

Николенко Юрий Антонович

старший преподаватель

ФГБОУ ВО «Тихоокеанский государственный университет»

г. Хабаровск, Хабаровский край

**ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ФАКТОРЫ, ЛИМИТИРУЮЩИЕ
ВОЗМОЖНОСТИ СТУДЕНТОВ В ОБЛАСТИ
ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ В СОВРЕМЕННЫХ УСЛОВИЯХ**

Аннотация: статья посвящена выделению в процессе жизнедеятельности молодых людей психологических факторов, негативно влияющих на процесс ассимиляции в физическом развитии индивида. Автором показано, что выявление ключевых факторов и активная работа с ними способствуют вовлечению большинства студентов в активную физкультурно-практическую деятельность. При этом сам процесс вовлечения может оставаться в латентном виде для самого молодого человека.

Ключевые слова: физкультурно-спортивная деятельность, психологические процессы, личностное саморазвитие, ассимиляция с внешним миром.

При реализации новых образовательных стандартов (ФГОС 3++) по физической культуре в современных условиях, возникает ряд факторов, непосредственно связанных с психологическими особенностями личности студентов. Одним из ключевых лимитирующих факторов, несомненно, явилась коронавирусная пандемия, заставившая людей вести замкнутый образ жизни. Понятно, что пандемия резко перевернула наше представление о коммуникативной роли многих аспектов жизнедеятельности, в том числе и представление о необходимости перманентного развития или поддержания на должном уровне физических качеств индивида. Но пандемии рано или поздно заканчиваются и необходимо проявить определенное усилие, чтобы вернуться в традиционную жизнь. В статье делается акцент не на последствиях пандемии, а на психологических особенностях современной молодежи, оказывающих негативное влияние на организацию окружающей среды, способствующей активному физическому са-

мосовершенствованию. Массовая физическая культура, по мнению аудиторов Счетной палаты РФ находится сегодня в плачевном состоянии. Мы наблюдаем этот эффект в непосредственной практической работе со студентами. Отношение многих студентов к физическому развитию не является достаточно устойчивым и часто не входит в личностно-психологический тезаурус современной молодежи. Психология спорта, как один из разделов общей психологии, изучает в основном психологические особенности личности в условиях спортивной деятельности. За бортом исследовательского интереса практикующих психологов оказывается большая группа молодежи, которая, не являясь приверженцами спорта, находится, тем не менее, в некой пограничной области, в которой физическая активность приветствуется и, одновременно не попадает в область приоритетов. Точно спрогнозировать в какую сторону попадет молодой человек, станет ли для него физическая активность естественным условием или основанием для организации мировоззрения или он останется пассивным потребителем телевизионного продукта спорта, невозможно. Однако необходимо приложить все педагогические и социальные усилия, чтобы «здоровый образ жизни» стал установкой на всю жизнь [1]. Те студенты, которые находятся в описанной пограничной группе, основные возможности формирования психологической установки на физической саморазвитие получают на занятиях по «Физической культуре и спорту» в школе, а затем в вузе. Именно в студенческом возрасте окончательно формируется представление о физическом статусе личности в контексте организации жизненного пространства в целом. Дальнейшая жизнь индивида протекает в рамке сформированного в вузе отношения к различным видам физической активности, выйти за эти рамки человек может, лишь кардинально пересмотрев свое отношение к здоровью в случае чрезвычайных происшествий. В описанных условиях роль преподавателя физической культуры часто становится решающей при не осознанном выборе студентами траектории индивидуального физического развития. Ключевым положением является утверждение о том, что выбор траектории индивидуального развития индивида чаще всего происходит помимо и вне рефлексивного, рационального выбора. В

