между требованиями госстандарта индивидуальными особенностями познавательной сферы, личностными особенностями и особенностями психосоматического здоровья участников образовательного процесса

Анализ результатов исследования сравнения обучающихся спортивного и гуманитарно-экономического колледжа.

Изучение проводилось с привлечением методов, ученых Кэттелла, Айзенка, Шмишека

Таблица 1.

Результаты сравнения средних значений показателей, характеризующих личность спортсменов и не занимающихся спортом, по общим группам по методике Кэттелла:

Исследуемый показатель	Спортсмены (Общая группа) (Среднее и ст. откл.)	Не спортсмены (Общая группа) (Среднее и ст. откл.)
Напряженность	11,651±5,035	13,205±5,122
Самоконтроль	11,968±3,194	10,384±3,178
Самостоятельность	7,524±3,567	8,540±3,817
Психологическая гибкость	12,203±3,407	12,384±3,247
Чувство вины	9,852±4,373	10,751±5,008
Проницательность	9,579±2,863	9,333±3,234
Мечтательность	10,453±3,263	11,776±3,665
Подозрительность	9,987±3,257	11,009±3,500
Чувствительность	10,762±3,314	11,202±3,842
Смелость	14,615±4,427	15,433±4,995
Совестливость	12,082±3,498	10,454±3,410
Беспечность	15,261±4,129	15,699±5,076
Доминантность	14,036±3,530	14,671±3,885
Эмоциональная устойчивость	16,133±3,810	15,104±4,076
Интеллект	7,421±2,326	7,433±2,516

Как видно в Таблице 1. общая группа спортсменов характеризуется более высокими, относительно не занимающихся спортом значениями показателей: эмоциональной устойчивостью, совестливости, самоконтроля.

Общая группа не занимающихся спортом характеризуется более высокими относительно спортсменов значениями показателей: подозрительности, мечтательности, чувства вины, самостоятельности, напряженности, изменчивости настроения, возбудимости, экзальтированности.

Таблица 2.

Результаты сравнения средних значений показателей, характеризующих личность спортсменов и не занимающихся спортом, по общим группам по методике Айзенка:

Ложь	$3,679 \pm 1,743$	$3,541 \pm 1,937$
Темперамент	$3,314 \pm 0,898$	$3,143 \pm 0,968$
Нейротизм	$11,100 \pm 4,679$	$11,917 \pm 5,068$
Интроверсия	$15,134 \pm 3,641$	$14,575 \pm 3,853$

Как видно в Таблице 2. спортсмены менее чем не спортсмены, склонны к перепадам настроения, резким, неадекватным поведенческим реакциям. Характер у спортсменов в большинстве случаев формируется в направлении общительности, выдержанности, общей устойчивости.

У спортсменов выше, чем у не занимающихся спортом, значение показателя лжи по Айзенку. Данное можно объяснить стремлением спортсменов вести четко налаженную и социально желаемую жизнь.

Таблица 3.

Результаты сравнения средних значений показателей, характеризующих личность спортсменов и не занимающихся спортом, по общим группам по методике Шмишека:

Экзальтированность	16,054±5,451	17,397±5,480
Пессимизм	7,481±3,988	7,109±4,525
Возбудимость	12,206±5,044	13,623±5,203
Демонстративность	12,987±4,229	13,657±4,664
Изменчивость настроения	14,152±5,721	16,212±5,891
Тревожность	9,715±5,558	10,417±5,483
Педантичность	11,326±4,010	11,301±4,659
Сверхчувствительн ость	13,326±4,467	13,623±5,033
Злопамятность	13,754±3,010	13,671±3,220
Оптимизм	17,734±4,930	16,869±5,203

Как видно в Таблице 3. общая группа спортсменов и не занимающихся спортом имеет близкие значения показателей: эмоциональности, интеллекта, доминантности, беспечности, смелости, чувствительности, проницательности, психологической гибкости, лжи, оптимизма, злопамятности, педантичности, тревожности, сверхчувствительности.

Спортсмены являются более практичными, эмоционально устойчивыми людьми, обладают хорошим самоконтролем.

Выводы по Главе 2.

