

УДК 316(05)

## **СПОРТ КАК ВЕКТОР СОЦИАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ ЧЕЛОВЕКА**

**Чистяков К.Е.**

*старший преподаватель,*

*Калужский филиал Московского государственного технического университета  
им. Н.Э. Баумана,*

*Калуга, Россия*

**Рожнов А.А.**

*старший преподаватель,*

*Калужский государственный университет им. К. Э. Циолковского,  
Калуга, Россия*

**Рожнова А.А.**

*студент,*

*Калужский государственный университет им. К. Э. Циолковского,  
Калуга, Россия*

**Маркина А.А.**

*студент,*

*Калужский государственный университет им. К. Э. Циолковского,  
Калуга, Россия*

### **Аннотация**

В статье рассматривается роль занятий спортом, в качестве одного из существующих направлений социального становления личности. Проанализированы основные аспекты влияния физической активности на развитие социальных навыков, укрепление межличностных связей и формирование жизненных ценностей. Авторами определено значение спорта в контексте социализации человека, его адаптации в обществе и развития лидерских качеств. В проведенном исследовании спортивная деятельность

рассматривается, как одно из социальных направлений, способствующих интеграции различных социальных групп, формирует чувство ответственности, коллективизма и повышает общий уровень социальной культуры.

**Ключевые слова:** Занятия спортом, социальное становление, социализация, физическая активность, межличностные связи, лидерские качества.

### ***SPORT: THE VECTOR OF HUMAN SOCIAL DEVELOPMENT***

***Chistyakov K.E.***

*Senior Lecturer,*

*Kaluga Branch of the Bauman Moscow State Technical University,*

*Kaluga, Russia*

***Rozhnov A.A.***

*Senior Lecturer,*

*Kaluga State University named after K. E. Tsiolkovsky,*

*Kaluga, Russia*

***Rozhnova A.A.***

*Student,*

*Kaluga State University named after K.E. Tsiolkovsky,*

*Kaluga, Russia*

***Markina A. A.,***

*Student,*

*Kaluga State University named after K.E. Tsiolkovsky,*

*Kaluga, Russia*

**Abstract** The article examines the role of sports as one of the important areas of social development of a personality. The main aspects of the influence of physical activity on the development of social skills, strengthening interpersonal relationships and the formation of life values are analyzed. The authors show the importance of sports in the context of human socialization, his adaptation to society and the development of

leadership skills. The study presents sports activities as one of the social areas that promote the integration of various social groups, form a sense of responsibility, teamwork and enhance the overall level of social culture.

**Keywords:** sports, social formation, socialization, physical activity, interpersonal relationships, leadership qualities.

Занятия спортом занимают важное место в процессе социального становления человека, являясь одним из ключевых факторов, способствующих личностному и социальному развитию. Актуальность данной темы обусловлена возрастающим значением спорта в современном обществе, где он становится не только средством физического развития, но и важным фактором социальной интеграции и формирования личности. В условиях глобализации и увеличения социальной мобильности спорт выступает универсальным инструментом для преодоления культурных, национальных и социальных барьеров [5]. Он способствует развитию навыков коммуникации, сотрудничества, самодисциплины и ответственности, что крайне важно в условиях современной конкурентной среды [7]. Исследование данного вопроса позволяет глубже понять механизмы влияния спортивной деятельности на социальное становление личности и разработать эффективные подходы к использованию спорта в образовательных и социальных практиках.

На современном этапе развития общества, вступившего в новую фазу информационной эпохи, связанную с тотальной цифровизацией всех сторон социальной жизни, у современных исследователей значительно активизировался интерес, как к проблемам трансформации социальной реальности, так и к рискам виртуализации социума. В данной связи в качестве одной из первостепенных задач для приобщения человека к новой цифровой культуре выступает поиск эффективных путей его социализации. В качестве решения данной задачи предлагается использовать потенциал спорта, благодаря которому существует возможность эффективного воздействия на социальное становление личности.

Известно, что занятия спортом создают уникальные условия для развития таких личностных качеств, как самодисциплина, целеустремленность, уверенность в себе, а также умение работать в команде и решать конфликты. Спортивная деятельность способствует преодолению коммуникативных барьеров, формируя у человека навыки взаимодействия с другими, что особенно важно в условиях современного динамичного общества. Кроме того, участие в спортивных мероприятиях и соревнованиях формирует чувство ответственности и принадлежности к коллективу, что является важным аспектом социализации [6].

