

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ АДАПТАЦИЯ УЧАЩИХСЯ СРЕДНЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Ромуальдас МАЛИНАУСКАС

*Литовская академия физической культуры
(Каунас, Литва)*

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНА АДАПТАЦІЯ УЧНІВ СЕРЕДНЬОГО ШКІЛЬНОГО ВІ-
КУ НА УРОКАХ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ Ромуальдас МАЛИНАУСКАС (*Литовська академія фізич-
ної культури, Каунас, Литва*)

Анотація. У статті ставиться питання: який рівень соціально-психологічної адаптованості на уро-
ках фізичної культури притаманний учням середніх класів. Досліджували 232 учні (вибірка учнів 12-
класів – 112 осіб, а учнів 14-15 років – 120 осіб). Виявлено достовірні ($p < 0,05$) відмінності двох вікових
груп учнів 12-13 і 14-15 років на уроках фізичної культури за показником адаптації та самосприйняття; в
групі 14-15 років цей рівень вищий.

Ключевые слова: соціально-психологічна адаптація, уроки фізичної культури, середній шкіль-
ний вік.

Введение. Важным фактором социализации личности является физическая культура. Она выражается в том, что она оказывает глубокое и многостороннее воздействие на различные стороны молодого человека, развивая его физически и духовно. В процессе реализации потребностей в физическом и духовном развитии средствами физической культуры и спорта происходит социализация человека [1]. Движущей силой социально-психологической адаптации является борьба с трудностями, постоянно возникающими из-за противоречий между требованиями учебного заведения, образовательной средой, социальным окружением и индивидуальными возможностями учащихся [3, 5, 6, 8]. В этой связи адаптацию правомерно характеризовать как сложный, многофакторный, многовидовой, взаимосвязанный, взаимобусловленный, постоянно развивающийся поэтапный психопедагогический процесс социализации личности в социальную сферу в условиях специфики образовательно-воспитательного процесса.

Рассмотрение социально-психологической адаптированности как результата социально-психологической адаптации позволяет выделить разные ее уровни. Высокий уровень социально-психологической адаптированности на уроках физической культуры характеризует наличие оптимальную, достаточно высокую включенность личности в деятельность и общество, при котором наблюдаются устойчивый интерес к физической культуре, систематическое активное участие в тренировках и соревнованиях.

Средний уровень социально-психологической адаптированности на уроках физической культуры позволяет воспроизводить и сохранить себя в новых условиях. Для этого уровни характерны: некоторый интерес к физической культуре, ситуативное участие в спортивных соревнованиях, несистематизированные знания в области физической культуры,

Низкий уровень социально-психологической адаптированности личности на уроках физической культуры характеризуется слабо выраженной потребностью в занятиях физической культурой, неустойчивым интересом к физической культуре, пассивным участием в занятиях физической культурой.

Актуальность этого исследования в том, что при работе с учащимися подросткового возраста очень важно знать, какой уровень социально-психологической адаптированности достигнут, чтобы мотивация к занятиям физической культурой улучшилась.

Важна *исследования.* Выбор проблемы обуславливается тем, что вопросы социально-

психологической адаптированности личности на уроках физической культуры не были широко обсуждены в научной литературе, хотя можно найти много публикаций посвященных решению этой проблемы за границей. Научная проблема состоит в том, что мы все еще испытываем недостаток информации, какой уровень социально-психологической адаптированности на уроках физической культуры свойственен учащимся 12–13 и 14–15 лет.

Цель работы, материал и методы. Целью нашего исследования было изучение уровня социально-психологической адаптации учащихся 12–15 лет на уроках физической культуры.

Предмет исследования - уровень социально-психологической адаптации учащихся 12–13 и 14–15 лет (средних классов) на уроках физической культуры.

Методы и организация исследования. Для выявления характеристик социально-психологической адаптации был использован опросник социально-психологической адаптированности (опросник СПА), разработанный К. Роджерсом и Р. Даймондом [7]. При помощи него учаются основания для дезадаптации, а именно: низкий уровень самоприятия; низкий уровень прития других, то есть конфронтация с ними; эмоциональный дискомфорт; сильную зависимость от других, то есть экстернальность; стремление к доминированию.

