

УДК 159.928

Влияние спортивного опыта на успешность адаптации учеников к условиям обучения и проживания в академической гимназии СПбГУ

Павленко Антон Валерьевич¹, кандидат педагогических наук, доцент

Филатова Самира Исабалаевна²

¹*Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург*

²*Санкт-Петербургский государственный университет*

Аннотация. Одним из важных направлений деятельности психологов, работающих с детьми с академической одаренностью, является изучение механизмов адаптации и её нарушений у школьников, выявление причин развития дезадаптации и её профилактика. Для изучения особенностей адаптации школьников к условиям обучения и проживания в школе для одаренных детей были обследованы учащиеся Академической гимназии СПбГУ (АГ СПбГУ). Измеряли уровень нервно-психической дезадаптации с учетом наличия опыта занятий спортом. Выявлено, что учащиеся, которые занимаются спортом, могут более успешно адаптироваться к условиям обучения и проживания в интернате гимназии. Полученные результаты могут быть использованы для разработки эффективной программы психологического сопровождения обучающихся в АГ СПбГУ.

Ключевые слова: адаптация, дезадаптация, невротические черты личности, спортивный опыт, психологическое сопровождение учащихся.

The influence of sports experience on the success of students' adaptation to the conditions of study and residence in the academic gymnasium of St. Petersburg State University

Pavlenko Anton Valeryevich¹, candidate of pedagogical sciences, associate professor

Filatova Samira Isabalaevna²

¹*Lesgaft National State University of Physical Culture, Sports and Health, St. Petersburg*

²*Saint-Petersburg State University*

Abstract. One of the important directions of activity for psychologists working with academically gifted children is the study of adaptation mechanisms and its disruptions in schoolchildren, identifying the reasons for maladaptation development, and its prevention. To study the peculiarities of adaptation of schoolchildren to the conditions of learning and living in a school for gifted children, students of the Academic Gymnasium of St. Petersburg State University (AG SPbU) were examined. The level of neuro-psychological maladaptation was measured, taking into account the experience of sports activities. It was found that students who engage in sports may adapt more successfully to the conditions of learning and living in the boarding school. The obtained results can be used for the development of an effective psychological support program for students at AG SPbU.

Keywords: adaptation, maladaptation, neurotic personality traits, sports experience, psychological support of students.

ВВЕДЕНИЕ. В связи с тем, что в настоящее время всё более интенсивными становятся характер и скорость протекания процессов социального взаимодействия, перед исследователями стоит задача выявить факторы, влияющие на адаптацию людей к жизни в современном социуме.

На сегодняшний день принято выделять основные проявления феномена адаптации, существующие объективно как процесс и результат равновесия между средой и организмом, его свойствами и целью [1]. Психическую адаптацию можно определить как процесс установления оптимального соответствия личности и окружающей среды в ходе осуществления свойственной человеку деятельности [2].

Неблагоприятные биологические и социально-психологические факторы могут вызывать нарушение психической адаптации [3].

Являясь субъектами образовательной среды гимназии, ученики должны быть социально адаптированы к её условиям и взаимодействию с другими участниками социализации: учителями и одноклассниками [4, 5]. Таким образом, исследование успешности социально-психологической адаптации индивида в зависимости от наличия или отсутствия опыта занятий спортом может стать основой для создания стратегии копинг-поведения учеников гимназии в процессе их школьной социализации.

ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ. Объектом исследования является процесс адаптации учащихся 13-17 лет к условиям обучения и проживания в гимназии для интеллектуально одаренных детей. Общий объем выборки составил 50 человек.

Предмет исследования – влияние спортивного опыта на формирование личностных черт учащихся 13-17 лет, определяющих успешность их адаптации к учебному процессу и проживанию в гимназии для интеллектуально одаренных детей.

Авторами настоящего исследования предполагалось, что между учащимися с разным опытом занятий спортом и не имеющими такового будут выявлены различия по шкалам опросника, характеризующего успешность адаптации. В исследовании не использовалась статистика обращений к школьному психологу из-за ограничений, связанных с конфиденциальностью информации и этическими принципами работы психолога.

В качестве гипотезы исследования было выдвинуто следующее предположение: будут обнаружены статистически значимые различия в успешности адаптации учащихся 13-17 лет к условиям обучения и проживания в гимназии для интеллектуально одаренных детей в зависимости от наличия или отсутствия у них спортивного опыта.

Цель исследования – выявить статистически значимые различия по шкалам опросника «Клинический опросник невротических черт личности», характеризующего успешность адаптации учащихся в зависимости от наличия или отсутствия у них спортивного опыта.

