

ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА

УДК 378:377:396.011.3-044.332

Анна БАГОРКА,
викладач економіко-правничого коледжу
Запорізького національного університету,
аспірант ДВНЗ «Запорізький національний
університет»

ДОСЛІДЖЕННЯ СТАНУ АДАПТАЦІЇ СТУДЕНТІВ ФАКУЛЬТЕТУ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ДО УМОВ НАВЧАЛЬНОЇ СИСТЕМИ «КОЛЕДЖ – УНІВЕРСИТЕТ»

У статті здійснено аналіз процесів адаптації до нових умов навчання та життєдіяльності студентів факультету фізичного виховання Запорізького національного університету, які вступили на навчання як після закінчення закладу загальної середньої освіти, так і після закінчення педагогічного коледжу при університеті та включені в навчальний комплекс «коледж – університет».

Ключові слова: адаптація, система «коледж – університет», умови навчання, подолання труднощів, наступність у професійній підготовці.

В статті проведено аналіз процессов адаптации к новым условиям обучения и жизнедеятельности студентов факультета физического воспитания Запорожского национального университета, поступивших на обучение как после окончания средней школы, так и после окончания педагогического колледжа при университете и включены в учебный комплекс «колледж – университет».

Ключевые слова: адаптация, система «колледж – университет», условия обучения, преодоление трудностей, преемственность в профессиональной подготовке.

The article deals with the problem of adaptation processes in new conditions of training and life of students, who entered the university after studies in school and those, who are included in the system of the «college – university» educational complex.

Key words: adaptation, college – university system, learning conditions, overcoming difficulties, continuity in vocational training.

Постановка проблеми. При зміні звичних умов оточення – навчання, проживання, роботи тощо – будь-яка людина завжди стикається з проблемами адаптації, адже змушена вийти із власної «зони комфорту», а це, як відомо, для будь-якого організму завжди супроводжується стресом.

Під адаптацією розуміємо вміння пристосовуватися до нових умов, що розглядається з різних точок зору: біологічної, соціальної, філософської, педагогічної, психологічної, медичної та ін.

Аналіз наукових досліджень і публікацій. Проблемою вивчення адаптації переймалися вітчизняні та зарубіжні вчені, зокрема: Е. Зеєр, В. Сухомлинський, П. Анохін, Б. Ананьєв, Ф. Меєрсон, В. Загвязинський, В. Верещагін, Ю. Бабанський, В. Казначєєв, Р. Баєвський, В. Долгова, Ю. Вишневський, К. Бернард, Г. Сельє, Р. Хенкі, А. Реан, Г. Айзенк та ін.

У широкому сенсі термін «адаптація» трактується як пристосування організму до умов середовища, що змінюється. Науковці стверджують, що адаптацію можна розглядати як: явище, стан, процес, властивість, результат і динамічне утворення (О. Смирнов, Н. Живаєв) [13]; процес і результат внутрішніх змін та зовнішнього пристосування і самозміни індивіда до нових умов існування (А. Реан) [10]; особливу форму відображення дії зовнішнього та внутрішнього середовища, що характеризується тенденцією до встановлення з ними динамічної рівноваги (А. Георгієвський) [1]; етап соціалізації особистості (Б. Паригін) [8].

Групою дослідників (А. Мацкевич, А. Робалде, Е. Кузьмін, А. Свенцицький) адаптація розглядається як безперервний процес і результат пристосування особистості до соціальних умов, що постійно змінюються [6; 11; 12].

Адаптація при переході від одного навчального рівня до іншого – невід’ємний і природний процес. Для якості освіти важливо, щоб етапи адаптації до нових умов проходили якомога безболісніше для новопризначених студентів. Перехід від ланки середньої освіти до вищої – найвідповідальніший із точки зору формування особистості майбутнього фахівця.

