

ПОТЕНЦИАЛ ПРОЦЕССА ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ В ОРГАНИЗАЦИИ СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ БУДУЩЕГО УЧИТЕЛЯ В ВУЗЕ

Власюк И.В., Половодов И.В.

ФГБОУ ВО «Волгоградский государственный социально-педагогический университет», Волгоград, e-mail: 418843@mail.ru

В статье уделено внимание проблеме места физической культуры в жизни общества, определены функции физической культуры студента. Проанализирована нормативная база в области физической культуры и спорта, даны определения понятиям «физическое воспитание», «физическая культура» и «физическая подготовка». Рассмотрено понятие «студентство» как особая социальная группа, а также особенности трактовки понятия «потенциал». Проанализировано понятие «общая физическая подготовка», ее функции, задачи и средства. Рассмотрена взаимосвязь понятий адаптации и социализации студентов, проанализирован феномен социально-педагогической адаптации педагога, определена роль системы высшего педагогического образования в процессе социально-педагогической адаптации педагога, роль высшей школы; определено назначение, формы и методы общей физической подготовки, проанализирована категория «потенциал» в контексте общей физической подготовки.

Ключевые слова: потенциал, общая физическая подготовка, адаптация, студентство, социально-педагогическая адаптация, обучение в вузе.

THE POTENTIAL OF THE PROCESS OF GENERAL PHYSICAL TRAINING IN THE ORGANIZATION OF SOCIAL AND PEDAGOGICAL ADAPTATION OF FUTURE TEACHERS IN HIGH SCHOOL

Vlasyuk I.V., Polovodov I.V.

Volgograd State Pedagogical University, Volgograd, e-mail: 418843@mail.ru

In the article attention is paid to the problem of the place of physical culture in society and define the functions of physical culture of the student. Analysed the regulatory framework in the field of physical culture and sports, the concepts of "physical education" "physical education" and "physical training". Examines the concept of "students" as a special social group, and especially interpretations of the concept "potential". Analyzed the concept of "General physical preparation", its functions, tasks and means. Examined the relationship of the concepts of adaptation and socialization of students, analyzes the phenomenon of the socio-pedagogical adaptation of the teacher, defines the role of the system of higher pedagogical education in the process of socio-pedagogical adaptation of the teacher, the role of higher education; have a defined purpose, forms and methods of General physical training, analyzed the category of "potential" in the context of General physical training.

Keywords: capacity, General physical preparation, adaptation, students, socio-pedagogical adaptation, studying at a University.

На протяжении всей истории человеческого общества огромное значение имела физическая подготовка индивида. В социальном плане, как отмечает А.Ю. Лахтин, физическая культура представляет собой обширную область культурной деятельности общества. Одна из ее главных задач – активное содействие всестороннему и гармоничному развитию членов общества. Используя закономерности естественного развития человека, она своими средствами и методами добивается новых качественных результатов, формирования и развития таких свойств человека, которые не даны ему природой. Физическая культура – одна из тех областей социальной деятельности, в которой формируется и реализуется социальная активность людей. Она отражает состояние общества в целом, служит одной из

форм проявления его социальной, политической и моральной структуры [8, с.54].

Сегодня это состояние, или нормы общества выражаются в богатой законодательной базе, в том числе в области физической культуры и спорта. В Указе президента РФ от 01 июня 2012 г. №761 «О национальной стратегии действий в интересах детей на 2012–2017 годы» провозглашается внедрение инновационных оздоровительных и физкультурно-спортивных технологий в работу образовательных учреждений и организаций. Указ президента РФ от 24 марта 2014 г. № 172 «О всероссийском физкультурно-спортивном комплексе “Готов к труду и обороне” (ГТО)» указывает на цели повышения эффективности использования возможностей физической культуры и спорта в укреплении здоровья, гармоничного и всестороннего развитии личности, воспитания патриотизма и обеспечения преемственности в осуществлении физического воспитания населения. В ФЗ «О физической культуре и спорте в РФ (с изменениями на 03.07.2016)» даны определения понятиям «физическое воспитание», «физическая культура», «физическая подготовка». Так, физическое воспитание – процесс, направленный на воспитание личности, развитие физических возможностей человека, приобретение им умений и знаний в области физической культуры и спорта в целях формирования всесторонне развитого и физически здорового человека с высоким уровнем физической культуры; физическая культура – часть культуры, представляющая собой совокупность ценностей, норм и знаний, создаваемых и используемых обществом в целях физического и интеллектуального развития способностей человека, совершенствования его двигательной активности и формирования здорового образа жизни, социальной адаптации путем физического воспитания, физической подготовки и физического развития; физическая подготовка – процесс, направленный на развитие физических качеств, способностей (в том числе навыков и умений) человека с учетом вида его деятельности и социально-демографических характеристик [10].