Задачи исследования:

1. Выявить достоверные различия в успешности адаптации учащихся: регулярно занимающихся спортом (с участием в соревнованиях и присвоением спортивных разрядов), занимающихся спортом в целях оздоровления и рекреации, и вообще не занимающихся спортом.
2. Сравнить показатели успешности адаптации к условиям обучения и проживания в АГ СПбГУ учащихся, занимающихся спортом регулярно (с участием в соревнованиях и присвоением спортивных разрядов), и посещающих занятия оздоровительно-рекреационной направленности.

Научной новизной исследования являются впервые полученные характеристики успешности адаптации к учебному процессу и условиям проживания в учебном заведении для интеллектуально одаренных детей в аспекте наличия или отсутствия у них спортивного опыта.

Методы исследования: анализ научно-теоретической литературы; опрос; математико-статистическая обработка данных (критерий Манна-Уитни).

Исследование проводилось на базе Академической гимназии Санкт-Петербургского государственного университета (АГ СПбГУ) в период с 20.11.2022 по 01.02.2023 среди учащихся 13-17 лет (8-11 классы). Общий объем выборки составил 50 человек. На первом этапе исследования испытуемые были разделены на 3 группы на основании наличия опыта занятий спортом:

1) занимающиеся спортом регулярно, имеющие спортивные разряды и участвующие в соревнованиях (группа 1) – 16 человек, виды спорта: настольный теннис, циклические (легкая атлетика), игровые (волейбол, футбол); сложнокоординационные виды (танцы); 2) посещающие занятия оздоровительно-рекреационной направленности (группа 2) – 19 человек, виды спорта: единоборства (тхэквондо, дзюдо, бокс), сложнокоординационные виды (фигурное катание, танцы), циклические виды (легкая атлетика, лыжи), игровые (волейбол, футбол, хоккей); 3) не занимающиеся спортом (группа 3) – 15 человек.

На втором этапе проводился опрос среди испытуемых по методике «Клинический опросник невротических черт личности» (авторы: Н. D. Hansgen (1982). Адаптация: Л. И. Вассерман, Б. В. Иовлев, О. Ю. Щелкова, К. Р. Червинская (2003)). На третьем этапе проводилась математико-статистическая обработка, анализ и интерпретация данных исследования.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ. Как видно из таблицы 1, по шкалам «познавательная и социальная пассивность», «аффективная неустойчивость», «интровертированная направленность личности» отличий практически нет.

Таблица 1 – Значения шкал групп испытуемых относительно нормы

	группа 1	группа 2	группа 3	Достоверность
Неуверенность в себе	средняя	средняя	повышенная	при $p \leq 0,05$
Познавательная и социальная пассивность	пониженная	пониженная	пониженная	при $p \geq 0,05$
Невротический сверхконтроль поведения	средняя	средняя	пониженная	при $p \geq 0,05$
Аффективная неустойчивость	пониженная	пониженная	пониженная	при $p \geq 0,05$
Интровертированная направленность личности	средняя	средняя	средняя	при $p \geq 0,05$
Ипохондричность	низкая	низкая	средняя	при $p \leq 0,05$
Социальная неадаптивность	пониженная	пониженная	средняя	при $p \geq 0,05$
Симуляция	низкая	низкая	низкая	при $p \geq 0,05$
Диссимуляция	низкая	низкая	низкая	при $p \geq 0,05$

Среднее значение по шкале «познавательная и социальная пассивность» у группы 1 составило 29, в группе 2 – 33, в группе 3 – 26. Эти показатели входят в диапазон пониженных значений шкалы (28 – 48 баллов). Среднее значение по шкале «аффективная неустойчивость» у группы 1 составило -1, в группе 2 – -3, в группе 3 – 0. Эти показатели входят в диапазон пониженных значений шкалы (-2-(-10) баллов). Среднее значение по шкале «интровертированная направленность личности» у

группы 1 составило 7, в группе 2 – 7, в группе 3 – 9. Эти показатели входят в диапазон средних значений шкалы (5 – 16 баллов). Можно предположить, что такие показатели связаны с тем, что эти признаки присущи ученикам специализированной школы, где интеллектуальная одаренность является основой отбора.

