

УДК 74.484.7.005.54

САМОРЕАЛИЗАЦИЯ СПОРТИВНЫХ ПРЕДПОЧТЕНИЙ В ВУЗЕ: МЕХАНИЗМЫ И УСЛОВИЯ ПОДДЕРЖКИ

© 2016 г. Ю. С. Суков

*Южно-Российский государственный политехнический университет (НПИ),
г. Новочеркасск*

Проанализированы вопросы самореализации студенческой молодежи в спорте и ее спортивных предпочтений. В статье изложены результаты социологического исследования, проведенного автором в марте 2015 года с целью выявления спортивных предпочтений студенческой молодежи и определения уровня удовлетворенности условиями в университете для спортивной самореализации молодежи. Потребность в разработке данной проблемы обусловлена необходимостью разработки действенных мер по развитию массового спорта в высшей школе.

Ключевые слова: *самореализация; спорт; самореализация в спорте; спортивные предпочтения молодежи.*

Analyze issues of self-realization of students in sports and its sports preferences. The results of sociological research carried out by the author in March 2015 are set out in the article. The article presents the results of the survey conducted by the author in March 2015, in order to identify sporting preferences of students and determine the level of satisfaction with the university for sports self-realization of young people. The need to develop this problem due to the need to develop effective measures for the development of mass sports in high school.

Key words: *self-realization; sport; self-realization in sport; sports preferences of young people.*

В современном мире человек все больше внимания уделяет своему развитию, поэтому вопрос самореализации личности занимает одну из ведущих позиций по своей актуальности. В основе самореализации лежат индивидуальные особенности и способности человека, его знания и умения, моральные и физические качества, а также направленность личности. Источником самореализации является противоречие между возможностями, включая способности человека, и тем, насколько он может реализовать их в своей деятельности.

Реализовать себя человек может в разных областях: в науке, в профессиональной деятельности, в творчестве, в спорте. Самореализация в спорте — это реализация своего потенциала в процессе достижения практи-

ческих (спортивных) результатов на основе совершенствования и выражения себя в предпочтительном виде спорта. Самореализация в спорте представляет собой непрерывный процесс творческого самосовершенствования, раскрытия физического, личностного, духовного потенциала в спортивной деятельности. В основе самореализации спортсмена лежит стремление к высшим достижениям в спорте, восхождение к вершинам спортивного мастерства. Спортивная деятельность связана с максимальным выявлением физических и духовных сил, специальных умений и навыков, развитием моторных способностей, постоянным поддержанием их на высоком уровне, а также с резко выраженным сознательным характером, что объясняется чувством большой ответственности и стремлением до-

стигнуть наиболее эффективного результата. В условиях высокой конкуренции спортивная деятельность имеет четкие критерии оценки результатов и обладает сильнейшей мотивацией. Спортивная деятельность представляет собой одну из сфер деятельности, где молодежь может проявить свое совершенство, используя физические возможности для достижения определенных результатов, что в последующем может положительно сказаться в других сферах жизни молодежи [7].

Анализ психологических источников показывает, что, несмотря на признание актуальности исследований спортивной деятельности, проблема самореализации личности в спортивной психологии изучалась в основном применительно к высококвалифицированным спортсменам, при отсутствии должного внимания к ней при подготовке молодых спортсменов, что позволяет еще раз признать настоящее исследование актуальным [4].

Опираясь на научную позицию А.Ц. Пуни, определяющего личность спортсмена как человека действующего, Г.Б. Горская предлагает концепцию деятельной личности. Основой концепции является рассмотрение деятельности личности в реальном жизненном контексте. Г.Б. Горская считает, что полнота самореализации зависит от степени мобилизованности ресурсов спортсмена, с этой точки зрения приобретает актуальность исследование субъективной картины жизни в большом спорте [1]. Е.А. Уваров самореализацию личности в спорте видит как самореализацию субъекта двигательной деятельности, что обеспечивает его позитивную идентичность как интеллектуальное моторно-совершенное целое. В процессе исследования также были установлены значимые различия в структуре субъекта двигательной деятельности при разных уровнях мотивации достижения успеха и избегания неудач. Взаимодействие компонентов одного из видов мотивации, например, мотивации достижения, определяет пути самореализации как одного из системообразующих факторов личности. Важную роль в исследовании самореализации играют критерии, благодаря которым осуществляется сравнительный анализ достигнутых результатов [5]. На основании исследований в области самореализации личности Л.И. Анцыферовой были предложены критерии — удовлетворенность и полезность

(продуктивность) применительно к личности и обществу. При этом удовлетворенность относится к субъективным условиям, продуктивность — к объективным. Эти критерии являются показателями успеха человека [1]. Удовлетворенность самореализацией, осознание того, насколько продуктивна и осмысленна была прожитая часть жизни, были также исследованы Д.А. Леонтьевым. Продуктивный аспект в самореализации личности был выделен и Э.В. Галажинским наравне с личностным, процессуальным и деятельностным, посредством которых личность реализует себя. Одним из основных вопросов в самореализации является исследование направленности личности. В спортивной психологии данный вопрос изучался в большинстве случаев безотносительно самореализации личности, т.к. процесс самореализации личности спортсмена обусловлен не только направленностью, нейродинамическими и личностными качествами, но и спецификой спортивной деятельности, психологического сопровождения в различных формах и условиях двигательной активности [3]. В структуру самореализации молодого спортсмена включены следующие компоненты: смысловой, мотивационный, эмоциональный, психофизиологический, рефлексивный [6].