За переконанням А. Карпова та В. Орел, адаптація студентів являє собою процес переходу особистості до нових ролей і нових форм діяльності в закладі вищої освіти (ЗВО), процес змістовного і творчого пристосування індивіда до особливостей професії, яку він обрав, за допомогою навчального процесу [4].

Науковці Е. Зеер, Ю. Поваренков дотримуються думки, що адаптація – це період подолання особистістю кризових моментів, що виникають у процесі професіоналізації [3; 9].

Н. Мельнікова невід’ємним моментом адаптації називає зміни в оточенні або діяльності зростаючої особистості [7], а Ю. Сорочіна – розвиток особистості студента [14].

Низка українських учених довели ефективність і доцільність багатоступеневої системи освіти на базі створення навчальних комплексів [2; 5]. Це обумовлено наступністю та безперервністю у навчанні, що позитивно позначається на якості освітнього процесу. Одним із варіантів навчальних комплексів є створення дворівневої системи «коледж – університет».

На сучасному ринку праці особливо цінуються фахівці, які швидко адаптуються до нових соціальних і трудових умов. На майбутніх фахівців фізичної культури і спорту покладається додаткова відповідальність, оскільки специфіка їх професійної діяльності базується на підвищеній активності, рухливості й покликанні формувати у населення здатність до ведення здорового способу життя.

Мета статті – дослідити стан адаптації студентів факультету фізичного виховання Запорізького національного університету в умовах навчальної системи «коледж – університет».

Завдання:

- здійснити аналіз наявних досліджень із окресленої проблематики;
- обґрунтувати доцільність багатоступеневої навчальної системи «коледж – університет»;
- провести анкетування (завдяки заздалегідь складеній анкеті) серед студентів із метою визначення стану їх адаптації;
- проаналізувати результати дослідження.

Виклад основного матеріалу. Навчання в системі «коледж – університет» дає змогу випускникам коледжу швидше пристосуватися до умов університетського життя. На це є кілька причин, зокрема:

- структура навчального процесу в коледжі аналогічна до університетської;
- можливий частковий збіг професорсько-викладацького складу, тобто деякі викладачі викладають як у коледжі, так і в університеті, а отже, методи їх викладання студентам уже знайомі;
- продовження навчання в університеті передбачає наявність студентських груп, що є для випускників коледжу цілком звичним;
- випускники коледжу – це дипломовані фахівці, які пройшли не лише теоретичну, а й практичну підготовку, тоді як в університеті педагогічна практика ще попереду;
- при оптимізації навчальних планів та навчальних програм із дисциплін коледжу й університету академічна різниця є незначною, а отже, випускники коледжу затрачають на навчання мінімум енергії та часу.

У нашому дослідженні спробуємо ґрунтовно проаналізувати процес адаптації до нових умов навчання та життєдіяльності студентів університету, які вступили на навчання як після закінчення закладу загальної середньої освіти, так і після закінчення педагогічного коледжу при університеті та включення в навчальний комплекс «коледж – університет».

Дослідження стану адаптації проводилося серед студентів першого курсу факультету фізичного виховання Запорізького національного університету (контрольна група – КГ) та студентів третього курсу факультету фізичного виховання Запорізького національного університету, які є випускниками Економіко-правничого коледжу при цьому університеті (експериментальна група – ЕГ). В опитуванні взяли участь по 20 представників із кожної групи. Порівняння результатів дослідження обох груп дає змогу зрозуміти, студенти якої із вищеперерахованих груп швидше адаптувалися до освітньої ланки «університет». З цією метою респондентам було запропоновано відповісти на 16 запитань анкети (див. анкету).

АНКЕТА ДЛЯ ВИЗНАЧЕННЯ СТАНУ АДАПТАЦІЇ СТУДЕНТІВ

1. Чи змінився Ваш спосіб життя із початком навчання в університеті?

- а) так; б) ні; в) не впевнений.

2. Чи подобається Вам студентське життя?

- а) так; б) ні; в) не впевнений.

3. Чи уявляєте Ви специфіку своєї майбутньої професії?