Исследованием было охвачено 232 учеников 7–8 классов двух общеобразовательных школ г. Каунас (Литва). Выборка учащихся 12–13 лет включала 112 чел., а учащихся 14–15 лет – 120 чел.

Для сравнения уровня социально-психологической адаптации учащихся 12–13 и 14–15 лет на уроках физической культуры и проверки выдвинутых гипотез нами был использован критерий χ^2 .

Результаты исследования. Результаты исследования уровня социально-психологической адаптации учащихся 12–13 и 14–15 лет на уроках физической культуры представлены в таблице 1.

Приведенные в табл. 1 данные свидетельствуют о том, что учащиеся 14–15 лет (средних классов) на уроках физической культуры более адаптированы по сравнению с учащимися 12–13 лет ($p < 0,05$). Из 120 обследованных учащихся 14–15 лет к высокому уровню самоприятия (оно отражает степень дружелюбности-враждебности по отношению к собственному “Я”) было отнесено 52 лица, а из 112 обследованных учащихся 12–13 лет к высокому уровню самоприятия был отнесен 31 человек. Низкий уровень самоприятия выявлен у 29 учащихся 12–13 лет, и у 23 учащихся 14–15 лет.

Таблица 1

Распределение испытуемых по уровню показателей социально-психологической адаптированности

Показатель	Возрастные группы	Уровень социально-психологической адаптированности (в абс. числах)			Результат применения критерия χ^2
		Низкий	Средний	Высокий	
Адаптация	12–13 лет	18	52	42	$\chi^2(2)=7,61$ $p < 0,05$
	14–15 лет	11	43	56	
Самоприятие	12–13 лет	29	52	31	$\chi^2(2)=6,24$ $p < 0,05$
	14–15 лет	23	45	52	
Притие других	12–13 лет	21	58	33	$\chi^2(2)=0,61$ $p > 0,05$
	14–15 лет	25	56	39	
Эмоциональная комфортность	12–13 лет	17	37	58	$\chi^2(2)=1,02$ $p > 0,05$
	14–15 лет	23	42	55	
Интернальность	12–13 лет	22	44	46	0,82 $p > 0,05$
	14–15 лет	28	49	43	
Стремление к доминированию	12–13 лет	15	53	44	$\chi^2(2)=0,29$ $p > 0,05$
	14–15 лет	19	56	45	

По показателям “Приятие других” (он отражает уровень дружелюбности-враждебности к окружающим людям, к миру), “Эмоциональная комфортность” (она отражает характер преобладающих положительных эмоций в жизни испытуемого), “Интернальность” (показатель отражает в какой степени человек ощущает себя активным объектом собственной деятельности, и в какой – пассивным объектом действия других людей и внешних обстоятельств). По показателю “Стремление к доминированию” (отражается степень стремления человека к доминированию в межличностных отношениях, чувству превосходства над другими) – статистически достоверные различия двух возрастных групп (учащихся 12–13 и 14–15 лет) не были обнаружены. Таким образом, наше исследование выявило, что половина учащихся средних классов являются хорошо адаптированными к социально-психологическим условиям деятельности на уроках физической культуры.

Сопоставим полученные результаты с итогами исследований, проведенных другими авторами. Наши данные совпадают с результатами, представленными в работах [2, 4, 9]. Вероятно, что физическое и социально-психологическое корректирование личности ученика, повышение уровня социально-психологической адаптации осуществляется посредством работы по программе, составленной с учетом особенностей мотивационно-потребностной сферы личности, уровня физической подготовленности и состояния здоровья ученика. Это объясняется тем, что успех в физической и социально-психологической коррекции (как и успех в любой деятельности) обусловлен личностными параметрами – устойчивой системой отношений к своей деятельности. В заключение отметим, что исследование уровня социально-психологической адаптации учащихся 12–13 и 14–15 лет на уроках физической культуры может служить исходным основанием для дальнейшего поиска и совершенствования организационных форм, способов, средств учебного процесса на занятиях физической культуры.

На основании проведенных нами экспериментов, наиболее высокого уровня адаптивности достигает личность с адекватной самооценкой, адекватным уровнем притязаний и внутренней мотивации ведущей деятельности и с высоким уровнем направленности на социально-педагогическое взаимодействие. Её формирование должно стать целью деятельности педагога.

