

Министерство образования Республики Беларусь
Учреждение образования «Барановичский государственный университет»
Студенческое научное общество БарГУ

СОДРУЖЕСТВО НАУК. БАРАНОВИЧИ-2016

Материалы XII Международной
научно-практической конференции
молодых исследователей

(Барановичи, 19—20 мая 2016 года)

В трёх частях

Часть 3

Барановичи
БарГУ
2016

В части 3 материалов XII Международной научно-практической конференции молодых исследователей «Содружество наук. Барановичи-2016» представлены результаты теоретических и практических исследований, проведённых в учреждениях высшего образования Республики Беларусь и за рубежом, по психолого-педагогическим и социально-гуманитарным наукам, экологии, физической культуре, спорту и здоровому образу жизни, технологическому и эстетическому образованию.

Сборник адресуется широкому кругу специалистов сферы образования, аспирантам и студентам.

Редакционная коллегия:

А. В. Никишова (гл. ред.), А. А. Селезнёв (отв. секретарь),
В. И. Козел, А. В. Демидович, А. В. Литвинский, З. В. Лукашя, Н. Г. Дубешко, Е. А. Клещёва,
К. С. Тристеня, И. А. Ножка, А. В. Земоглядчук, Д. С. Лундышев

Рецензент

доктор психологических наук, профессор Я. Л. Коломинский

Наряду с факторами выделяют признаки готовности, которые позволяют судить о мере этой готовности (продуктивности и удовлетворённости, которые характеризуют быстроту включения человека в деятельность, лёгкость адаптации к новым условиям); актуализацию выбора будущей профессии) [9].

Следует отметить, что содержание и структура готовности обуславливаются не только задачей, обстановкой и прочими внешними факторами, но и фазами, этапами её формирования. В создании, сохранении и восстановлении состояния готовности решающую роль играет то, что она связана с различными сторонами личности. Вне существующих связей с другими характеристиками психической деятельности состояние готовности теряет своё содержание.

Заключение. Проанализировав работы по проблеме готовности студентов к самостоятельным занятиям физической культурой, мы пришли к выводу, что единого подхода в его сущностном определении в теории и практике физического воспитания в настоящее время нет. В большинстве случаев делаются попытки обращения к личности студента. Однако говорить о целенаправленной работе по существующей, на наш взгляд, проблеме не представляется возможным.

Анализ научных источников позволил также убедиться в том, что понятие «готовность» необходимо рассматривать как основу в характеристике конечной цели подготовки студенческой молодёжи к самостоятельной деятельности в области физической культуры. Но следует отметить, что любая готовность — это лишь неременное условие успешности какой-либо деятельности, но вовсе не полная её гарантия.

Это позволяет нам определить *готовность* как сложное, целостное личностное образование, в состав которого входят морально-волевые качества личности, социально значимые мотивы, практические умения, а также навыки и знания о сфере самостоятельной деятельности в области физической культуры.

Список цитируемых источников

1. Коледа В. А. Физическая культура в формировании личности студента. Минск : БГУ, 2004. 167 с.
2. Даль В. И. Толковый словарь живого великорусского языка : в 4 т. М. : Крас. пролетарий, 1999. Т. 2. 779 с.
3. Словарь практического психолога / сост. С. Ю. Головин. Минск : Харвест, 1998. 368 с.
4. Ананьев Б. Г. О проблемах современного человекознания. М. : АПН РСФСР, 1977. 346 с.
5. Платонов К. К. Краткий словарь системы психологических понятий. М. : Высш. шк., 1984. 140 с.
6. Крутецкий В. А. Основы педагогической психологии. М. : Просвещение, 1972. 253 с.
7. Миролубова Г. С. Готовность субъекта к инструментальному использованию нормы как психологический фактор культурной компетентности : дис. ... канд. психол. наук. Екатеринбург, 2006. 200 с.
8. Гинзбург М. Р. Психологическое состояние личностного самоопределения // Вопр. психологии. 1994. № 3. С. 18—26.
9. Загвязинский В. И. Теория обучения: Современная интерпретация : учеб. пособие для студентов высш. пед. учеб. заведений. М. : Акад., 2001. 192 с.

УДК 372.016:796

Ю. С. Сидоркевич

Учреждение образования «Барановичский государственный университет», Барановичи

КОМПОНЕНТЫ ГОТОВНОСТИ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЁЖИ К САМОСТОЯТЕЛЬНЫМ ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ

Введение. Актуальность физического самовоспитания студенческой молодёжи обусловлена необходимостью самоопределения в будущей профессиональной деятельности. Нередко студенты выбирают дополнительные средства для решения личных более узких задач в целях коррекции своего здоровья: повышение вестибулярной устойчивости, ловкости, оперативного мышления, решительности и смелости, повышение устойчивости к неблагоприятным факторам окружающей среды [1]. Такой выбор обусловлен, в первую очередь, требованиями жизнедеятельности студенческой молодёжи.

Студенческий возраст является сенситивным периодом для развития основных социогенных потенций человека [2], способствующим формированию направленности ума, склада мышления, профессиональной направленности, работоспособности и мотивации на самообразование.

