

приходит глубокое разочарование и порой вообще пропадает желание заниматься спортом для здоровья.

Из изложенного выше следует, что физические упражнения, как лекарства, необходимо применять, обладая определёнными знаниями и в строгом соответствии с предписанными требованиями и только тогда можно рассчитывать на ожидаемый положительный результат.

**А.В. Бутько, А.В. Грушник**

УО «Белорусский государственный университет культуры и искусств»

## **ФОРМИРОВАНИЕ ДУХОВНО-ПРАВСТВЕННОЙ КУЛЬТУРЫ У СТУДЕНТОВ В ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ**

В настоящее время перед высшими учебными заведениями остро стоит вопрос: как организовать учебно-воспитательный процесс, чтобы не только выявить и развить способности каждого студента, но и сформировать духовно-богатую, творчески мыслящую личность, нравственные ценности бытия, такие как любовь к Отечеству, стремление к доброте, совесть, честь [1, 3]. Негативные процессы в социальной жизни сопровождаются разрушением нравственных норм, ухудшением здоровья студентов, снижением уровня их физической подготовленности; распространением болезней, имеющих социальную обусловленность: ростом стрессов, депрессий, агрессивности. В связи с этим появляется необходимость в организации физического самовоспитания, ориентированного на духовно-нравственное развитие студентов, на укрепление здоровья и саморазвитие двигательных умений, физических способностей организма для подготовки себя к служению Отечеству, созданию семьи и поддержанию здорового образа жизни в ней, воспитанию здоровых детей.

Организация физического воспитания студентов осуществляется в процессе учебных занятий и во вне учебное время. Регулярные занятия физической культурой и спортом ведут студентов к достижению необходимого уровня тренированности, а также содержат неограниченные возможности для духовно-нравственного, интеллектуального, трудового, эстетического воспитания, для гармоничного развития личности подрастающего человека. Учебно-двигательная деятельность на занятиях физической культурой имеет большие возможности для решения задач духовно-нравственного воспитания.

Нравственная сущность человека проявляется в единстве его сознания, поведения и чувств. Нравственность как стержневое качество человека требует усвоения нравственных знаний, понятий, которые являются предпосылками осознания студентами своих обязанностей и привычек поведения. Формирование духовно-нравственного сознания преимущественно связано с методами словесного воздействия на личность. Итогом их применения должно явиться преобразование духовно-нравственных понятий в жизненную позицию, духовно-нравственные убеждения студента.

Нравственное поведение складывается из поступков, в основе которых лежат знания и убеждения. Создание ситуации выбора в воспитании – это важнейший путь превращения нравственных знаний в поступок. Физическая культура содержит огромные возможности для воспитания сугубо человеческих качеств – силы воли, смелости, коллективизма, умение терпеть и так далее. Содержание учебно-двигательной деятельности имеет много ситуаций для выражения чувства достоинства, уважения, верности, долга, ответственности, гордости, совести.

На учебных занятиях, тренировках, а особенно во время спортивных соревнований студенты испытывают большие физические и моральные нагрузки. Умение подчинить свои интересы интересам коллектива, неукоснительное выполнение определенных правил спортивных соревнований, уважительное отношение к сопернику содействуют формированию у них таких нравственных черт характера, как сила воли, смелость,

самообладание, самопознание, решительность, уверенность в своих силах, выдержка, внутренняя культура, дисциплинированность, ответственность.

Сущность физического воспитания заключается в систематическом и планомерном развитии качеств и свойств личности, определяющих подготовку человека к жизни, к общественно полезному труду. В процессе подготовки и проведения занятий необходимо обращать внимание на коллективную расстановку и уборку снарядов, оборудования, инвентаря. Трудолюбие также воспитывается непосредственно в процессе занятий физическими упражнениями и спортом, когда занимающиеся для достижения максимального результата, преодолевая усталость, многократно выполняют задания. Целеустремленность и настойчивость в достижении цели, воспитанные в процессе занятий физическими упражнениями, переносятся в последующем и на трудовую деятельность [2].

Индивидуальная физическая культура является результатом личностного осмысления, выработки представлений, отношений, убеждений, “программ поведения”. В ней интегрируются структура самосознания, аспекты саморегуляции, самопознания, самоотношения. На этой основе формируется Я-концепция личности, обеспечивается ее устойчивое адаптивное культурное поведение в разнообразных условиях жизнедеятельности.

Физическая культура прямо и опосредованно охватывает такие свойства и качества личности, которые позволяют ей развиваться в гармонии с культурой общества, достигать гармонии знаний и творческого действия, чувств и общения, физического и духовного, разрешать противоречия между природой и производством, трудом и отдыхом. Достижение личностью такой гармонии обеспечивает ей социальную устойчивость, продуктивную включенность в жизнь и труд, создает ей психический комфорт.

