

ЭФФЕКТИВНОСТЬ ПРИМЕНЕНИЯ ПРОГРАММЫ НРАВСТВЕННОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ СПЕЦИАЛЬНОСТЕЙ В ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ВУЗЕ

Авдеев А.С.,

магистрант 2 курса ФГБОУ ВО «ТГПУ имени Л.Н. Толстого»,

г. Тула, Российская Федерация

Научный руководитель – Полякова И.В., канд. пед. наук, доцент

Воспитание морально-волевых качеств как составная часть образовательного процесса в вузе является компонентом совершенствования личности и, следовательно, во многом определяет компетентность будущего педагога с точки зрения воспитателя, наставника. В данном контексте занятия физической культурой и спортом должны преследовать не только решение задач физического развития, но и нравственного.

Спортивная игровая деятельность вполне удовлетворяет потребность молодых людей в состязательности, первенстве и лидерстве, однако, важно направлять ее с позиций реализации принципов гуманизма и ориентации на нравственные ценности.

Материал и методы. На основе вышеуказанного, на базе ТГПУ им. Л.Н. Толстого была проведена опытно-экспериментальная работа (октябрь 2020 – март 2022) с целью повышения эффективности нравственного воспитания студентов педагогических специальностей в процессе занятий по элективным дисциплинам по физической культуре и спорту. В исследовании приняли участие 24 студента, которые занимались в двух группах: спортивные игры-1 (экспериментальной) и спортивные игры-2 (контрольной) по 12 человек в каждой. Юноши занимались по одной рабочей программе, но для студентов экспериментальной группы применялись специально разработанные задания по формированию нравственной культуры личности средствами физической культуры и спорта.

В структуре индивидуальной программы были указаны цели и задачи: перспективная цель, годовая (общая и по периодам), очередные или ближайшие задачи, пути и средства решения каждой из них. Далее с учетом слабых сторон в развитии волевых, нравственных и физических качеств наметить и записать в программу задачи, пути и средства самовоспитания этих качеств.

Результаты и их обсуждение. В результате проведенного исследования были достигнуты результаты, представленные в таблицах.

Таблица 1 – Показатели развития нравственно-волевых качеств студентов, в %

УРОВЕНЬ	До эксперимента		После эксперимента	
	КГ	ЭГ	КГ	ЭГ
1. Самооценка силы воли				
Высокий	16,7	16,7	16,7	50,0
Средний	16,7	8,3	33,3	25,0
Низкий	66,7	75,0	50,0	25,0
2. Самооценка терпеливости				
Высокий	8,3	0	8,3	33,3
Средний	16,7	8,3	16,7	33,3
Низкий	75,0	91,7	75,0	33,3
3. Оценка своего упорства				
Высокий	16,7	16,7	25,0	50,0
Средний	8,3	16,7	16,7	25,0
Низкий	75,0	66,7	58,3	25,0
4. Оценка своей честности				
Высокий	25,0	25,0	25,0	33,3
Средний	16,7	25,0	25,0	33,3
Низкий	58,3	50,0	50,0	33,3

5. Индекс толерантности				
Высокий	0	0	16,7	25,0
Средний	16,7	25,0	8,3	50,0
Низкий	83,3	75,0	75,0	25,0

Таблица 2 – Показатели развития физических качеств студентов

№	Тесты	До эксперимента		После эксперимента	
		КГ	ЭГ	КГ	ЭГ
1	Бег 100 м (сек)	15,03±0,5	15,98±0,4	15,01±0,4	15,6±0,4
		t=1,48; P>0,05		t=1,04; P>0,05	
2	Наклон из положения стоя на скамейке (см)	7,4±0,9	9,2±0,9	7,9±0,8	10,3±0,7
		t=1,41; P>0,05		t=2,26; P<0,05	
3	Сгибание-разгибание рук в упоре лежа (кол-во раз)	15,9±1,9	16,2±1,1	16,3±1,8	20,9±1,2
		t=0,14; P>0,05		t=2,13; P<0,05	
4	Поднимание ног в висе (кол-во раз)	5,5±0,5	6,1±0,8	5,7±0,37	6,8±0,35
		t=0,85; P>0,05		t=2,16; P<0,05	
5	Бег 3000 м (сек)	897±20,3	902±21,1	885±19,0	828±18,1
		t=0,17; P>0,05		t=2,17; P<0,05	

Примечание: при t=2,08 P<0,05

Из таблиц видно, что в начале экспериментальной работы достоверные отличия между данными экспериментальной и контрольной групп отсутствуют, что указывает на однородность исследуемых групп студентов. При этом, по завершении педагогического эксперимента в ЭГ произошли более значительные улучшения практически по всем тестам, в сравнении с изменениями в КГ.

Заключение. В процессе реализации программы нравственного воспитания, направленной на совершенствование концепции взаимоотношений между людьми, правил культурного поведения и межличностного общения в командных взаимодействиях, приобретение новых научных знаний по ЗОЖ, навыков честного спортивного противоборства и преодоления затруднений, каждому студенту актуализировалась задача о необходимости регулярной физической подготовки, о стремлении овладеть знаниями о путях и средствах физического совершенствования, укрепления здоровья, гармоничного развития и совершенствования жизненно важных двигательных навыков.

1. Вопросы психологии волевой активности личности и коллектива: межвузовский сборник научных трудов / В.Г. Хроменик. – Рязань: Рязанский государственный педагогический институт, 2002. – 122 с.

ИЗБЫТОЧНЫЙ ВЕС И ЕГО ВЛИЯНИЕ НА ОРГАНИЗМ ЧЕЛОВЕКА

Барановская В.А.,

студентка 1 курса ВГУ имени П.М. Машерова, г. Витебск, Республика Беларусь

Научный руководитель – Янкевич Е.М., ст. преподаватель

Главная цель любого населения – это быть здоровым и продлить уровень жизни. Чтобы продлить уровень жизни необходимо вести здоровый образ жизни, питаться правильно и сбалансированно, проявлять физическую активность и т.д. Если человек употребляет вредную (употребление часто соленой, сладкой, жареной) пищу, отсутствие регулярных тренировок – все это может привести к избыточному весу, а в дальнейшем ожирению. *Цель исследования* – проанализировать динамику избыточного веса населения в Беларуси. Эта проблема *актуальна* для молодежи независимо от социальной и профессиональной принадлежности, зоны проживания, возраста и пола.