Неотъемлемым компонентом физической культуры личности является включённость обучающегося в активные формы занятий физическими упражнениями. Основной формой таких занятий являются регулярные самостоятельные занятия [3]. Самостоятельные занятия — занятия физическими упражнениями, обусловленные задачами необходимого для жизнедеятельности человека объёма двигательной активности.

Необходимым условием приобщения студентов к регулярной работе по физическому самосовершенствованию является состояние готовности к таковой.

Если само понятие «готовность» получило более или менее ясную психолого-педагогическую интерпретацию (в педагогическом плане, прежде всего, в сфере профессиональной деятельности), то готовность к физической культуре не получила должного, на наш взгляд, освещения и раскрытия. Ещё менее изученной оказыва-

лась проблема формирования готовности к самостоятельным занятиям физической культурой. Это потребовало рассмотрения некоторых значимых для исследования общих положений, характеризующих структуру готовности к самостоятельным занятиям физической культурой студенческой молодежи.

Основная часть. Основанием для обращения к проблеме готовности студенческой молодежи к самостоятельным занятиям физической культурой является ориентация современного высшего образования на личность студента, а в области физкультурного образования — на её образовательные и личностно развивающиеся возможности.

Анализ теории и практики показывает, что в психолого-педагогической литературе нет однозначного понятия готовности. Это обусловлено разными подходами к раскрытию его сущности и разными аспектами исследования, где решаются конкретно поставленные задачи.

Теоретический анализ, проделанный в процессе исследования, позволил обнаружить тот факт, что готовность толкуется как состояние и как качество личности (Б. Г. Ананьев, К. К. Платонов и др.).

В словаре по психологии понятие «готовность» рассматривается как осознанная установка на предстоящую деятельность, обусловленная высоким уровнем развития мотивационных, эмоциональных и волевых процессов личности, обеспечивающих успех предстоящей деятельности [4].

Необходимо отметить тот факт, что готовность характеризуется как симбиоз общей и социально-психологической готовности личности к различным видам деятельности, в том числе самообразованию и саморазвитию [5].

Таким образом, понятие «готовность» мы рассматриваем как основу в характеристике конечной цели подготовки студенческой молодежи к самостоятельной деятельности в области физической культуры. Но следует отметить, что любая готовность — это лишь неперенное условие успешности какой-либо деятельности, но вовсе не полная её гарантия.

Если взять во внимание структурное содержание данного понятия, то состояние готовности к самостоятельным занятиям физической культурой мы определяем как многомерное, интегральное, психическое состояние личности, включающее в себя три базовых компонента: информационный, мотивационный, операциональный.

Информационный компонент (интеллектуальная готовность). Она включает в себя широкий спектр теоретических и практических знаний, касающихся естественнонаучных знаний о человеке, знаний основ теории физической культуры и теории самовоспитания, а также знаний самого себя, возможностей своего организма и психологических особенностей.

Индивидуальные знания каждого человека всегда специфичны. Это выражается в их объёме, полноте, глубине, предметности, системности и т. д.

Одной из основных причин слабой активности в организации самостоятельных занятий физической культурой многие исследователи считают именно низкий уровень теоретических знаний студентов в этой области.

Условием формирования информационного компонента готовности, на наш взгляд, является специальный отбор и усвоение знаний о человеке, здоровом образе жизни, основ методике самостоятельных занятий физической культурой, контроля и самоконтроля при выполнении физических упражнений.

Мотивационный компонент (психологическая готовность). Образующим термином этого компонента готовности является мотивация, однозначно понимаемая как побуждение к направленному действию. К элементам мотивационного компонента относятся потребности (как источник активности и основа проявления других элементов), мотивы (как причина активности, результирующая часть потребностей), ценностная ориентация (как механизм реализации потребности).

Таким образом, за психологической готовностью стоят определённые процессы, свойства и качества личности. В сложной структуре готовности *мотивационную готовность* исследователи считают одной из наиболее существенных, так как зачастую основные трудности у студенческой молодежи вызывает начальный этап вхождения в самостоятельную целенаправленную систематическую работу по физической культуре.

Главным среди условий формирования и развития мотивационного компонента готовности, на наш взгляд, является использование дифференцированного подхода в учебно-воспитательном процессе, направленного на включение обучающихся в те формы и виды самостоятельной деятельности, которые отражают их интересы, желания и возможности, формируют положительные эмоции и, как результат, ценностное отношение к данной деятельности.

Операциональный компонент (деятельная готовность). Терминологическое обозначение данный компонент получил из определения состава единиц деятельности. Таковыми являются операции, которые характеризуются как способы деятельности и определяются условиями ситуации. Поскольку осуществление способов деятельности возможно на базе сформированных умений, то они и являются составляющими операционального компонента готовности.

Данный компонент представляет собой соединение знаний и умений, мотивов и убеждений в собственную практику физического самовоспитания. Для создания целостной картины того направления, в котором человек предполагает совершенствоваться, необходимо обладать такими навыками, как целеполагание, адекватная самооценка, умение управлять собой, воздействовать, контролировать и стимулировать самого себя.

