

2. Раевский Р.Т. Профессионально-прикладная подготовка студентов технических вузов: Учебн. пособие. – М.: Высш. шк., 1985. – 136 с.
3. Баранов В.В. Физическая культура: учебник, Оренбург 2009 – 289с.

## **РАЗВИТИЕ МОРАЛЬНО-ПРАВСТВЕННЫХ КАЧЕСТВ У СТУДЕНТОВ СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ**

**Корнев А.К., Сапегина Т.А.**

Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования «Российский государственный профессионально-педагогический университет», г. Екатеринбург, Россия

*Аннотация.* Формирование личности является одной из основных задач высшего образования, так как без основополагающих ценностей невозможно воспитать гражданина и человека, будущего профессионала. В статье рассматриваются возможности физической культуры в развитии морально-нравственных качеств личности студентов.

*Ключевые слова:* студенты, физическая культура, морально-нравственные качества.

В современном российском обществе происходят глобальные изменения во всех сферах жизнедеятельности человека под воздействием внешних и внутренних факторов. Интеграция экономических и культурных связей, развитие рыночной экономики, смена приоритетных направлений в государственной политике и гражданском обществе – все это требует переосмысления, изменения и обозначения новых подходов к формированию, воспитанию современного молодого поколения, которое кроме высоких профессиональных знаний и умений, должно обладать определенными морально-нравственными качествами личности[1]. Именно правильно сформированные ценности у молодежи будут являться залогом стабильности и будущего экономического роста страны. А их отсутствие

может привести к деформации представлений, ценностных ориентиров, сознания и личности. Так, что же мы можем отнести к морально-нравственным качествам, которые необходимо развивать у студентов, так как они не даются им с рождения, а формируются путем воспитания и самовоспитания: трудолюбие, смелость, бескорыстие, сострадание, честность и т.д.

То есть, это те качества молодого человека, которые должны представлять собой сочетание его внутренних устоев, ценностей и мировоззрения, определять в нем самодостаточность личности. По ним общество будет принимать каждого, оценивая его исходя из этих критериев.

В этой связи морально-нравственное воспитание современных студентов не может осуществляться стандартными способами, такими же, как например, при освоении профессиональных знаний и умений. Поэтому одним из возможных способов развития морально-нравственных качеств у студентов может стать использование средств физической культуры. Так как, в процессе занятий физической культурой студенты включаются в процесс познания себя и оценки своих возможностей. Что я могу и что я смогу?

Систематические занятия спортом вырабатывают желание не только быть физически совершенным, но и иметь более высокий морально-нравственный уровень. Фраза «в здоровом теле – здоровый дух» актуальна как никогда. Из основных средств физической культуры наибольший удельный вес в решении задач по развитию морально-нравственных качеств у студентов может приходиться на долю физических упражнений. Во-первых, выполняемые движения в виде физических упражнений способствуют формированию физического совершенствования; во-вторых, они воздействуют не только на морфофункциональное состояние, но и на личность выполняющего их; в-третьих как системы движений, выражают мысли и эмоции молодого человека, его отношение к окружающей действительности[2]. Стоит обратить внимание и на то, что при выполнении физических упражнений всегда предполагается сознательная установка на

достижение конкретного результата, которая связана с активной мыслительной работой (предвидение результата, оценка условий достижения, волевые усилия и т.д.). То есть, в процессе занятий физическими упражнениями, происходит целенаправленное развитие у студентов определенных качеств, таких как, трудолюбие, самокритичность, выдержка и т.д. Эти качества могут быть сформированы и в процессе занятий единоборствами или иными спортивными играми, которые остаются популярными у молодежи. Соревнования, эстафеты, командные первенства, тематика которых может носить патриотический характер и соперничество, основанное на принципе справедливости и честной борьбы, развивают чувство любви к Родине, чувство личной ответственности за результат всей команды. Правила данных спортивных мероприятий ставят участников в строго определенных условия спортивной борьбы с соперниками, где требуется не только дисциплина, честность, самообладание, но и уважение к сопернику, судьям, зрителям, умение проявлять твердость характера. Все это приводит к формированию положительного нравственного опыта. А посвящение их знаменательным датам, событиям родного края, страны или в честь известных людей, прославивших их, совершивших гражданский подвиг, расширяют возможности физической культуры по воспитанию нравственных и моральных ценностей у студентов.