1. На первом этапе эмпирического исследования была изучена социальная среда первокурсников в спортивном колледже, основной деятельностью которой являются: профессиональные сборы, тренировки и соревнования.

2. Были проведены исследования 2 групп студентов по методике «Адаптированность», автор Дубовицкая Т.Д. из которых мы узнали, что первокурсники спортивного колледжа имеют высокие показатели как по шкале «Адаптированность к учебной группе», так и «Адаптированность к учебной деятельности» относительно группы первокурсников гуманитарно-экономического техникума.

3. Результаты исследования адаптированности разных групп студентов говорят о том, что на обучающихся спортивного колледжа изначально лежит огромная ответственность, стимул в обучении и построении профессионального становления им дают занятия спортом, успехи в соревнованиях, в коммуникативном плане их совершенствуют постоянные поездки на сборы и взаимодействие с тренером, командой, и на них лежит важная миссия с раннего возраста, быть лучшим и уметь побеждать, обходить соперника, и регулярные физические нагрузки.

4. На втором этапе эмпирического исследования были изучены личностные особенности первокурсников спортивного колледжа и гуманитарно-экономического техникума. Изучение проводилось с привлечением методов ученых Кэттелла, Айзенка, Шмишека. Результаты были сгруппированы в 3 таблицы и показали, что:

– общая группа спортсменов характеризуется более высокими, относительно не занимающихся спортом значениями показателей: эмоциональной устойчивости, совестливости, самоконтроля.

– спортсмены менее чем не спортсмены, склонны к перепадам настроения, резким, неадекватным поведенческим реакциям. Характер у спортсменов в большинстве случаев формируется в направлении общительности, выдержанности, общей устойчивости.

– спортсмены являются более практичными, эмоционально устойчивыми людьми, обладают хорошим самоконтролем.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Результаты исследования позволяют реально оценить сложившуюся социально-психологическую ситуацию в студенческом коллективе.

Адаптированность обучающихся имеет крайне важную и большую значимость, поскольку лишь по завершению адаптации мы можем увидеть итоговый результат. Посмотреть проблемы, с которыми столкнулись студенты, как успешно они прошли адаптационный период, какие трудности вывели их из равновесия образовательного процесса, какие факторы повлияли на их дезадаптированность. Построение качественных отношений в учебном коллективе способствует дальнейшему профессиональному становлению, повышает уровень доверия, эмпатии, поддержки, что сильно может способствовать дальнейшим свершениям в карьере.

Для студентов спортивного колледжа крайне важно быть адаптированными в коллектив, в социальную среду, поскольку они проходят множество этапов становления, к ним предъявляют завышенные требования и ожидания, очень важно сохранять устойчивое эмоциональное состояние находясь на сборах и соревнованиях. Проявлять себя с наилучшей стороны во взаимодействии с тренером и соперниками.

Процесс социальной адаптированности личности в условиях студенческой среды может осуществляться более эффективно, если:

1. в процессе гармонизации отношений и педагогической поддержки учитывается специфика студенческой среды и особенности многоуровневой системы обучения, достигается ее ориентация на личностно-ориентированный подход в образовании;

2. четко определяются субъекты личностно-средового взаимодействия в процессе социальной адаптации, их функции и задачи;

3. в данном процессе обеспечивается интеграция социально-педагогических действий управленческих структур учебного заведения, студенческого сообщества и других социально – значимых подразделений.

Из числа множественных условий, отрицательно оказывающих влияние на духовную сферу молодого поколения, особенно выделяются:

1. несоблюдение национальных и культурных традиций и отторжение индивида от общества;

2. низкая потребность в профессионализме и получаемых знаниях;

3. снизившийся уровень образования и интеллектуальной деятельности в обществе;

4. разрушение прежних идеалов, социальная апатия;

5. низкий уровень нравственности взрослого поколения и молодых людей;

6. изменение ценностных ориентаций в сторону ограниченных духовных запросов, устремлений к стяжательству и многое другое.

– Помочь разрешить психологические трудности и проблемы в этом социальном пространстве.

– Способствовать гармонизации отношений внутри студенческого общества и его внешним контактам.

– Формировать этику отношений, с которой начинается включенность в социальные связи в любом новом окружении.