- а) так; б) ні; в) не впевнений.

4. Чи задоволені Ви обраною спеціальністю?

- а) так, задоволений; б) ні, розчарований; в) не впевнений.

5. Чи охоче Ви відвідуєте університет?

- а) так; б) ні; в) не впевнений.

6. Які труднощі спіткали Вас у процесі адаптації в університеті?

- а) входження в колектив; б) вимоги до навчання; в) непорозуміння з викладачами; г) умови навчання; д) не було труднощів; е) ваш варіант _____.

Яка причина труднощів, на Вашу думку? _____

7. Що допомогло Вам швидше адаптуватися до нових умов навчання?

- а) бажання вчитися; б) сприятливі взаємовідносини в групі; в) культурно-масові заходи; г) поради та доброзичливість куратора/викладачів/адміністрації закладу; д) ваш варіант _____.

8. На яку допомогу Ви розраховуєте у разі виникненні труднощів, пов’язаних із навчанням? _____

9. Чи комфортно Вам у новій обстановці?

- а) так; б) ні; в) не впевнений.

10. Охарактеризуйте мікроклімат у Вашій групі?

- а) доброзичливість; б) взаємодопомога; в) байдужість; г) агресія; д) взаєморозуміння; е) лицемірство.

11. Перелічіть, які заходи студентського життя Вас зацікавили? _____

12. Чи долаєте Ви навчальне навантаження?

- а) повністю долаю; б) зовсім не долаю; в) виникли труднощі у зв’язку з недостатнім рівнем попередньої підготовки; г) виникли труднощі у зв’язку зі значним обсягом завдань; д) виникли труднощі у зв’язку з недосконало складеним розкладом занять; е) ваш варіант _____.

13. Який відсоток Вашої відвідуваності навчальних занять?

- а) до 25 %; б) від 26 до 50%;
в) від 51 до 75 %; г) від 76 до 100%.

14. Які фактори, на Ваш погляд, погіршують якість навчання (оберіть не більше трьох відповідей)?

- а) низький рівень мотивації студентів;
б) значний обсяг навантажень;
в) недостатня матеріально-технічна забезпеченість навчального закладу;
г) недосконала організація навчального процесу;
д) недостатня кваліфікація професорсько-викладацького складу;
е) ваш варіант _____.

15. Чи виправдовує навчання в університеті Ваші сподівання?

- а) так; б) ні; в) не впевнений.

16. Якби була можливість змінити спеціальність/факультет, чи зробили б Ви це?

- а) так; б) ні; в) не впевнений.

Проаналізуємо відповіді респондентів докладніше.

На запитання «Чи уявляєте ви специфіку своєї майбутньої професії?»

та «Чи задоволені ви обраною спеціальністю?» співвідношення відповідей опитаних експериментальної та контрольної груп дає змогу стверджувати, що студенти-випускники коледжу краще розуміють специфіку своєї майбутньої професійної діяльності та задоволені обраною спеціальністю. Таким чином, можна стверджувати, що навчання в коледжі викликало у них зацікавленість, зміцнило наміри стосовно своєї майбутньої професії, а як наслідок – спонукало до продовження навчання за обраною спеціальністю, що, сподіваємося, у майбутньому позначиться на рівні сформованості професійних компетентностей.

Ключові запитання, представлені в анкеті, стосувалися можливих труднощів, з якими студенти зазвичай стикаються на перших етапах навчання, а також шляхів їх подолання. На підставі отриманих відповідей респондентів із КГ та ЕГ можемо зробити порівняльний аналіз.

Так, до запитання «Які труднощі вас спіткали у процесі адаптації в університеті?» було запропоновано такі варіанти відповідей: а) входження в колектив; б) вимоги до навчання; в) непорозуміння з викладачами; г) умови навчання; д) не було труднощів; е) ваш варіант. Результати відповідей на запитання представлено на *рисунку 1*.