Организация работы студентов над собой в плане физического самосовершенствования, ориентированного на духовно-нравственное воспитание, включает несколько этапов:

- 1 этап – психолого-педагогическая подготовка;
- 2 этап – практическая организация;
- 3 этап – стимулирующий;
- 4 этап – контрольно-коррекционный.

На первом этапе в ходе психолого-педагогической подготовки – осуществляется формирование значимых мотивов, чтобы студенты включились в работу над собой в плане физического самосовершенствования и духовно-нравственного саморазвития, на втором осуществляется обучение студентов методам и приемам работы над собой в плане физического и духовно-нравственного саморазвития, овладение методикой самостоятельных занятий физическими упражнениями. На третьем этапе – создание педагогических условий, методических приемов для дальнейшего развития процесса физического самовоспитания, ориентированного на духовно-нравственное развитие студентов; на четвертом этапе осуществляется определение результативности процесса самовоспитания, постановка целей самовоспитания.

В процессе психолого-педагогической подготовки студента включается процесс самосознания. Этот процесс организовывается относительно своего физического состояния и духовно-нравственной сферы. Для организации включения студентов в процесс осознания необходимости работы над собой в плане физического самосовершенствования и духовно-нравственного саморазвития проводятся индивидуальные и коллективные беседы, анкетирование, тестирование, после чего делаются соответствующие выводы.

Для формирования мотивов работы над собой в плане физического самовоспитания проводятся лекции, беседы о роли и значимости физического самовоспитания, беседы с врачом психологом.

В ходе этого решаются задачи:

- показать сущность физического самовоспитания в тесной взаимосвязи с духовно-нравственным развитием личности;
- познакомить с физическим самовоспитанием как важным и необходимым средством физического самосовершенствования.

Компонент содержания физического воспитания и самовоспитания включает знания из области физической культуры, знания о духовности и нравственности в высоком смысле понимания красоты и правильности взаимоотношения с другими людьми, с самим собой, о свободе выбора ценностных ориентиров и постоянного саморазвития своего духовного мира. В результате этого достигаются многие важные цели и задачи спортивно-гуманистического воспитания студентов – в первую очередь формирование у них устойчивой ориентации на связанные со спортом духовно-нравственные ценности. Поэтому актуален вопрос более полного, интегративного, комплексного подхода к организации духовно-нравственного воспитания студенческой молодежи.

Такой подход – не просто субъективное пожелание. Его необходимость обусловлена рядом факторов. Прежде всего, необходима педагогическая коррекция у студентов ряда компонентов: знаний, интересов, потребностей, ценностных ориентаций, эмоциональных реакций. Причем сами эти знания и элементы мотивационной системы весьма разнородны: они относятся к нравственной, эстетической, коммуникационной и другим компонентам культуры [4].

Не менее важно и то, что указанные выше задачи духовно-нравственного воспитания студентов нельзя решить с помощью лишь одного метода или совокупности однотипных методов (например, относящихся только к сфере информационной, разъяснительной работы). Необходим комплекс разнородных средств и методов, то есть также интегративный подход.

Учитывая это, одним из направлений деятельности преподавателей нашего вуза является формирование здорового образа жизни у студентов, а также личностных качеств, обеспечивающих конкурентоспособность на рынке труда, развитие духовно-нравственной, творческой личности, умеющей адаптироваться в современных условиях.

### **Литература**

1. Бальсевич, В. К. Физическая культура: молодежь и современность / В. К. Бальсевич // Теория и практика физической культуры. – 1995. – № 4. – С. 2–7.
2. Логунов, В. И. Основные направления формирования потребности в систематических занятиях физическими упражнениями у студентов технического вуза / В. И. Логунов // Теория и практика физической культуры. – 2008. – № 6. – С. 32–34.
3. Лубышева, Л. И. Концепция физкультурного воспитания: методология развития и технология реализации / Л. И. Лубышева // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 1996. – № 1. – С. 11–18.
4. Холодов, Ж. К. Теория и методика физического воспитания и спорта: учебное пособие для студентов высших учебных заведений / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. – М. : Академия, 2003. – 480 с.

**А.В. Бутько, А.В. Цыркунова**

УО «Белорусский государственный университет культуры и искусств»

### **ФОРМИРОВАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ БУДУЩИХ КУЛЬТУРОЛОГОВ-МЕНЕДЖЕРОВ СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ**

Физическая культура выступает важнейшей предпосылкой реализации человека и общества, а его здоровье и активное долголетие – как ключевые условия оптимальной жизнедеятельности, ведущие критерии социального прогресса и гуманизации общества. Это требует развития всей совокупности человеческих сил и физических, психических, интеллектуальных, эмоциональных способностей. Поэтому освоение комплекса ценностей и технологий физической культуры ныне рассматривается в качестве мощного стимула самоопределения и самореализации личности.