Делая акцент именно на культуре, роль физической культуры студента трудно переоценить. Так, ее функциями в вузе, по В.И. Ильиничу, являются: преобразовательно-созидательная; интегративно-организационная; проективно-творческая; проективно-прогностическая; ценностно-ориентационная; коммуникативно-регулятивная; социализации [9, с.20-21].

Автор также указывает, что общая физическая подготовка (ОФП) – это процесс совершенствования двигательных физических качеств, направленных на всестороннее и гармоничное физическое развитие человека. ОФП способствует повышению функциональных возможностей, общей работоспособности, является основой (базой) для специальной подготовки и достижения высоких результатов в избранной сфере деятельности

или виде спорта. Перед ОФП могут быть поставлены следующие задачи: достичь гармоничного развития мускулатуры тела и соответствующей силы мышц; приобрести общую выносливость; повысить быстроту выполнения разнообразных движений, общие скоростные способности; увеличить подвижность основных суставов, эластичность мышц; улучшить ловкость в самых разнообразных (бытовых, трудовых, спортивных) действиях, умение координировать простые и сложные движения; научиться выполнять движения без излишних напряжений, овладеть умением расслабляться [9, с.200].

А.А. Михонин указывает, что необходимость широкого разнообразия средств ОФП (бег, плавание, спортивные и подвижные игры, лыжный спорт, велосезда, упражнения с отягощениями и др.) определяется тем, что в сферу занятий физическими упражнениями с общеподготовительной направленностью вовлекаются практически все слои населения – от младенческого до пожилого возраста. При этом задачи ОФП автору видятся следующие: укрепление и сохранение здоровья, совершенствование телосложения, гармоничное физическое развитие, поддержание общего уровня функциональных возможностей организма, многолетнее сохранение высокого уровня трудоспособности; развитие всех основных физических качеств – силы, выносливости, гибкости, быстроты и ловкости; создание базовой основы для специальной физической подготовленности к конкретным видам деятельности – трудовой, военной, бытовой и т.д.

ОФП – основная целевая задача педагогического процесса физического воспитания студенческой молодежи, ориентированная на укрепление их здоровья, повышение общей работоспособности и эффективности учебного труда [5].

Говоря о будущих учителях, остановимся на такой особой социальной группе – студенчестве. В широком смысле, «студенчество» многими учеными (Т.В. Ищенко, Ю.С. Колесников, Б.Г. Рубин, Л.Я. Рубина, А.Н. Семашко) понимается как социальная общественная группа, как часть молодежи, отличающаяся особой формой организации жизнедеятельности, объединенная занятием учебной деятельностью и готовящаяся к высококвалифицированному труду.

Специфика выбора образовательной организации обусловлена возрастом, способностями, желаниями и интересами учащихся. Исследователи, изучающие студенчество как особую социальную группу, с общей институциональной организацией высшего образования, и характеризующуюся определенным возрастом, специфическими условиями труда и жизни, определяют зависимость, успешность обучения в вузе, с одной стороны, от степени адаптированности к соответствующим условиям, с другой стороны, сама адаптация служит фактором дальнейшего личностного развития. Особенности

адаптации студентов, по мнению А.Ю. Лахтина, к обучению в вузе заключаются в том, что «переход школьников от классно-урочной системы обучения к преимущественно самостоятельным занятиям, осуществляется довольно болезненно. Студенту приходится коренным образом ломать создавшиеся годами навыки и привычки познавательной деятельности и формировать новые» [8, с.52]. При поступлении в вуз будущий педагог сталкивается с необходимостью включения во взаимодействие со сложной окружающей средой. Помимо того, что социальная среда вуза подразумевает определенное окружение личности, а также совокупность вариативных условий ее функционирования в процессе выстраивания межличностных отношений и контактов с другими людьми, она также несет в себе определенный набор норм и ценностей, которые не всегда совпадают с нормами и ценностями индивида, вынужденного принять этот сложившийся порядок вещей.

Обучение студентов в педагогическом вузе реализуется с целью вооружения их не только профессиональными знаниями, умениями, навыками, но и формированием ценностных ориентаций и профессиональных компетенций, обеспечивающих эффективное вхождение в профессионально-педагогическую деятельность. Потенциал учебно-воспитательного процесса современного педагогического вуза способствует формированию социально-значимых компетенций педагога и развития его адаптационного опыта в социуме.

«Потенциал» в Толковом словаре С.И. Ожегова – степень мощности в каком-нибудь отношении, совокупность средств, возможностей, необходимых для чего-нибудь. В Словаре русского языка Т.Ф. Ефремовой «потенциал» – совокупность всех имеющихся возможностей, средств в какой-либо области, сфере [11].