По шкале «неуверенность в себе» у не занимающихся спортом средние значения выше (51 балл), чем у тех, кто занимается (30 баллов в группе 1 и 43 балла в группе 2); по шкале «социальная неадаптивность» в группе 3 среднее количество баллов – 11, в группе 1 – 3, в группе 2 – 5. Таким образом, показатели тех испытуемых, которые занимаются спортом (группа 1), попадают в диапазон пониженных значений шкалы (-2(-10)), а показатели тех испытуемых, которые спортом не занимаются, — в диапазон средних значений шкалы (11-24). Это может быть связано с тем, что у интеллектуально одарённых детей часто встречаются перфекционизм, завышенные требования к себе и неадекватная заниженная самооценка. Спортсмены, чаще оказываясь в условиях соревнования и сравнения с кем-то, могли развить в себе большую устойчивость к зависимости самооценки от внешних факторов.

Однако в группе 1 по шкале «невротический сверхконтроль поведения» средние значения выше (20), чем у тех, кто спортом не занимается (16). Средние значения в группе 1 попадают в диапазон средних значений шкалы (18-31), в то время как в группе 3 — в диапазон пониженных значений (5-17). Это может быть связано с постоянной конкуренцией в спортивной среде и необходимостью совмещать спорт с учёбой. Как показало исследование, в настоящее время эта группа учащихся не испытывает проблем, связанных со свободной самореализацией. Об этом свидетельствуют их показатели, попадающие в диапазон средних и пониженных значений (5-316).

По шкале «ипохондричность» у незанимающихся средние значения выше (29 баллов, у группы 1 – 14, у группы 2 – 11). Предположительно, это может быть связано со спецификой спортивной деятельности, работой на пределе своих возможностей, зачастую без учета некоторых проблем со здоровьем.

Что касается статистически значимых различий, то они обнаружены между группой 1 и группой 3 по шкале «неуверенность в себе» ($p \leq 0,05$), а также между группой 2 и группой 3 по шкале «ипохондричность» ($p \leq 0,05$).

ЗАКЛЮЧЕНИЕ. На основании результатов исследования можно сделать ряд предварительных выводов:

1. В условиях таких неблагоприятных факторов, как высокие учебные нагрузки и дефицит свободного времени, учащиеся, регулярно занимающиеся спортом, имеют более низкие значения по шкалам «неуверенность в себе» и «ипохондричность». Это говорит о том, что они могут лучше адаптироваться к условиям обучения и проживания в интернате (при $p \leq 0,05$). По другим шкалам (познавательная и социальная пассивность, невротический сверхконтроль поведения, аффективная неустойчивость, интровертированная направленность личности, социальная неадаптивность) также были выявлены различия, свидетельствующие о вероятности более успешной адаптации именно тех учащихся, которые занимаются спортом. Однако достоверных различий по этим шкалам не обнаружено (при $p \geq 0,05$).

2. Достоверных различий между занимающимися спортом с участием в соревнованиях и присвоением разрядов (группа 1) и посещающими занятия оздоровительно-рекреационной направленности (группа 2) не обнаружено (при $p \geq 0,05$).

Результаты данного исследования могут быть положены в основу разработки программы психологического сопровождения и адаптации учащихся школ для одаренных детей, спортивных училищ и колледжей, имеющих интернаты.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Маклаков А. Г. Профессиональный психологический отбор персонала. Теория и практика. Санкт-Петербург : Питер, 2008. 480 с.
2. Березин Ф. Б. Психическая и психофизиологическая адаптация. Ленинград : Наука, 1988. 269 с.
3. Семичов С. Б. Предболезненные психические расстройства. Ленинград : Медицина, Ленингр. отделение, 1987. 181 с.
4. Евсеев С. П., Грецов А. Г., Попова Е. Г. Возрастные особенности развития педагогического взаимодействия в сфере физического воспитания. Книга 3. Подростки. Санкт-Петербург : СПбНИИ физической культуры, 2009. 63 с.
5. Кузьменко Г. А., Ким Т. К., Луговских Т. Н. Развитие личностных качеств обучающихся в учебной и спортивной деятельности. Москва : Прометей, 2013. 560 с.

REFERENCES

1. Maklakov A. G. (2008), "Professional psychological selection of personnel. Theory and practice", St. Petersburg, Peter, 480 p.
2. Berezin F. B. (1988), "Mental and psychophysiological adaptation of a person", Leningrad, Nauka, 269 p.
3. Semichov S. B. (1987), "Pre-painful mental disorders", Leningrad, Medicine, 181 p.
4. Evseev S. P., Gretsov A. G., Popova E. G. (2009), "Age-related features of the development of pedagogical interaction in the field of physical education", Book 3, Teenagers, St. Petersburg, SPbNII of physical culture, 63 p.
5. Kuzmenko G. A., Kim T. K., Lugovskikh T. N. (2013), "Development of personal qualities of students in educational and sports activities", Moscow, Prometheus, 560 p.

Поступила в редакцию 18.04.2024.

Принята к публикации 16.05.2024.