

СОЦИАЛИЗАЦИЯ ЛИЧНОСТИ СТУДЕНТОК В ПРОЦЕССЕ ЗАНЯТИЙ ШЕЙПИНГОМ

Л.А. Романова

Южно-Уральский государственный университет, г. Челябинск, Россия

kickbox@mail.ru

Известно, что в повседневной жизни человек выступает как субъект социума с привитыми ему убеждениями, привычками, идеями, мировоззренческими принципами, моралью, нравственностью, законами общества которые формировались в процессе жизнедеятельности. Человек находится под психофизическими воздействиями среды, которая формирует биосоциальную личность. Любая внешняя среда оказывает на человека определенное социально-педагогическое воздействие, способствуя формированию, воспитанию и закреплению различных качеств и свойств личности. Физкультурно-спортивная активность в структуре социализации образа жизни студенческой молодежи выступает как фактор всестороннего и гармонического развития. Между биологическими особенностями и социальной средой необходим определённый баланс, а человек вынужден адаптироваться в обоих направлениях [Н.А. Фомин, 2003; Л.И. Лубышева; Л.А. Романова и др.].

Духовно-нравственное становление молодежи, подготовка их к самостоятельной жизни есть важнейшая составляющая развития общества, государства. Выражением государственной политики в области воспитания стали сформулированные в Законе Российской Федерации «Об образовании» принципы гуманистического характера образования. Определение конкретных целей и задач воспитания, моделирование воспитательного пространства в целях обеспечения самоопределения личности, создание условий для ее самореализации.

Социализация понимается как процесс усвоения социальных норм и ролей, в результате которых формируется социальная зрелость и способность эффективно участвовать в жизни общественных групп и самого общества. Усвоенные социальные роли, нормы, стереотипы, привычные и ожидаемые реакции составляют более или менее устойчивые нормы поведения человека [В.У. Агеевец, В.М. Выдрин].

Социализирующая роль физической культуры и спорта выражается в том, что она оказывают глубокое и многостороннее воздействие на различные стороны человека, развивая его физически и духовно. Таким образом, социализация личности в этой области направлена на то, чтобы каждый имел возможность реализовать себя в общественно полезной организаторской, педагогической, научной деятельности. Процесс социализации осуществляется через различные звенья системы физического воспитания, которые осуществляют духовное, физическое, профессиональное и социальное формирование индивида. Спортивная деятельность позволяет людям вступать в такие отношения содружества и взаимного подчинения, которые дисциплинируют, организуют и обязывают их к выполнению определенных правил. В процессе социализации развиваются творческие стороны личности.

Специалисты физического воспитания Л.И. Лубышева; А.В. Еганов, Л.А. Романова, В.С. Быков; Н.А. Фомин и др. утверждают, что занятия физической культурой и спортом способствует формированию у человека самоуважения, уверенности в себе, терпимости, социальной адаптации, позитивных личностных склонностей, умений сотрудничать и строить доброжелательное отношение к людям. Всё это говорит о том, что происходит процесс социализация личности. Процесс социализации охватывает весь жизненный путь человека в обществе. В то же время человек должен уметь противостоять в жизненных неудачах, препятствующих самореализации и саморазвитию.

Социализирующая роль шейпинга в системе физического воспитания студенческой молодежи как и вообще спортивная деятельность многообразна. Одной из многих функ-

ций занятие шейпингом как системы физических упражнений является социализирующая, как формы взаимодействия личности со средой существования, привлекательности в глазах окружающих, приобретению уверенности в своих силах, в общении с окружающими людьми. Занятия шейпингом способствуют социальной адаптации.

Социализирующая роль проявляется через её интегративные функции коллектива, самой специфики двигательной деятельности, требующей совместных действий, приводящих к образованию разнообразных общественных связей. Социальная личности происходит в процессе общения в группе занимающихся и с окружающими людьми и обеспечивается системой целенаправленных воздействий на личность, в которых усваиваются нормы поведения, ценностные ориентации в сфере общественно полезной деятельности и в нравственных основаниях бытия. Социализация обеспечивается системой целенаправленных педагогических воздействий на выбор способов адаптации к социуму, в процессе которых человек чувствует себя более свободно и раскрепощено, считает себя самодостаточной личностью.

На социализацию и адаптацию в обществе могут влиять и другие личностные качества человека. К ним следует отнести коммуникабельность, самостоятельность принятия решений, отношения с окружающими людьми, уверенность, замкнутость, неприятности, конфликтность и др. [Л.А. Романова].

Феномен социализации учащейся молодёжи может быть реализован в трех направлениях:

1. формирование социально значимых свойств и качеств личности, потребности в совершенствовании и оптимальной социальной адаптации;
2. определение и обеспечение перспектив развития личности в динамичной социальной среде, приобретение и реализация способности к оптимальному выполнению основных социальных функций в меняющихся условиях;
3. воспитание и самовоспитание социального контроля и ответственности в действиях по отношению к обществу [П.А. Виноградов с соавт., 1996].

Теоретический анализ по проблеме возможности социализации студенток, занимающихся шейпингом позволил поставить цель исследования – изучить влияние занятий шейпингом на процесс социализации студенток. При этом нами высказано предположение о том, что занятия шейпингом, будут способствовать повышению социализации студенток.