Социальное становление представляет собой сложный и многогранный процесс, в ходе которого индивид адаптируется к окружающей социальной среде, усваивает нормы и ценности, а также развивает навыки, необходимые для успешной интеграции в общественные структуры. В этом контексте спорт выступает не только как средство физической активности, но и как мощный инструмент формирования социальных навыков, укрепления межличностных связей и развития лидерских качеств.

Целью исследования является проведение анализа влияния занятий спортом на процесс социального становления личности, выявление его ключевых аспектов и механизмов, а также обоснование значимости спортивной деятельности как инструмента социализации, формирования жизненных ценностей и укрепления социальных связей в современном обществе.

#### Задачи исследования

1. Изучить теоретические аспекты влияния спорта на социальное становление личности.
2. Определить основные механизмы и факторы, через которые спортивная деятельность способствует социализации человека.
3. Выявить роль занятий спортом в формировании лидерских качеств, навыков коллективного взаимодействия и ответственности.

Методология исследования базируется на теоретическом анализе научной литературы, включающем изучение психологических, педагогических и социологических концепций, связанных с влиянием спорта на социальное становление личности. Используется системный подход, позволяющий рассматривать спорт как многогранное явление, влияющее на различные аспекты социализации. Применяются методы сравнительного анализа и обобщения для выявления ключевых факторов и закономерностей, а также интерпретация статистических данных для оценки роли спортивной деятельности в развитии личности и общества.

В процессе изучения научной литературы установлено, что существуют различные интерпретации понятия социального становления. В зависимости от научного подхода, разные авторы и исследователи дают свои определения этого понятия.

По мнению современных исследователей, социальное становление, должно быть основано на усвоении социальных норм и адаптации индивида к существующим общественным условиям и таким образом, представлять собой процесс формирования личности в ходе ее взаимодействия с обществом, предполагающий усвоение норм, ценностей и социальных ролей [3].

В современной научной литературе отмечается, что при определении социального становления необходимо уделять внимание не только усвоению, но и активному вкладу личности в социальные системы, её роли в изменении общества. В результате чего социальное становление трактуется как процесс активного включения человека в социальные структуры, связанный с формированием индивидуальной идентичности и способностей, необходимых для выполнения общественных функций [8].

Подчёркивая роль коллективного сознания и моральных основ в формировании личности Э. Дюркгейм рассматривал социальное становление как

процесс превращения индивида в «социальное существо» через усвоение коллективного сознания и культурных ценностей [4].

В нашем исследовании, предполагающем изучение потенциала спорта в социальном становлении человека мы будем определять социальное становление как процесс индивидуального развития личности через взаимодействия в спортивной среде включающее, как адаптацию к её условиям, так и дальнейшее преобразование полученных навыков с дальнейшим применением их в социальной среде.

Установлено, что в настоящее время социальное становление человека сталкивается с определенными проблемами, которые возникают в разных аспектах личностного и социального развития. Проведя анализ литературных источников по данной тематике, мы установили основные из них, в частности, к таковым следует отнести следующие:

1. Низкий уровень коммуникативности, как одна из характеристик современного человека, проявляющейся в отсутствии навыков эффективного общения с окружающими. Данная проблема затрудняет взаимодействие в социальной среде и ограничивает возможности для установления полезных связей. Отсутствие навыков работы в команде и сотрудничества с другими людьми, что препятствует успешной интеграции в коллектив и реализации совместных проектов. Данная проблема может послужить не только препятствием к успешной социализации, но и привести к недопониманию и конфликтным ситуациям в профессиональном коллективе.

2. Безответственность, вошедшая по результатам исследований Общественной палаты в первые 10 позиций личностных качеств российской молодежи, которая проявляется не только в неспособность взять на себя обязательства и принимать решения, но и выступает в качестве фактора снижения способности личности к выполнению социальных ролей и в дальнейшем, приводит к социальной изоляции или зависимости от других.

3. Отсутствие амбиций и стремления к развитию, профессиональному росту и достижению целей, как следствие низкой самооценки, внешних ограничений или социальной инертности.

4. Отсутствие лидерских качеств снижающее активность личности в общественных и профессиональных сферах, а также ограничивающее сферу влияния на других членов социума. Данные тенденции нередко являются причиной отсутствия собственного мнения и сформированного ответа на социальные вызовы, что выступает определенным препятствием для оказания влияния на происходящие процессы.

5. Социальная неуверенность, как состояние, при котором человек чувствует себя неуверенно в социальной среде, боится новых знакомств, избегает общения, что затрудняет его адаптацию и взаимодействие с окружающими.