В исследовании видно, что первокурсники в спортивном колледже легче проходят трудности с адаптацией как в социальной среде, учебной деятельности, так и в окружении. Есть существенные проблемы с физическими нагрузками, но спортсменов изначально готовят к высоким результатам и возлагают на них

большую ответственность, к которой они привыкают на протяжении всей своей спортивной карьеры.

В то время как первокурсники приходящие из среды школы в среду средне-профессионального образования сталкиваются с проблемами, которые способствуют их дезадаптации.

Без разрешения этих и других проблем невозможно обеспечить престиж студенческой молодежи в духовном и интеллектуальном развитии. На это и должна быть направлена деятельность всех механизмов социальной адаптированности.

СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Абрамова, Г.С. Практическая психология: Учеб. Для студ, вузов / Г.С. Абрамова. – 4-е изд., перераб. и доп. – Екатеринбург: Деловая книга, 1999. – 512 с.
2. Абаскалова Н. П. Системный подход в формировании здорового образа жизни субъектов образовательного процесса (школа–вуз): дис. ... д-ра пед. наук. Новосибирск, 2001. 367 с. 2.
3. Безруких М. М., Сонькин В. Д., Фабер Д. А. Возрастная физиология (физиология развития ребёнка): учеб. пособие для студ. вузов. 4-е изд., стер. М.: Академия, 2009. 416 с. 52 Учёные записки ЗабГУ. 2014. № 5 (58) 3.
4. Багадирова С.К. Этапы профессионализации личности в спорте: материалы междунар. науч. конф. «Физкультура и образование, спорт, биомеханика, безопасность жизнедеятельности». Майкоп, 2010. С. 20-25.
5. Божович Л.И. Проблема формирования личности. Избр. психол. тр. / Под ред. Д.И. Фельдштейна. - М.: Междунар. пед. акад, 1995. - 209 с.
6. Богданова Д.Я. Личностные особенности спортсмена. Избранные лекции. / Гос. ин-т физич. культ. им. П.Ф.Лесгафта. Л., 1974. - 58 с.
7. Гордон С.М., Ильин А.Б. Оценка личности спортсменов разной специализации и квалификации (на примере циклических, игровых видов и спортивных единоборств) // Теория и практика физ. культуры. 2003, №2, с. 24-39.
8. Гончаров В. Д. Человек в мире спорта. / В. Д. Гончаров. - М., 1978.

9. Гиссен Л.Д. Опыт психологического исследования личности спортсмена / Сборник: Вопросы спортивной психогигиены. - М., 1973. Вып. 2, с. 15-22.
10. Горбунов Г.Д. Психопедагогика спорта. — М., 1986.
11. Енин, В.И. Развитие психических свойств личности подростков в процессе занятий спортом: автореф. дисс. ... канд. психол. наук / В.И. Енин ; Ленинградский гос. ин-т физ. культуры им. П.Ф. Лесгафта. — Л., 1986. — 16 с.
12. Зобков, В.А. Мотивация и самооценка подростка как факторы готовности к соревновательной деятельности: автореф. дисс. ... канд. психол. наук / В.А. Зобков ; Московский гос. ун-т. - М., 1982. - 20 с.
13. Жилин, СВ. Особенности Я-концепции личности спортсменов: дисс. ... канд. психол. наук: 13.00.04 : защищена 27.02.03 / Жилин Сергей Викторович ; Санкт-Петербургская гос. акад. физ. культуры им. П.Ф. Лесгафта. — СПб., 2003.-28-31,79-85, 134-135 с.
14. Ильин А.Б. Использование физических упражнений для коррекции психического состояния и личности человека // Здоровье, обучение, воспитание детей и молодежи в 21 веке: Материалы Международного конгресса (Москва, 12-14 мая 2004). - М.: НЦЗД РАМН, 2004, с. 437-439.
15. Ильин Е.П. Психология физического воспитания. — М., 1987.
16. Иванов, И.Б. Психологическое консультирование как средство помощи спортсменам, завершающим и завершившим спортивную карьеру: автореф. ... дис. канд. психол. наук / И.Б. Иванов. - М., 2009. - 22 с.
17. Каверина В.А., Нестерков В.В. О комплексе качеств личности спортсменов высокой квалификации /Тезисы 8-й Всесоюзной конференции по психологии спорта. 21-25 сент. 1976 г., Ереван. М., 1976, с. 81-82.
18. Киселёв, Ю.Я. Методика оценки мотивации в системе психологического обеспечения подготовки спортсменов. / Ю.Я. Киселёв,

Ю.Д. Куликов // Прикладные вопросы спортивной психологии: сб. ст. / под ред. А.Д. Ганюш-кина ; Смоленский гос. ин-т физ. культуры. - Смоленск, 1989. - С. 68.