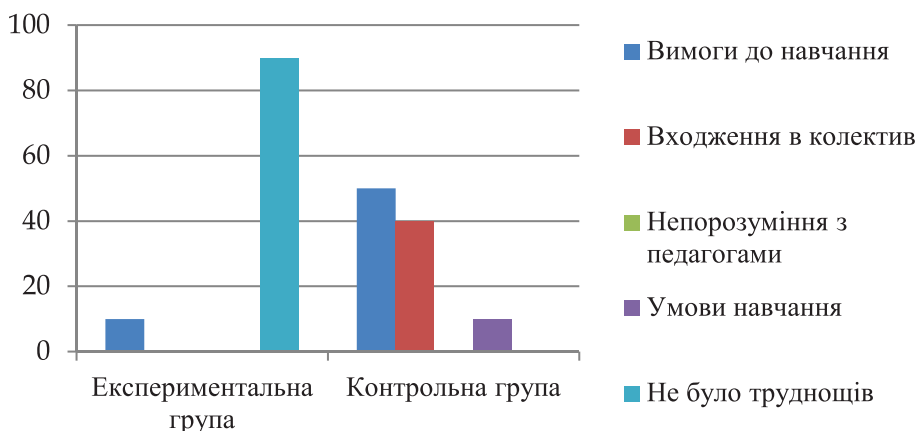


Рис. 1. Результати відповідей на запитання «Які труднощі вас спіткали при адаптації в університеті?»

Відповіді учасників опитування були такими: 10% респондентів ЕГ обрали варіант «вимоги до навчання»; 90% одностайно відповіли – «не було труднощів». Такі варіанти відповідей, як «входження в колектив», «непорозуміння з викладачами», «умови навчання», не було обрано жодним учасником опитування. Також ніхто з респондентів не запропонував власного варіанта відповіді. Щодо студентів КГ, то їх відповіді на це запитання були такими: 40% опитаних обрали варіант «входження в колектив»; 50% – «вимоги до навчання»; 10% – «умови навчання».

До запитання «Що допомогло Вам швидше адаптуватися до нових умов навчання?» учасникам було запропоновано такі варіанти відповідей: а) бажання вчитися; б) взаємовідносини в групі; в) культурно-масові заходи; г) поради та доброзичливість куратора/викладачів/адміністрації закладу; д) ваш варіант. Результати відповідей представлено на *рисунку 2*.

Учасники анкетування, які вступили до університету після закінчення коледжу (тобто ЕГ), відповіли таким чином:

10% обрали відповідь «бажання вчитися»; 70% запевнили, що призвичаїться до нових умов їм допомогли поради та доброзичливість куратора/викладачів/адміністрації закладу; 20% поставили позначку біля варіанта «культурно-масові заходи». Такий варіант, як «взаємовідносини в групі», не обрав жоден із опитаних, подібно до того, як ніхто не запропонував власного варіанта відповіді. Щодо учасників КГ, то їх відповіді кардинально відрізняються: 50% обрали відповідь «бажання вчитися»; 10% – «поради та доброзичливість куратора/викладачів/адміністрації закладу»; 40% – «взаємовідносини в групі».

На запитання «Чи комфортно Вам у новій обстановці?» більшість студентів експериментальної та контрольної груп віддали перевагу варіанту «не впевнений» – відповідно 80% та 60%; по 10% розподілилися голоси між відповідями «так» та «ні» в ЕГ; 40% опитаних обрали відповідь «ні» в КГ.