Необходимо обратить внимание и на другие средства физической культуры – это закаливание, занятия на открытом воздухе, соблюдение режима дня, гигиены, ведение здорового образа жизни, занятие туризмом.

Закаливание, занятие спортом на открытом воздухе, соблюдение режима дня и отдыха, организация индивидуального режима двигательной активности, гигиена – все это основные элементы здорового образа жизни. Без них не возможна полноценная реализация личности молодых людей.

Здоровый образ жизни – это источник духовной бодрости, который является необходимым условием морально-нравственного развития. Он

усиливает потребность в познании себя, в воспитании мыслей, чувств, свойственных здоровому человеку.

Туризм, как средство физической культуры создает среду для формирования определенного количества морально-нравственных качеств. В природных экстремальных условиях происходит формирование личностных качеств как смелость, выдержанность и укрепление характера через отсутствие страха перед стихией, препятствиями. Прослеживается формирование моральных качеств – взаимопомощь, уважение к другим участникам походов, моральная поддержка друг друга в преодолении препятствий. А цель походов может быть не только преодоление трудностей, как познания себя, но и познание окружающей природы, гармоничное сосуществование с ней. В туристических походах студенты получают возможность соприкоснуться с историческим и культурным наследием народов, их моральным и нравственным ценностям. Все это, влияет на формирование морально-нравственных качеств у студентов.

Физическая культура является частью общей культуры человечества, которая впитала в себя не только опыт подготовки к жизни человека, освоения, развития физическими и психическими способностями, заложенными в него природой, но и опыт утверждения и формирования в процессе физкультурной деятельности моральных, нравственных качеств личности человека. Физическая культура – как важный социальный феномен пронизывает все уровни социума, оказывая широкое воздействие на основные сферы жизнедеятельности современного общества. А ее средства могут быть направлены на развитие морально-нравственных качеств личности студентов. Именно комплексное использование физических упражнений, занятий спортом, туризма, соблюдение здорового образа жизни, как средств физической культуры способствуют достижению воспитательных целей по развитию и формированию личности современного студента.

## Список литературы

1.Соколенко Е.И.Ценностное отношение к здоровью как педагогическаяпроблема.№ 4. 2006. –157 с.

2.Бороненкова Л.С. Формирование учебной социальной компетентности у студентов на занятиях по физической культуре / № 1.2011.– 33 с.

### **ДОСТУПНЫЕ СПОСОБЫ ОРГАНИЗАЦИИ САМОСТОЯТЕЛЬНЫХ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ ВО ВНЕУЧЕБНОЕ ВРЕМЯ**

**Коровин Д.Е., Веденина О.А.**

Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования «Российский государственный профессионально-педагогический университет», г. Екатеринбург, Россия

*Аннотация.* В статье рассматриваются различные способы организации самостоятельных занятий физической культурой во внеучебное время. А также дается обзор наиболее доступных и распространенных видов физической нагрузки.

*Ключевые слова:* физическая культура, самостоятельные занятия, мобильные приложения.

Человеку свойственно работать над собой. Мы находим в себе определенные недостатки, которые нам не нравятся. Первым делом, когда мы встречаем человека, то обращаем внимание на его внешность. Обратив внимание, мы начинаем анализировать, что же есть хорошего или плохого в этом человеке, чего нет у себя любимого. В частности, характеристиками для анализа становятся физические составляющие человека: осанка, форма фигуры, полнота или худоба, мускулистость и т.д. Сконцентрировав свое внимание на каких-то определенных составляющих, мы начинаем искать способы достижения похожего результата. Зачастую в итоге проделанной