Исследование проводилось на базе ГОУ ВПО Южно-Уральского государственного университета с участием 184 студенток, занимающихся шейпингом. Для оценки социализирующей роли шейпинга нами разработана специальная анкета. Она состоит из двух частей: демографической и основной. В основную часть анкеты включены 16 вопросов. Применялся прямой тип вопросов, нацеленных непосредственно на решение задач изучения социализирующей роли шейпинга. Перед заполнением анкеты студентки были ознакомлены с инструкцией её заполнения: сравнивая себя с окружающими людьми, оцените уровень своего взаимоотношения в наибольшей мере характерных для Вас в последнее время, зачеркнув на десятибалльной шкале соответствующую цифру. В результате оцениваются семь характеристик личности: коммуникабельность, самостоятельность принятия решений, отношения с окружающими людьми, уверенность, замкнутость, неприятности, конфликтность, – средняя сумма ответов оценивает уровень социализации студенток [Л.А. Романова, 2010].

Проведенный опрос позволил выявить численные значения уровня социализации студенток, позволяющий проводить математические расчеты. Эта анкета студентками заполнялась три раза в год.

Социализирующая роль занятий шейпингом представлена на рис. 1.

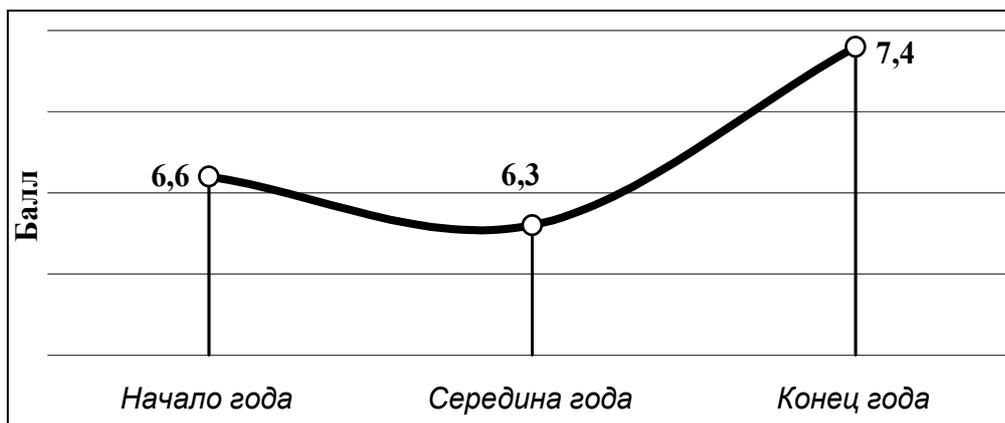


Рис. 1 Динамика показателя социализации студенток, занимающихся шейпингом в годичном цикле подготовки

Исходный уровень показателя в группе уровень социализации студенток, занимающихся шейпингом, на начало года составлял $6,6 \pm 0,51$ баллов. К середине года – имел тенденцию к снижению по отношению к исходному уровню до $6,3 \pm 0,80$ баллов. К концу года при положительной динамике показатель вырос по отношению к исходному до $7,4 \pm 0,39$ баллов и оказался достоверным ($t=3,22$; при $P<0,01$).

Кроме того, наблюдались статистически достоверные приросты показателей, характеризующих положительное изменение пропорций тела, физической и функциональной подготовленности. В группе студенток, занимающихся шейпингом в годичном цикле подготовки отмечалось снижение личностной тревоги и повышение психического состояния активности, самочувствия и настроения.

Таким образом, с решением основных задач в процессе занятий шейпингом формирование телосложения оказывается параллельно воздействию на социализацию личности студенток, на снижение личностной тревоги и психического состояния, заключающегося в повышении активности, самочувствия и настроения занимающихся. Эти изменения подтверждает положение, что человек как личность формируется в процессе взаимодействия с другими людьми через общение и совместную активную деятельность. Следовательно, занятия шейпингом выступает фактором повышения социализация личности студенток.

Литература

1. Агеев, В.У. Влияние спорта на воспитание интеллектуальных, нравственных качеств и социальной активности личности / В.У. Агеев, В.М. Выдрин. // Спорт в современном обществе. Под ред. В.М. Выдрин. – М. : Физкультура и спорт, 1980. – С. 110–123.
2. Виноградов, П.А. Основы физической культуры : учебное пособие. / П.А.Виноградов, А.П. Душанин, В.Н. Жолжак. – Челябинск : УралГАФК, 1996. – 277 с.
3. Еганов, А.В. Влияние занятий популярными оздоровительными системами на социальную адаптацию студенток / А.В. Еганов, Л.А. Романова, В.С. Быков // Личность в физической культуре – физическая культура личности : материалы Всерос. науч.-практ. конф. ; ИФКиС. – Оренбург, 2006. – С. 225–229.
4. Концепция развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2005 года. Одобрена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 октября 2002 г. № 1507-р.
5. Лубышева, Л.И. Социология физической культуры и спорта / Л.И. Лубышева : учеб. пособие. – 2-е изд., стереотип. – М. : Издательский центр «Академия», 2004. – 240 с.
6. Романова, Л.А. Коррекция телосложения студенток, занимающихся шейпингом / Л.А. Романова : монография. – Челябинск : ЮУрГУ, 2010. – 157 с.
7. Фомин, Н.А. Адаптация: общебиологические и психофизиологические основы / Н.А. Фомин. – М. : Изд-во Теория и практика физической культуры, 2003. – 383 с.