В условиях социализации в таких сферах жизнедеятельности, как спорт, наука, искусство следует отметить, что через спорт социализировать молодое поколение в здоровьесберегающих канонах взаимодействия легче, чем через другие направления деятельности. Игра и труд могут быть соперниками самореализации через спорт, но для гиперактивной молодежи невозможно подобрать лучшее средство, как для социализации, так и для самореализации. В результате занятий спортом молодые люди, достигая высоких результатов, самореализовываются в спорте, что положительно сказывается и в других сферах жизни молодежи.

В современном российском обществе значительное внимание уделяется развитию студенческого спорта, но проблема состоит в том, что изменяющаяся инфраструктура для занятия спортом во внеучебное время не в полной мере может обеспечить потребности молодежи в реализации своего спортивного предпочтения. В связи с этим представляется актуальным проводить изучения

спортивных предпочтений и самореализации студенческой молодежи в спорте для принятия и корректировки соответствующих управленческих программ.

На наш взгляд, продуктивным оказалось исследование, проведенное в марте 2015 года среди студентов ЮРГТУ(НПИ) в возрасте от 18 до 22 лет. Цель исследования — выявить спортивные предпочтения студенческой молодежи и определить, удовлетворяют ли их условия в университете для спортивной самореализации молодежи. Все участники на момент исследования занимались спортом, однако эти занятия не всегда носили регулярный характер. Всего в опросе приняли участие 178 человек, анкета включала следующие блоки: спортивные предпочтения молодежи и оценка возможностей самореализации студенческой молодежи в спорте.

Как показали полученные результаты, студенты в возрасте 18–19 лет наиболее активны, несмотря на то, что они несколько в меньшей степени ориентированы на здоровый образ жизни и занятие спортом. Так как респонденты 18–19 лет обычно являются студентами младших курсов, на которых преподается физкультура, вероятно, данные тренировки помогают участникам исследования говорить о том, что они занимаются спортом.

Виды спорта были названы самые разные. Исходя из полученного распределения, в целом наиболее популярным видом спорта среди студентов является футбол — 41%, на втором месте легкая атлетика — 18%, третье место разделяют баскетбол и тяжелая атлетика — 13% и 10% соответственно, волейболом занимается 8% респондентов, другими видами спорта занимаются 10%. Из этого можно сделать вывод, что наиболее популярным видом спорта у студенческой молодежи является футбол.

Частота тренировок у большинства респондентов довольно высокая и составляет 3 раза и более в неделю (45%), при этом достаточно большой процент респондентов тренируется в среднем 1–2 раза в неделю (30%), а 14% респондентов тренируются каждый день. Можно говорить о том, что студенты достаточно много времени уделяют спорту и делают это почти ежедневно, и лишь малая часть респондентов (6%) занимается спортом менее 1 раза в неделю.

Причины, по которым студенты занимаются спортом, достаточно разнообразны, однако в основном связаны с получением морального удовлетворения, удовольствия и тонуса от физических нагрузок и обретения новых знакомств и друзей. Причины, связанные с достижением определенной цели — улучшение фигуры, укрепление здоровья и авторитета в обществе — также достаточно популярны. Так как формирование и становление профессионального спортсмена в нашей стране проходит, как правило, в студенческом возрасте, и спортсмены продолжают обучение в специализированных учреждениях, то лишь малая часть студентов рассматривает занятие спортом как возможность стать профессиональным спортсменом, либо в будущем работать в спортивной сфере.

Следует обратить внимание, что студенческая молодежь активно участвует в спортивных соревнованиях. Наибольшее количество из числа опрошенных (82%) принимает участие в университетских соревнованиях (спартакиады), также более половины респондентов (60%) принимает участие в городских соревнованиях, 33% респондентов участвуют или участвовали в региональных соревнованиях, что является хорошим показателем.

Несмотря на слабую нацеленность на профессиональный спорт и довольно активное участие в спортивных соревнованиях, большая часть студенческой молодежи считает, что не в полной мере реализовала себя в спорте (67%). В связи с этим необходимо проводить больше спортивных соревнований, чтобы предоставить возможность для раскрытия спортивного потенциала студенческой молодежи и повышения спортивного мастерства, тем самым помочь молодежи самореализоваться в спорте. Большая часть респондентов склонна считать (67%), что в университете проводится недостаточно спортивных соревнований для реализации своего спортивного потенциала.