6. Низкая эмоциональная зрелость в контексте отсутствия способности к управлению своими эмоциями и адекватной реакции на стрессовые ситуации, что препятствует полноценной социальной адаптации и ведет к межличностным конфликтам. Личность, не обладающая навыками конструктивного разрешения конфликтных ситуаций, сталкивается с трудностями в социальной интеграции, что часто приводит к обострению отношений и социальной изоляции.

7. Ограниченные социальные связи, тормозящие процесс социализации и социального становления личности и являющиеся барьером для успешной интеграции в общественные структуры и профессиональные среды.

Проанализировав данную проблематику был сделан вывод, что решение проблем социального становления требует комплексного подхода, охватывающего различные аспекты личностного и социального развития человека. В качестве одного из эффективных инструментов может быть использовано его привлечение к занятиям спортом, так как физическая активность способствует развитию навыков командной работы, укрепляет чувство ответственности и формирует лидерские качества. В частности, Дневник науки | [www.dnevniknauki.ru](http://www.dnevniknauki.ru) | СМИ Эл № ФС 77-68405 ISSN 2541-8327

современные научные исследования говорят о том, что спортивная деятельность помогает человеку преодолевать и коммуникативные барьеры, учит взаимодействию с другими людьми и развивает уверенность в себе [1].

В целом, занятия спортом способствуют развитию важных индивидуальных личностных качеств, которые необходимы для успешной социализации и личностного роста. Отмечено, что спорт помогает формировать самодисциплину, целеустремлённость, умение преодолевать трудности, выносливость и уверенность в себе. Также он развивает эмоциональную стабильность и способность принимать решения в сложных ситуациях.

Важно отметить, что огромный потенциал для социального становления человека заложен, как в индивидуальные, так и в командные виды спорта. Изучив потенциал индивидуальных видов спорта, таких как бег, плавание, теннис, гимнастика или боевые искусства, было установлено, что он заключается в формировании самодисциплины и личной ответственности спортсменов за результат соревновательной деятельности. Данные виды спорта развивают концентрацию, умение ставить цели и работать над их достижением. единоборства, такие как дзюдо, бокс или карате, акцентируют внимание на самообладании, уважении к сопернику и контроле агрессии. Эти виды спорта воспитывают стойкость, уверенность в своих силах и умение быстро принимать решения в стрессовых ситуациях. Бег требует от спортсмена постоянной работы над собой, выдержки и умения преодолевать собственные слабости. Плавание способствует развитию самодисциплины, так как регулярные тренировки требуют организованности и умения планировать время [9]. Оно помогает укрепить целеустремлённость, поскольку достижения в этом виде спорта достигаются через последовательную и упорную работу. Теннис формирует реакцию и скорость принятия решений, поскольку в игре требуется быстро оценивать ситуацию и мгновенно адаптироваться к действиям соперника. Этот вид спорта развивает стратегическое мышление, так как успешная игра требует планирования ходов и анализа действий оппонента. Теннис также способствует

Дневник науки | [www.dnevniknauki.ru](http://www.dnevniknauki.ru) | СМИ Эл № ФС 77-68405 ISSN 2541-8327



улучшению концентрации внимания и эмоциональной устойчивости, так как спортсмен должен сохранять контроль над эмоциями во время матча. Кроме того, теннис укрепляет чувство ответственности, поскольку результат игры напрямую зависит от личных усилий, и развивает уверенность в своих силах через преодоление трудностей и достижение поставленных целей.

Потенциал командных видов спорта, таких как футбол, баскетбол или волейбол, раскрывается в требуемом от спортсменов высоком уровне взаимодействия, что в свою очередь развивает коммуникабельность, эмпатию и навыки командной работы. Участие в командных соревнованиях способствует формированию лидерских качеств, навыков распределения ролей и управления конфликтами. Футбол развивает навыки командной работы и способность взаимодействовать с другими людьми для достижения общей цели [2]. Участие в игре способствует формированию лидерских качеств, стратегического мышления и умения распределять роли в коллективе. Игроки учатся ответственности, так как результат команды зависит от каждого, а также эмоциональной устойчивости, справляясь с напряжением на поле. Баскетбол развивает координацию, быстроту реакции и стратегическое мышление [10]. Этот вид спорта требует эффективного взаимодействия в условиях быстрого темпа игры, что способствует формированию навыков коммуникации и принятия решений в сжатые сроки. Он также укрепляет доверие между игроками и учит взаимопомощи. Волейбол помогает развивать навыки сотрудничества, так как успех игры зависит от слаженных действий всех участников. Он учит распределять ответственность и действовать синхронно с командой. Волейбол также способствует развитию концентрации, так как игроки должны следить за движением мяча и быть готовыми к быстрому реагированию.