До запитання «Чи долаєте Ви навчальне навантаження?» було запропоновано такі варіанти відповідей: а) повністю долаю; б) зовсім не долаю;

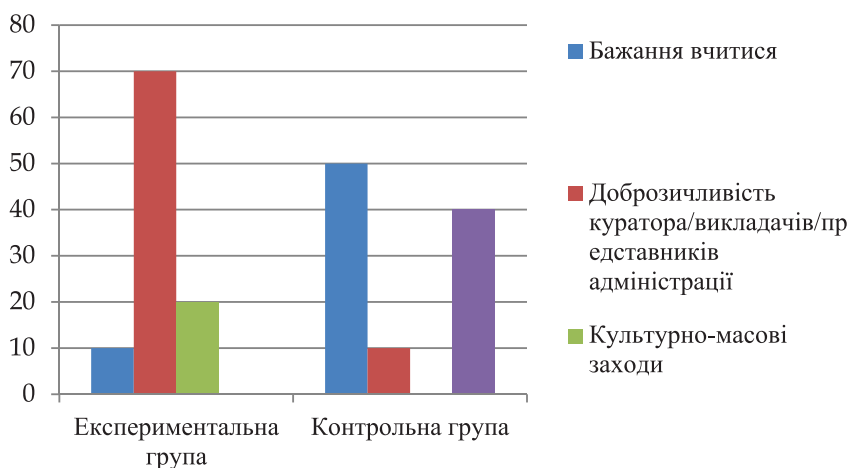


Рис. 2. Результати відповіді на запитання «Що допомогло Вам швидше адаптуватися до нових умов навчання?»

в) виникли труднощі у зв'язку з недостатнім рівнем попередньої підготовки; г) виникли труднощі у зв'язку зі значним обсягом завдань; д) виникли труднощі

у зв'язку з недосконало складеним розкладом занять; е) ваш варіант.

Результати відповіді на означене запитання представлено на *рисунку 3*.

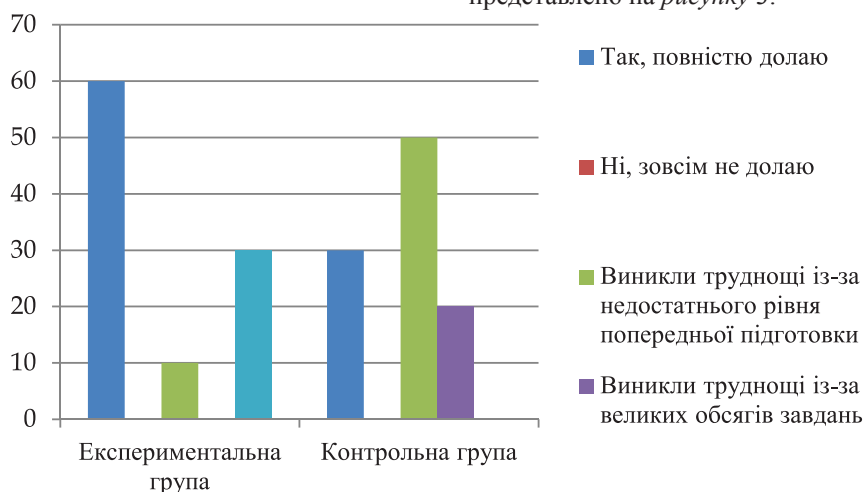


Рис. 3. Результати відповіді на запитання «Чи долаєте Ви навчальне навантаження?»

Отже, більшість (60%) респондентів ЕГ та 30% КГ обрали відповідь «так, повністю долаю»; 10% опитаних ЕГ та 50% КГ – «виникли труднощі у зв'язку з недостатнім рівнем попередньої підготовки»; 30% ЕГ – «виникли труднощі у зв'язку з недосконало складеним розкладом занять»; 20% КГ обрали варіант «виникли труднощі у зв'язку зі значним обсягом завдань». Таких, які б цілковито не могли впоратися із навчальним навантаженням, виявлено не було.

У ході аналізу результатів, на нашу думку, деякі запитання слід охарактеризувати як такі, що потребують особливої уваги. Так, відповідаючи на *запитання «Які труднощі спіткали Вас у процесі адаптації в університеті?»* більшість (90%) опитаних ЕГ запевнили, що не стикалися з труднощами. Натомість студентами КГ у різних співвідношеннях були обрані різні варіанти відповіді, при цьому 50% із них схильються до відповіді «вимоги до навчання».