Проанализировав содержание понятия «потенциал» в психологии и педагогике, В.А. Митрахович выделяет несколько трактовок: как совокупность реальных возможностей, умений и навыков, определяющих их развитие (Л.Г. Пихтовников, Л.Н. Москвичева); как синтетическое (интегрирующее) качество, характеризующее меру возможностей личности, осуществляющей деятельность творческого характера (И.О. Мартынюк, В.Ф. Овчинников); как социально-психологическая установка на нетрадиционное разрешение противоречий объективной реальности (Е.В. Колесникова); как специальное качество, характеризующее меру соответствия деятельностных качеств индивида социальной норме (определённой социальной роли) (С.Р. Евинзон); как характерное свойство индивида, определяющее меру его возможностей в самоосуществлении и самореализации (М.В. Колосова); как развитое чувство нового, открытость всему новому; система знаний, убеждений, на основе которых строится, регулируется деятельность человека (Т.Г. Браже); как интегративное личностное

свойство, выражающееся в отношении (позиции, установке, направленности) человека к деятельности (А.М. Матюшкин) [5, с.92].

Таким образом, потенциал процесса ОФП мы рассматриваем как совокупность возможностей средств ОФП (физические упражнения, оздоровительные силы природы и гигиенические факторы), за счет которых процесс социально-педагогической адаптации будет проходить более быстрыми темпами и наиболее эффективнее.

Педагогический аспект проблемы адаптации тесным образом связан с процессом социализации человека. Однако многие ученые (Л.В. Мардахаев, А.А. Муравьева, Т.К. Кончанин, О.Н. Олейникова, А.В. Петровский, М.Г. Ярошевский) отмечают, что социализация является формой адаптации. Так, В.Н. Соловьев отмечает, что понимать под адаптацией следует «метод, способ, каким осуществляется социализация, развитие личности и ее воспитание. Более того, социализация только и может реализоваться через адаптацию личности к социальному окружению. Социализация меняется в зависимости от содержания ее этапов, от целей и задач, стоящих перед ней, но основной (и, может быть, единственный) метод, каким она осуществляется, остается неизменным – это адаптация» [7, с. 21-22].

Так, мы подчеркиваем, что адаптация одномоментной и статичной быть не может. В зависимости от задач, которые ставит перед собой ученый, и исследуются аспекты адаптации. В нашем случае эта социально-педагогическая адаптация трактуется в аспекте приобретения социального опыта и формирования личности (т.е. собственно социально-психологическая адаптация) в ходе организованного педагогического процесса. Л.В. Мардахаев описывает данное понятие как явление, характеризующее наибольшую приспособленность человека к обучению и воспитанию. Как известно, поступления в школу, в учреждения среднего специального образования, так и в высшие учебные заведения неизбежно сопровождаются процессом социальной адаптации, или так называемыми «адаптивными ситуациями». К.К. Платонов отмечает, что «адаптивная ситуация характеризуется изменениями в социальной сфере или переходом личности в другую, новую для нее, когда обычные шаблоны поведения, стереотипы восприятия, а также установки и ориентировки личности становятся малоэффективными или даже невозможными» [6].

Так, Г.В. Бизюлева под социально-педагогической адаптацией понимает педагогически организованный процесс восприятия учащимися опыта социальной жизни и познания ими многообразных социальных ролей, способствующий активному включению их в существующую социальную среду. Социально-педагогическая адаптация в понимании А.В. Абрамовой и Р.А. Литвак – «это процесс приспособления личности к социокультурному пространству, активного освоения культурных норм, ценностей, обретение профессии,

принятие на себя социальной роли, гармоничное вхождение личности в систему социальных отношений» [1, с.63]. Именно социально-педагогическая адаптация будущего учителя отражает приобретение ими социального опыта и формирование их личности в процессе обучения в вузе.

Поэтому адаптацию студентов к обучению в вузе В. В. Лагерев определяет как «интенсивный и динамичный, многосторонний и комплексный процесс жизнедеятельности, в ходе которого индивид на основе соответствующих приспособительных реакций вырабатывает устойчивые навыки удовлетворения тех требований, которые предъявляются ему в ходе обучения и воспитания в высшей школе» [3, с. 5].

Социально-педагогическая адаптация педагога может рассматриваться как целостный, системный процесс, характеризующий взаимодействие обучающегося и среды, и как результат этого процесса. Тем самым в процессе адаптации происходит взаимосвязь личности студента с широким кругом внешних обстоятельств, ее саморазвитие и становление на новой основе личностных качеств. Студенческий возраст является периодом становления всей ценностно-смысловой системы личности, поскольку в это время происходит становление истинного смысла авторства в идентификации и реализации собственного взгляда на жизнь и индивидуального способа жизни. В процессе взаимодействия студента с социальной средой вуза происходит установление социальных отношений, проявляющихся в проигрывании определенных социальных ролей, которые характеризуются достаточно четкими границами. Приходя в вуз, вчерашний «старшеклассник» погружается в новую личностную социальную иерархию и приобретает статус «студент».