реализации своего двигательного потенциала для молодого человека окружающая среда и непосредственный опыт коммуникации играют решающую роль. Если окружающий мир и, в первую очередь педагоги и сокурсники, неявно считают функционирование феномена физическая активность позитивным фактором, отдельный индивид, даже при недопонимании роли активной физической работы для себя лично, включается в процесс физического воспитания. Включение в группу ребят с высокой степенью мотивации к занятиям физическими упражнениями происходит естественным образом. Задача педагога в таком случае помощь студентам в создании таких групп, в которых занятия физической культурой могут и должны попасть в число приоритетных. Прямая попытка преподавателя убедить отдельного студента в важности физического саморазвития не может быть успешной. Знание и понимание не пересаживаются из головы в голову прямым и непосредственным образом, только создание особых условий, связанных с формированием групповой идентичности личности, способствуют включению студентов с низкой мотивационной активностью в процесс физического саморазвития. Еще одна важная задача педагога по физической культуре создание психологического климата в коллективе через тех студентов, которые физическое саморазвитие воспринимают как естественную составляющую своего мировоззрения. Именно через явных лидеров общественного мнения процесс аккомодации (частичного приспособления) плавно переходит в стадию ассимиляции (полного приспособления) к групповым ценностям. Сам индивид может не полностью отдавать отчет в своей заинтересованности в физической активности, но его практическая деятельность будет наполнена новым содержанием, влияющим на его поведение. При этом неумение отдельных ребят подчинять свое тело принятым в спорте нормам, говоря другими словами, низкая физическая подготовленность не могут и не должны стать предметом осмеяния и обструкции. Любой, даже незначительный негатив в сторону неумелого студента, может одномоментно перечеркнуть все усилия по вовлечению его в физкультурно-спортивную деятельность [3]. В практической работе мы сталкиваемся не просто с низкой мотивационной активностью

студентов, а с низкой когнитивной составляющей их в отношении собственного тела и его функционирования в реальных условиях. Незнакомство с естественной природной субстанцией – человеческим телом и его функционированием становится часто решающим лимитирующим фактором при выборе траектории развития. Возникает ситуация, когда тело индивида не пропускает рефлексивные послы и навязывает ему набор требований и желаний, сопротивление которым невозможно. В таком случае мы имеем различные виды девиации в социальном поведении уже в юном возрасте [2]. Поведенческие девиации могут стать устойчивыми паттернами настолько, что чтобы от них избавиться человеку требуется приложить много усилий, без поддержки внешнего мира ему вряд ли удастся сублимировать этот процесс. У молодых людей, приходящих в университет, сознание еще не является полностью устоявшимся фактором личности, именно этой открытостью сознания можно и нужно пользоваться при создании условий включения студентов в процесс самовоспроизводства природных задатков. Мы исходим из понимания того, что природа наделила всех людей особым пристрастием к развитию и сохранению своего физического статуса, но иногда встречаются явления, когда природный потенциал не выходит за рамки возможного в рамки необходимого условия существования личности. Тогда человек остается заложником своей непросвещенности и способен вести пассивный образ жизни, не пытаясь его изменить. В статье акцентируется внимание на психологических особенностях функционирования организма студентов, однако помимо этих факторов в работе по формированию устойчивого интереса к собственному соматическому совершенствованию значение имеют и другие – социальные, биологические, культурные и другие аспекты жизнедеятельности индивида. Тем не менее, именно психологические аспекты, выделенные в отдельную группу интересов молодого человека, способствуют активному включению последнего в процесс преобразования своего природного естества в культурно воспроизводимый контекст.

Список литературы

1. Горбунов Г.Д. Психопедагогика спорта. – М.: Физкультура и спорт, 1986. – 286 с.
2. Ложкин Г.В. Психология спорта: схемы, комментарии, практикум: учеб. пособие / Г.В. Ложкин – Киев: Освита Украине, 2011. – 484 с.
3. Марищук В.Л. Психодиагностика в спорте: учеб. пособ. для вузов / В.Л. Марищук, Ю.М. Блудов, Л.К.Серова. – М.: Просвещение, 2005. – 353 с.