Условием формирования операционального компонента готовности к самостоятельным занятиям физической культурой мы считаем реализацию личностно-деятельностного подхода в образовании. Он предполагает построение учебного процесса в соответствии с особенностями и возможностями студентов, а также активное вовлечение их в многообразные виды самостоятельной физкультурно-спортивной деятельности, проявление инициативности, самостоятельности, добровольность участия. Специально созданная ситуация успеха в данного рода деятельности и направленность на преодоление трудностей являются одним из эффективных педагогических условий стимулирования работы личности над собой.

Необходимо отметить тот факт, что все перечисленные выше компоненты находятся в непосредственной взаимосвязи. Так, информационный компонент обуславливает развитие мотивационного и операционального компонентов. В процессе овладения знаниями, особенно в случае позитивного, эмоционального переживания, формируется интерес к самому себе (в частности, к своему физическому развитию), происходит становление мотивации к самостоятельной физкультурной деятельности, т. е. интеллектуальный компонент закладывает «базу» психологического и деятельностного. И наоборот, мотивация, которая реализуется в самостоятельной практической деятельности в сфере физической культуры, является толчком к овладению знаниями в данной области, т. е. мотивационный компонент обуславливает формирование информационного компонента.

Заключение. Анализ научных источников позволил нам убедиться в мысли, что готовность к самостоятельным занятиям физической культурой во всём многообразии её элементов не является изначально заданной, а приобретает в реальных условиях конкретной деятельности. В этом плане она является не статичной, раз и навсегда сформированной, а динамичной, развивающейся системой свойств личности.

Это позволяет нам определить готовность к самостоятельным занятиям физической культурой как динамично развивающееся личностное качество, позволяющее студенту преодолевать трудности, возникающие в данной деятельности, реализовывать познавательный интерес, знания и умения в данной области, и имеющее достаточно сложную структуру, включающую следующие компоненты: информационный, мотивационный и операциональный.

Список цитируемых источников

1. Коледа В. А. Физическая культура в формировании личности студента. Минск : БГУ, 2004. 167 с.
2. Григоренко Л. В. Формирование готовности студентов педагогического вуза к профессиональной деятельности в процессе самостоятельной работы : дис. ... канд. пед. наук. Кривой рог, 1991. 185 с.
3. Машарская Н. М. Обучение учащихся самостоятельным занятиям физическими упражнениями // Физич. культура і здоров'я. Сер. «У дапамогу педагогу» : навуц.-метад. часоп. 2012. № 1. С. 47—51.
4. Словарь практического психолога / сост. С. Ю. Головин. Минск : Харвест, 1998. 368 с.
5. Гинзбург М. Р. Психологическое состояние личностного самоопределения // Вопр. психологии. 1994. № 3. С. 18—26.

УДК 378.015.3:796741

Н. В. Синева, Н. Н. Новикова

*Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Тульский государственный университет», Тула, Российская Федерация*

НОВЫЕ МЕТОДИКИ ПРОЕКТИРОВАНИЯ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ПОСРЕДСТВОМ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ АЭРОБИКИ

Введение. Важнейшим принципом системы физического воспитания является принцип оздоровительной направленности. Суть данного принципа заключается в том, что физическая культура должна содействовать укреплению здоровья. Следовательно, основной путь укрепления здоровья детей и подростков — формирование основ здорового образа жизни. Принцип оздоровительной направленности обязывает специалистов по физической культуре и спорту так организовать физическое воспитание, чтобы оно выполняло и профилактическую, и развивающую функции.

К настоящему времени разработан и апробирован целый ряд авторских комплексов и программ физических упражнений оздоровительной направленности, которые предназначены для широкого использования, но появляются и новые направления оздоровительной физической культуры, дающие несомненный оздоровительный эффект. К ним можно причислить оздоровительную аэробику и её разновидности: степ-джаз, аква- или гидроаэробику, танцевальную аэробику (фанк-аэробику, сити-джем, хип-хоп и др.), велоаэробику, аэробику с нагрузкой (небольшой штангой), акваджогинг, шейпинг, стретчинг и т. д.

Оздоровительная аэробика — одно из направлений массовой физической культуры с регулируемой нагрузкой. Характерной чертой оздоровительной аэробики является наличие аэробной части занятия, на протяжении которой поддерживается на определенном уровне работа сердечно-сосудистой, дыхательной и мышечной систем [1].

Основная часть. Исследуя содержание физического воспитания в школах Тульской обл., мы пришли к выводу, что в большинстве случаев школьные программы по физической культуре строятся по тематическим разделам, которые направлены на обучение техническим элементам из различных видов спорта. Так, согласно тематическому плану урока по физической культуре, в «Средней школе № 14 г. Тулы», а также в большинстве школ сельской местности наибольшее количество часов отводится лыжному спорту — 20 ч. По 16 ч уделяется гимнастике с элементами акробатики и легкой атлетике. Объем занятий по баскетболу и волейболу примерно одинаков и составляет 8 ч.