

УДК 796.011.1

Е. А. Ступницкая,

факультет психологии и педагогики,

Омский государственный педагогический университет

Научный руководитель: ст. преподаватель Е. А. Пантюхова

Влияние занятий спортом на развитие общительности студентов

В статье спорт рассматривается как возможное средство развития общительности студентов. В ходе исследования выявлена взаимосвязь между длительностью занятий избранным видом спорта и уровнем общительности. Установлено, что уровень общительности выше у студентов, продолжительное время занимающихся командными видами спорта.

Ключевые слова: общение, общительность, взаимодействие, студенты, спорт.

Общительность — «системно-функциональное свойство личности, обеспечивающее продуктивность межличностного взаимодействия в коммуникации, включающее эмоциональные, регуляторные, когнитивные и мотивационные характеристики личности» [1, с. 155]. Наряду с другими коммуникативными качествами личности, высокий уровень развития общительности обеспечивает эффективность межличностного общения, конструктивное взаимодействие в профессиональной сфере и различных жизненных ситуациях. Поэтому научный интерес к поиску способов, средств развития общительности молодых людей не случаен.

Установлено, что спорт является одной из социальных практик, где обеспечивается удовлетворение потребности в общении, обогащение опыта взаимодействия, происходит коммуникативное развитие личности. Можно предположить, что длительные, многолетние занятия спортом приводят к большим личностным изменениям. Однако анализ психолого-педагогической литературы показал отсутствие эмпирического материала, подтверждающего влияние стажа занятий спортом на развитие общительности.

Известно, что специфика процесса коммуникативного развития личности во многом зависит от особенностей той социальной сферы, в которой формируются навыки общения.

Спорт — обобщенное понятие социальной практики, где можно выделить как отдельные его виды, так и группы видов спорта. В рамках нашего исследования рассматриваются две наиболее крупные группы — командные и индивидуальные виды спорта.

По мнению специалистов, в командных видах спорта требуется групповое взаимодействие,

распределение функций между спортсменами и организация их совместных действий, что обеспечивается межличностным общением. В индивидуальных видах спорта, где нет непосредственного взаимодействия между участниками, спортсмен действует самостоятельно. Необходимость согласовывать свои действия с действиями других выражена в меньшей степени. Преимущественно спортсмен осуществляет диалог с самим собой (т. е. преобладает внутриличностное общение) [3].

Полагаем, что различия в системе подготовки, особенности общения и взаимодействия в командных и индивидуальных видах спорта не могут не отразиться на уровне развития общительности спортсменов.

Цель нашего исследования — определить влияние вида спорта и стажа занятий на уровень общительности студентов.

Задачи: 1) провести теоретический анализ по исследуемой проблеме, 2) определить уровень общительности студентов-спортсменов, 3) выявить взаимосвязь между общительностью студентов, стажем занятий и спортивной специализацией.

В исследовании приняли участие 27 студентов вуза, активно занимающихся спортом. Для выяснения спортивной специализации и стажа занятий проведено анкетирование студентов. Уровень общительности определялся с помощью методики В. Ф. Ряховского.

В ходе анкетирования выявлена спортивная специализация студентов. Установлено, что 45 % студентов занимаются волейболом, 20 % — баскетболом, 15 % — легкой атлетикой, 10 % — художественной гимнастикой и 10 % — спортивной гимнастикой. Таким образом, преобладают студенты, занимающиеся командными видами спорта.

Определен стаж занятий. Большинство опрошенных занимаются спортом с детства (75 %). С 5 лет — 30 %, с 7 лет — 25 %, с 10 лет — 20 %, с 13 лет — 15 %, с 16 лет — 10 %.

Тестирование по методике В. Ф. Ряховского позволило определить уровень развития общительности студентов. Высокому уровню соответствуют студенты, набравшие 3–13 баллов, среднему — 14–24 балла, низкому — 25–32 балла [2]. Высокий уровень общительности отмечен у 46 %, средний — у 39 %, низкий — у 15 % студентов.

Таким образом, у студентов-спортсменов преобладает высокий уровень общительности. Полагаем, что такие результаты подтверждают положительное влияние занятий спортом на развитие данного качества.

Также можно заметить взаимосвязь уровня общительности со спортивной специализацией и стажем занятий:

– спортсмены с большим стажем занятий показывают уровень общительности выше. Например, из числа студентов, имеющих высокий уровень общительности, 75 % занимались спортом более 10 лет и лишь 25 % — менее пяти лет;

– у спортсменов командных видов спорта уровень общительности выше. Высокий уровень зафиксирован у 70 % спортсменов командных видов спорта и лишь у 30 % спортсменов-одиночек. Кроме того, низкий уровень также отмечен у спортсменов индивидуальных видов спорта.

Это позволяет сказать, что продолжительные занятия любым видом спорта положительно влияют на развитие общительности студентов, но преимущество в развитии данного качества имеют командные виды спорта.

1. *Кудинов С. С.* Развитие общительности как условие самореализации личности // Прикладные исследования психологии личности : сб. науч. тр. — Тольятти : ТГУ, 2013. — Вып. 1. — С. 153–158.

2. Социальная психология : учеб.-метод. пособие для студентов факультета ФКиС / сост. Н. Я. Михайлова, С. Г. Кучеряну. — Тирасполь : [б. и.], 2012. — 68 с.

3. *Фадина А. Г.* Психология общения в спорте : учеб.-метод. пособие. — Астрахань : Астрах. гос. ун-т : Астрах. ун-т, 2011. — 104 с.