19. Лоу Б. Красота спорта \ Под общ ред. В.И. Столярова. М. : Педагогика 1984 г.

20. Лозовая, Г.В. Особенности взаимосвязей самооценки и спортивной карьеры у юных спортсменов / Г.В. Лозовая // Психологические основы педагогической деятельности: материалы 29-й научной конференции / Санкт-Петербургская гос. акад. физ. культуры им. П.Ф. Лесгафта. - СПб., 2002. - С. 54-57.

21. Маркс К. и Энгельс Ф. О воспитании и образовании, в 2-х т. / К. Маркс и Ф. Энгельс. - М., 1978.

22. Медведев В.В. Психологические особенности личности спортсменов: Лекции для студентов ин-тов физ. культ. -М.: РГАФК, 1993. - 48 с.

23. Матвеев Л. П. Теория и методика физической культуры: Учебник для ин-тов физ. культуры. — М., 1991.

24. Найдиффер Р.М. Психология соревнующегося спортсмена / Пер/ с англ., предисловие А.В. Родионова. - М.: ФиС, 1979. - 224 с.

25. Олефир В.А. Личностные особенности спортсменов разных специализаций // Актуальные проблемы.

26. Оя С.М., Лакс Л.Х. Исследование свойств личности спортсменов разной спортивной специализации. // Проблемы тренировки: Тезисы X региональной науч.-метод. и практ. конф. республик Советской Прибалтики и Белорусской ССР. Вильнюс, 1984, с. 1-38.

27. Паршиков А.Т. Спортивная школа как социально-педагогическая система Советский спорт М 2003 г.

28. Поливанова, К.Н. Психологический анализ кризисов возрастного развития [Электронный ресурс] / К.Н. Поливанова. - Режим доступа: <http://www.voppsy.ru/issues/1994/941/941061.htm>
29. Реан, А.А. Практическая психодиагностика' личности [учеб. пособие] / А.А. Реан ; Санкт-Петербургский гос. ун-т.- СПб., 2001. - 12-15 с.
30. Столяров В.И. Методологические принципы определения понятий в процессе научного исследования физической культуры и спорта. - М. ГЦОЛИФК - 99с. 1984.
31. Столяров В.И. Олимпийское образование и спартианская система воспитания \ \ Спорт, духовные ценности, культура. Вып шестой: Сб. - М.: Гуманитарный Центр "СпАрт" РГАФК. - С. 71-233 1998 г.
32. Столяров В.И. Теоретическая концепция спортивно-гуманистического воспитания детей и молодежи \ \ Гуманистическая теория и практика спорта. Выпуск третий: Сб. С.С Москва-Сургут: МГИУ. - С. 21-79 2000 г.
33. Стамбулова, Н.Б. Кризисы спортивной карьеры / Н.Б. Стамбулова // Теория и практика физической культуры. - 1997. - № 10, - С. 13-17.
34. Сараф М.Я., Столяров В.И. Введение в эстетику спорта. - М.: ФиС 1984 г 103 с.
35. Столяров В.И. "Неклассическая (гуманистическая) теория, программа и модель детско-юношеского спорта \ \ Спорт, духовные ценности, культура Вып. Седьмой: Сб. - М: Гуманитарный Центр "СпАрт" РГАФК. - С. 17-130 1998 г.
36. Стамбулова, Н.Б. Психология спортивной карьеры: [учеб. пособие] / Н.Б. Стамбулова. - СПб.: Цент карьеры, 1999. - 368 с.
37. Сенатрова, О.Ю. Психолого-педагогические условия социальной адаптации спортсменов, завершающих спортивную карьеру: автореф. ... дис. канд. пед. наук / О.Ю. Сенаторова. - М., 2006. - 23 с.