Вместе с новым статусом теперь уже будущий педагог получает задачу принятия на себя новой социальной роли – студента. Новая роль влечет за собой и новые социально-ролевые требования, которые общество предъявляет к студенчеству. Здесь и сочетание в повседневной жизнедеятельности духовного и материального начал, и следование принципу социальной справедливости, и служение государственным интересам, и быстрая адаптация к изменяющимся условиям жизни, и высокая социальная активность, и предприимчивость, и ориентация на личный жизненный успех в сочетании с успехом социума.

Освоение студентами новой социальной роли происходит поступательно, по мере вхождения в различные группы и коллективы. Роль высшей школы в этом процессе нельзя недооценить: именно здесь должна быть оказана необходимая поддержка в освоении социальных ролей гражданина, профессионала, семьянина. И в этом случае именно готовность и способность студента осваивать различные социальные роли может

рассматриваться как результат их адаптации и подготовленности к функционированию в реальном обществе [2]. Следовательно, если мы понимаем под студентом – будущим педагогом субъекта социально-педагогической адаптации, то мы подразумеваем активного деятеля, готового к действию, присвоению мира предметов и идей, их производству и созиданию. Это настоящий обладатель сознания, который способен к саморегуляции, реализации собственных знаний, умений и навыков, сообразно возникающим у него намерениям, идеям и замыслам.

Роль социально-педагогической адаптации нельзя недооценивать, поскольку именно перед будущим педагогом стоит архиважная задача социализации учащихся, их обучения коммуникативным навыкам и воспитания. Именно через него – пока еще будущего педагога – подрастающее поколение усвоит главные нормы и ценности окружающего общества, воспримет образцы социального поведения. Возможно, поэтому именно в педагогических вузах стоит уделять особое внимание социально-педагогической адаптации будущего педагога, формированию гибкой, но нравственно устойчивой к вариативным ценностям современного мира личности.

Поэтому в нашем понимании социально-педагогическая адаптация – динамический целостный многоаспектный процесс, в котором будущий учитель выступает как объектом, так и субъектом адаптации. Понимая под социально-педагогической адаптацией студентов – будущих педагогов определенный процесс, мы акцентируем внимание на динамичном и непрерывном характере данного процесса, поскольку перед студентом возникает необходимость в постоянном проявлении активности в различных сферах деятельности. Потенциал процесса общей физической подготовки заключается в использовании всех возможностей средств физической культуры: физических упражнений, оздоровительных сил природы (солнце, воздух, вода) и гигиенических факторов (режим труда, сна, питания, санитарно-гигиенических условий).

Список литературы

1. Бизюлева Г.В. Психолого-педагогическое сопровождение профессиональной адаптации учащихся и студентов / Г.В. Бизюлева: монография. – М.: НОУ ВПО МПСИ, 2008. – 320 с.
2. Власюк И.В. Социально-педагогическое проектирование региональной семейной политики: автореф. дис. ... канд. пед. наук / Оренб. гос. пед. ун-т. – Оренбург, 2007.

3. Лагереv В.В. // Содержание, формы и методы обучения в высшей школе: Обзор информ./ НИИВО; Вып. 3. – М.: НИИВО, 1991. – 48 с.
4. Митрахович В.А. Педагогическая концепция формирования профессионализма военнослужащих контрактной службы в условиях воинского социума: дис. ... д-ра пед. наук: 13.00.08 / В.А. Митрахович. – Волгоград, 2012. – 464 с.
5. Общая физическая и спортивная подготовка студентов в образовательном процессе. Михонин А.А. [Электронный ресурс]. URL: https://sport.spbstu.ru/тема_4/pdf.
6. Платонов К.К. Структура и развитие личности / К.К. Платонов. – М.: Наука, 1986. – 254 с.
7. Соловьев В.Н. Адаптация студентов к учебному процессу в высшей школе: дис. ... д-ра пед. наук. – Ижевск, 2003. – 450 с.
8. Теоретические основы проблемы адаптации студентов к обучению в вузе средствами физической культуры: монография / А.Ю. Лахтин; Алт. гос. техн. ун-т, БТИ. – Бийск: Изд-во Алт. гос. техн. ун-та, 2014. – 82 с.
9. Физическая культура студента: учебник / под ред. В.И. Ильинича. – М.: Гардарики, 2000. – 448 с.
10. Ф3 «О физической культуре и спорте в РФ (с изменениями на 03.07.2016)» [Электронный ресурс]. URL: [https:// docs.cntd.ru/document/902075039](https://docs.cntd.ru/document/902075039).
11. Потенциал [Электронный ресурс]. URL: <https:// что-означает.рф/потенциал>.