Як відомо, університетське життя, порівняно зі шкільним, більш насичене, інтенсивне, сповнене несподіванок (як приємних, так і не дуже),

зокрема інші режим роботи, розклад і тривалість занять, навчальне навантаження, вимоги тощо. За нашими спостереженнями, в системі «коледж – університет» адаптація студентів відбувається поступово: *перший етап* передбачає вивчення дисциплін загальноосвітнього (шкільного) циклу, де суттєвих змін першокурсники не відчують, однак викладачі поступово готують їх до навчання за кредитно-модульною системою; *другий етап* відбувається у так званому «пом'якшеному» режимі, адже оточення й умови навчання здобувачам освіти вже відомі; вступаючи до університету, випускники коледжу переходять до *третього етапу* адаптації, який, як правило, досить швидкоплинний. Студенти, які вступили до університету після закінчення школи, відразу стикаються з нововведеннями, які так чи інакше впливають на тривалість адаптації.

Аналізуючи результати відповіді на *запитання «Чи долаєте Ви навчальне навантаження?»*, було з'ясовано, що студентам КГ важко впоратися із навчальним навантаженням насамперед

через недостатній рівень попередньої підготовки та значний обсяг завдань. Для студентів ЕГ ці фактори не є такими суттєвими, оскільки «за плечами» у них – певний рівень фахової підготовки. Більшість респондентів цієї групи на поставлене запитання без вагань відповіли «так, повністю долаю».

Підсумовуючи результати опитування, ми запропонували студентам відповіді на такі запитання «Чи виправдовує навчання в університеті Ваші сподівання?» та «Якби була можливість змінити спеціальність/факультет, чи зробили б Ви це?». Відповіді респондентів свідчать про те, що більше задоволення від навчання та обраної спеціальності відчувають саме випускники коледжу, адже до вибору професії вони поставилися більш свідомо, а отже, більш упевнені у своїх рішеннях.

Висновки. Отже, зважаючи на психолого-педагогічні дослідження вчених із проблем адаптації, а також результати проведеного нами анкетування, можемо зробити такі висновки:

- студенти навчального комплексу «коледж – університет», тобто ті, які продовжили навчання в університеті після закінчення коледжу, пристосовуючись до нових умов, не відчули суттєвих змін;

- студенти навчального комплексу ґрунтовніше усвідомлюють специфіку майбутньої педагогічної діяльності, а більшість із них задоволені обраною спеціальністю (у КГ показники набагато нижчі);

- на відміну від студентів-«новачків» студенти навчального комплексу майже стовідсотково зауважили, що, вступивши до університету, не відчувають суттєвих труднощів у навчанні, натомість у контрольній групі на початковому періоді навчання всі опитані стикнулися з такими труднощами;

- ключову роль у процесі адаптації, на думку учасників ЕГ, відіграли поради та підтримка куратора/викладачів/адміністрації закладу, тоді як студенти КГ відзначили, що в них переважає «власне бажання вчитися» і «сприятлива атмосфера в групі»;

- для студентів комплексу «коледж – університет» успішно є взаємодія в системі «викладач-студент», що передбачає наявність особистісно орієнтованого навчання, тоді як студенти-«новачки» мають лише налагоджувати особистісні контакти всередині групи;

- студентам ЕГ легше долати навчальне навантаження, а труднощі зазвичай виникають лише у зв'язку з недосконало складеним розкладом занять, натомість опитані КГ визначають, що вони потребують додаткової підготовки;

- основними факторами, що впливають на якість навчання, більшість студентів як експериментальної, так і контрольної груп обрали відповіді: «низький рівень мотивації», «значний обсяг навантаження», «недосконала організація навчального процесу».

Отже, адаптація – це невід'ємний процес професійної підготовки майбутніх фахівців фізичної культури і спорту, тривалість якого значною мірою впливає на якість навчання. Студенти, які вступають до університету після закінчення коледжу, за багатьма показниками випереджають студентів, які вступають до закладу вищої освіти відразу після закінчення школи, як-от: мобільність, розуміння специфіки обраної спеціальності та структури навчального процесу, впевненість у власних силах тощо.