38. Туманян Г. С. Спортивная борьба: отбор и планирование. — М., 1984. Харре Д. Учение о тренировке / Пер. с нем. — М., 1971.
39. Турецкий Б.В. О влиянии спортивной деятельности на некоторые черты личности. // Тезисы 8 Всесоюзной конф. по психологии спорта. Ереван 21-25 сент. 1976 г. М., 1976, с. 128-129.
40. Чикова О.М. Психологические особенности спортивной деятельности и личности спортсмена / Академия физического воспитания и спорта республики Беларусь. -Минск: ИПП Госэкономплана РБ, 1993, с. 62-69.
41. Чернов Ю.И. Связь успешности спортивной деятельности с некоторыми индивидуально - психологическими особенностями личности спортсменов: (На модели пулевой стрельбы из пистолета). Автореф. канд. дис. М., 1979. -21 с.
42. Феськов А.А. Особенности формирования и развития интеллекта и личности в процессе спортивной деятельности: Автореф. канд. дис. Минск., 1980. -18 с.
43. Cooley, C.H. Human nature and the social order / C.H. Cooley. - New-York, 1964.-480 p.
44. Duval, S. A teory of objective self-awerenes / S. Duval, R.A. Wicklund. -New-York, 1972.-314 p.
45. Maslow, A.H. Toward a psychology of Being / A.H. Maslow - 2-nd ed. -New-York: Van Nostrand, 1968. - 160 p.
46. Nisbett, R.E., Wilson T.D. Telling more than we can know: Verbal reports on mental processes / R.E. Nisbett, T.D. Wilson // Psychological rewire. - 1977. - № 5-P. 84.
47. Rogers, C.R. A theory of therapy, personality and interpersonal relations, as developed in the client - centered framework / C.R. Rogers // Psychology: a study of a science / ed. S. Koch. - New-York: McGraw-Hill, 1959. - P. 184-256.

48. Rogers, C.R. Persons or science? A philosophical question / C.R. Rogers // American Psychology. - 1968. -№ 10- P. 267-278.
49. Rosenberg, M. Society and the adolescent self-image / M. Rosenberg. -Princeton, 1965.-389 p.
50. Psychology of sport: Issues and insights / Ed. with text by A. Craig Fisher. - Palx Alto (Calif.): Meylfield, 1976. - 132 p.

Приложение 2. Опросник для первокурсников-спортсменов после поездок на сборы. (Личного авторства).

1. Как часто будут проходить ваши сборы?
2. В каких городах и странах вы уже успели побывать?
3. Какие личностные качества наиболее раскрываются в момент пребывания в коллективе сборной команды?
4. Сколько тренировок в день вы проводите, когда уезжаете на сборы?
5. Какие ощущения вас сопровождают, когда вы участвуете в соревновательной деятельности?
6. Какие задачи перед вами ставят, когда вы начинаете участвовать в сборах?
7. Каким образом сборы формируют вашу личность?
8. Что вам больше всего нравится в поездках на сборы?
9. Как складываются ваши отношения с тренером?
10. Как складываются ваши отношения в коллективе сборной команды?

Приложение 3. Анкета первокурсника. (автор Демидова Т.П.)

1. Почему вы выбрали это учебное заведение?

А) по настоянию родителей

Б) по совету друзей

В) узнавал, что здесь хорошая образовательная база

Г) здесь есть профессия, которую я хочу освоить

2. Какие требования предъявляет выбранная профессия к вам?

А) самосовершенствоваться

Б) уметь общаться с людьми

В) иметь богатый запас знаний

Г) уметь руководить людьми

Д) вести здоровый образ жизни

3. Что нужно, чтобы успешно учиться в колледже?

А) постоянно готовиться к занятиям

Б) не пропускать занятия

В) заниматься общественной работой

Г) много читать и заниматься самообразованием

4. На что вы ориентировались, выбирая профессию?

А) принести пользу обществу

Б) престижность профессии

В) профессия хорошо оплачивается

5. Ваше решение о выборе профессии окончательно?

А) да

Б) нет