Хоккей развивает физическую выносливость, быстроту реакции и умение работать в экстремальных условиях. Этот вид спорта учит находить решения в сложных ситуациях, действовать решительно и взаимодействовать с командой

даже в условиях стресса. Он формирует стойкость и умение контролировать свои эмоции.

Анализ полученных данных свидетельствует о положительном влиянии регулярных физических нагрузок на уровень самооценки и эмоционального благополучия, что, в свою очередь, способствует повышению социальной активности и улучшению межличностных отношений. Спорт также рассматривается как средство формирования социальных связей и расширения социальных сетей, что имеет важное значение для успешной интеграции в общество.

Таким образом был сделан вывод, что занятия спортом выступают значимым вектором социального становления личности, способствуя комплексному развитию как индивидуальных, так и социальных качеств. Спортивная деятельность способствует формированию ключевых навыков, включая самоорганизацию, командное взаимодействие, лидерство и коммуникативные способности, что в свою очередь усиливает социальную адаптацию индивида в различных контекстах.

Различные виды спорта оказывают разное воздействие на личностное развитие. Индивидуальные виды, такие как плавание, гимнастика и теннис, акцентируют внимание на самодисциплине, целеустремлённости и ответственности за собственные результаты. Командные виды спорта, включая футбол, баскетбол и хоккей, развивают коммуникативные навыки, лидерские качества и способность работать в коллективе, создавая условия для успешного сотрудничества и взаимной поддержки в соревновательном периоде.

Особенности каждого вида спорта помогают личности преодолевать свои слабости, работать над самооценкой, развивать стрессоустойчивость и уверенность в себе. Более того, спорт способствует не только физическому, но и ментальному развитию, укрепляя стойкость и способность адаптироваться к изменяющимся условиям. В процессе занятий спортом личность сталкивается с ситуациями, которые требуют принятия решений, оценки рисков и

ответственности за свои действия, что стимулирует формирование зрелости и ответственности.

Важность спорта в процессе социального становления личности заключается также в его способности объединять людей, создавая пространство для общения и сотрудничества, независимо от социального или культурного фона. В условиях глобализации спорт становится универсальным инструментом социализации, позволяющим индивиду расширять круг общения, укреплять свои социальные связи и успешно адаптироваться в современном обществе.

### **Библиографический список:**

1. Бабич, Е. Г. Формирование коммуникативных навыков в условиях командного вида спорта у подростков с нарушениями слуха // Теория и практика физической культуры. – 2022. – №. 2. – С. 67-68.

2. Гакаме, Р. З. Двигательный аппарат футболиста. От теории к практике / Р. З. Гакаме, С. К. Григорьев, М. Р. Григорьян // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2024. – № 12(238). – С. 132-137.

3. Жумагалиева, А. А. Формирование представлений младших школьников о семье как базовой национальной ценности // Проблемы современного педагогического образования. – 2023. – №. 79-3. – С. 100-103.

4. Каплун, В. Миф Дюркгейма: что Витгенштейн и Райл могли бы сказать о пригодности основных понятий социальных наук // Социологическое обозрение. – 2023. – Т. 22. – №. 2. – С. 29-49.

5. Коногорская, С. А. Мотивация занятий экстремальными видами спорта в юношеском возрасте / С. А. Коногорская // Азимут научных исследований: педагогика и психология. – 2021. – Т. 10. – № 2(35). – С. 362-367.

6. Окуньков, Ю. В. О субъективных и объективных факторах приобщения к занятиям физической культурой и спортом / Ю. В. Окуньков, Э. А. Зюрин, К. С. Родин, О. М. Скородумова // Вестник спортивной науки. – 2019. – № 5. – С. 63-66.

7. Овчинников, Ю. Д. Оперативные решения правительства по поддержке спорта в России / Ю. Д. Овчинников, Я. В. Тон, А. В. Захарова // Профильная школа. – 2024. – Т. 12, № 5. – С. 28-32.

8. Реморенко, И. М. Педагогика длинной воли: Рефлексия «Критики педагогического разума» в исследованиях Петра Щедровицкого // Образовательная политика. – 2021. – Т. 4. – №. 88. – С. 116-124.

9. Семенов, В. Д. Биомеханика движения в плавании: анализ техники плавания и её влияние на результативность / В. Д. Семенов, Л. П. Федосова // Тенденции развития науки и образования. – 2024. – № 111-6. – С. 128-133.

10. Шпет, В. В. Баскетбол 3х3: социальные факторы развития спортивных технологий / В. В. Шпет, Ю. Д. Овчинников, В. А. Якунина // ОБЖ: Основы безопасности жизни. – 2022. – № 4. – С. 58-61.

*Оригинальность 83%*