Выводы

По данным исследования обнаружены статистически достоверные ($p < 0,05$) различия между возрастными группами (учащихся 12–13 и 14–15 лет) на уроках физической культуры по показателю адаптации и показателю самопрития; у учащихся 14 – 15 лет этот уровень выше.

Перспективы дальнейших исследований. Не решенными остаются такие вопросы: каким образом уровень социально-психологической адаптации связан с применением воспитательных программ на уроках физической культуры; какое содержание урока физической культуры способствует повышению социально-психологической адаптации учащихся среднего школьного возраста.

Список литературы

1. Бауэр В. Г. Социальная значимость физической культуры и спорта в современных условиях развития России // Теория и практика физической культуры. – 2001. – № 1. – С. 53 – 56.
2. Гравит Ю. В. Педагогические условия социальной адаптации младших школьников в процессе занятий физической культурой : автореф. дис.... канд. пед. наук. – М. : РГУ, 2004. – 24 с.
3. Гриценко В. В. Социально-психологическая адаптация детей русских переселенцев в российском обществе. / Гриценко В. В., Шустова Н. Е. // Психологический журнал. – 2004. – Т. 25, № 3. – С. 17 – 25.
4. Козлов Р. А. Спортивная деятельность как педагогический фактор социальной адаптации подростков: дис... кан. пед. наук. – Магнитогорск: МГПИ. – 1999. – 135 с.

5. *Матвеев Л. П.* Категории «развитие», «адаптация» и «воспитание» в теории физической культуры и спорта // Теория и практика физической культуры. – 1999. – № 1. – С. 2 – 11.
6. *Паришина Т. О.* Структурная модель социально-психологической адаптации человека // Социологические исследования. – 2008. – № 8. – С. 100 – 106.
7. *Райгородский Д. Я.* Практическая психодиагностика. Методики и тесты : учеб. пособие. – Самара : Бахрах, 2000. – 672 с.
8. *Чайка В. Г.* Особенности социально-психологической адаптации студентов к обучению в вузе // Инновации в образовании. – 2002. – № 2. – С. 35 – 41.
9. *Klizas Š.* Psychosocial adjustment among students of middle school age for males and females. Klizas Š., Malinauskas R., Dumčienė A. // Health science. – 2009. – Vol. 19, № 1. – P. 2158-2161.
10. *Malinauskas R.* The psychosocial adaptation among pupils of middle school age during physical education lessons. Malinauskas R., Klizas Š. // Journal of Young Scientists. – 2009. – Vol. 22, № 1. – P. 114-117.

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ АДАПТАЦИЯ УЧАЩИХСЯ СРЕДНЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Ромуальдас МАЛИНАУСКАС

Литовская академия физической культуры (Каунас, Литва)

Аннотация. В статье ставится вопрос: какой уровень социально-психологической адаптированности на уроках физической культуры свойственен учащимся средних классов. Исследованием было охвачено 232 учеников (выборка учащихся 12–13 лет включала 112 чел. а учащихся 14–15 лет – 120 чел.). Обнаружены достоверные ($p < 0,05$) различия двух возрастных групп (учащихся 12–13 и 14–15 лет) на уроках физической культуры по показателю адаптации и показателю самопринятия; у учащихся 14–15 лет этот уровень выше.

Ключевые слова: социально-психологическая адаптация, уроки физической культуры, средний школьный возраст.

THE PSYCHOSOCIAL ADJUSTMENT AMONG MIDDLE SCHOOL STUDENTS AT PHYSICAL EDUCATION LESSONS

Romualdas MALINAUSKAS

Lithuanian Academy of Physical Education (Kaunas, Lithuania)

Annotation. The paper strives to answer the question concerning psychosocial adjustment among middle school students at physical education lessons. The participants of the study were 232 students school middle school students (among 12–13 years old students there were 112 participants and among 14–15 years old students there were 120 participants). It was found that level of another-acceptance, and adjustment among 14–15 years old students was higher ($p < 0.05$) during physical education lessons than among 12–13 years old students.

Key words: psychosocial adjustment, physical education lessons, middle school age.