Также респондентам задавался вопрос о том, созданы ли в университете, по их мнению, необходимые условия для того, чтобы в полной мере раскрыть свой спортивный потенциал, на что половина респондентов (51%) ответили, что условия не созданы, а другая часть (49%) считает, что созданы все необходимые условия. Следует отметить, что для 63% респондентов посещение спортивных

тренировок оказывает, по их мнению, позитивные последствия на посещение занятий и успеваемость. Можно сказать, что регулярные занятия спортом оказывают влияние на личность студентов. Особо следует подчеркнуть, что подавляющее число респондентов (72%) планирует и после окончания университета заниматься спортом, что, несомненно, может оказать позитивное воздействие на их профессиональную деятельность и будет способствовать укреплению здоровья.

Таким образом, исследование показало, что студенческая молодежь занимается многими видами спорта, но большей популярностью пользуется футбол. Также следует обратить внимание на то, что студенты довольно много времени уделяют спортивным тренировкам.

В целом можно утверждать, что спортивные предпочтения молодежи — это предпочтение в выборе спортивной деятельности, которая связана со стремлением к совершенствованию в избранном виде спорта, к достижению наивысших результатов в определенном виде спортивной деятельности, либо спортивная деятельность рассматривается в качестве проведения досуга и укрепления здоровья. Занятие спортом в молодежной и студенческой среде следует отнести к универсальному явлению, удивительно удобному на все случаи жизни. И это неслучайно, поскольку спорту по силам необычайно широкий круг социальных функций, начиная с улучшения состояния здоровья молодежи, отвлечения от пагубного влияния улицы, повышения благополучия, возможности самореализации и заканчивая защитой чести всей страны [2].

Изучение спортивных предпочтений студенческой молодежи должно помочь в формировании государственной политики в области профессионального и студенческого спорта, так как зачастую становление и пик спортивной карьеры спортсменов приходится на студенческие годы. Очень важно создавать условия в вузах страны, которые бы могли удовлетворить спортивные предпочтения молодежи и тем самым обеспечить площадку для самореализации в спорте молодых людей. Хорошие условия для занятий спортом,

несомненно, будут способствовать достижению высоких спортивных результатов студентами на соревнованиях любого уровня.

Литература

1. Букин В. П. Здоровый образ жизни студенческой молодежи в контексте физкультурно-оздоровительной деятельности / В. П. Букин, А. Н. Егоров // Известия высших учебных заведений. Поволжский регион. Общественные науки. — 2011. — №2 (18). — С. 105–113.
2. Зауэр Н. Г. Особенности социализации и самореализации молодежи в спорте и науке [Текст] / Н. Г. Зауэр [и др.] // Актуальные задачи педагогики: материалы II междунар. науч. конф. (г. Чита, июнь 2012 г.). — Чита: Издательство Молодой ученый, 2012. — С. 6–8.
3. Леонтьев Д. А. Новые ориентиры понимания личности в психологии: от необходимого к возможному / Д. А. Леонтьев // Вопросы психологии. — 2011. — №1. — С. 3–27.
4. Сергеева А. А. Особенности самореализации личности в спортивной деятельности // Психологический журнал Международного университета природы, общества и человека «Дубна». — 2011. — №1.
5. Уваров Е. А. Психология самоорганизации субъекта двигательной деятельности: автореф. дис. ... д-ра психол. наук / Е. А. Уваров. — СПб, 2006. — 48 с.
6. Уляева Г. Г. Мотивационная направленность личности как смыслообразующий фактор самореализации в экстремальном спорте / Г. Г. Уляева, Л. Г. Уляева, Б. Б. Раднагуруев // Сопровождение личности в образовании: союз науки и практики: сб. статей Международной науч.-практ. конф. Одинцовских психолого-педагогических чтений — Одинцово-Минск, февраль 2014; под общ. ред. И. В. Дубровиной и В. Е. Цибульниковой — М.: Национальный книжный центр, 2014. — С. 523–532.
7. Уляева Г. Г. Проблема самореализации личности спортсмена как субъекта двигательной активности / Г. Г. Уляева, Л. Г. Уляева, Б. Б. Раднагуруев // Спортивный психолог. — 2014. — №3.



Суков Юрий Сергеевич — аспирант кафедры «Социология и психология» Южно-Российского государственного политехнического университета (НПИ) имени М. И. Платова.

Sukov Yuriy Sergeevich — postgraduate student of the Department «Sociology and psychology» South-Russian state Polytechnic University (NPI) named after M. I. Platov.

346428, г. Новочеркасск, ул. Просвещения, 132
132 Prosveshcheniya st., 346428, Novocherkassk, Rostov reg., Russia
Тел: +7 (928) 163-96-38; e-mail: sucovyura@rambler.ru