Випускник коледжу – це вже сформований фахівець, який володіє певним комплексом професійних компетентностей, а навчання в університеті є для нього не лише складовою ланкою,

де він продовжує навчання, а й періодом самовдосконалення та саморозвитку, коли поглиблюються його знання, вміння та навички, не витрачаючи часу на адаптацію до нових умов, тоді як студент-«новачок» змушений витрачати доволі багато часу на процес адаптації задля включення в нові умови життєдіяльності.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Георгиевский, А. Б. Эволюция адаптации: историко-методологическое исследование / А. Б. Георгиевский. – Л. : Наука, 1989 – 189 с.

2. Денисова Н. В. Психолого-педагогічна підготовка майбутніх учителів в умовах навчально-наукового комплексу «коледж – університет» : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Денисова Наталія Володимирівна ; Харківський національний педагогічний ун-т ім. С. Сковороди. – Х., 2006. – 186 с.

3. Зеер Э. Ф. Личностно ориентированное профессиональное образование / Э. Ф. Зеер. – Екатеринбург : Изд-во УГППУ, 1999 – 126 с.

4. Карпов А. В. Психология профессиональной адаптации : монография / А. В. Карпов, В. Е. Орел, В. Я. Тернопол. – Ярославль : Институт «Открытое общество», РПО, 2003 – 161 с.

5. Маслюк Р. В. Професійна підготовка майбутніх учителів фізичної культури в системі «педагогічний коледж – педагогічний університет» : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 «Теорія і методика професійної освіти» / Р. В. Маслюк – Умань : Уманський держ. пед. ун-т ім. П. Тичини, 2015. – 286 с.

6. Мацкевич А. Л. Специфические характеристики субъекта общения в процессе профессиональной адаптации будущего молодого специалиста: автореф. дисс. на соискание уч. степени канд. психол. наук / А. Л. Мацкевич. – Л., 1987 – 16 с.

7. Мельникова Н. Н. Проблема социально-психологической адаптации. Некоторые подходы к изучению / Н. Н. Мельникова // Социальная психология. Теория. Эксперимент. Практика. – Ярославль, 2000 – Т. 2 – С. 266–270.

8. Парыгин Б. Д. Социальная психология : учеб. пособие / Б. Д. Парыгин. – СПб. : СПбГУП, 2003 – 616 с.

9. Поваренков Ю. П. Проблемы психологии профессионального становления личности / Ю. П. Поваренков. – Ярославль : Канцлер, 2008 – 200 с.

10. Реан А. А. Психология адаптации личности. Анализ. Теория. Практика / А. А. Реан, А. Р. Кудашев, А. А. Баранов. – СПб. : Прайм-ЕВРОЗНАК, 2006. – 479 с.

11. Робалде А. Л. О личностной адаптации в профессиональной деятельности / А. Л. Робалде // Вестник ЛГУ. – 1986 – № 3 – С. 71–84. – (Серия № 6).

12. Свенцицкий А. Л. Социально-психологические факторы производственной адаптации личности / А. Л. Свенцицкий // Промышленная социальная психология / под ред. Е. С. Кузьмина, А. Л. Свенцицкого. – Л. : ЛГУ, 1982 – С. 64–78.

13. Смирнов А. А. Психология вузовской адаптации : учеб. пособие / А. А. Смирнов, Н. Г. Живаев. – Ярославль : ЯрГУ им. П. Г. Демидова, 2009. – 115 с.

14. Сорокина Ю. Л. Преодоление кризиса учебной адаптации студентами педагогического вуза : дис. ... канд. психол. наук / Ю. Л. Сорокина. – Ярославль : ЯГПУ им. К. Д. Ушинского, 2005 – 257 с.

Дата надходження до редакції: 10.10.2018 р.