

УДК 378.172:796.011.1

**Катренко Марина Васильевна\*, Троценко Нина Николаевна\*,  
Журавлева Юлия Ивановна\*\*, Бушенева Ирина Сергеевна\*\*\***

\*ФГАОУ ВПО Северо-Кавказский федеральный университет;

\*\*Пятигорский филиал ГБОУ ВПО Волгоградский государственный медицинский университет МЗРФ;

\*\*\*ГБОУ ВПО Ставропольский государственный медицинский университет

## ПОТЕНЦИАЛЬНЫЕ ВОЗМОЖНОСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ КАК ОДИН ИЗ ВЕДУЩИХ СТИМУЛОВ ЛИЧНОСТНОГО РАЗВИТИЯ СТУДЕНТОВ

*В статье раскрывается понятие «потенциал», определены возможности физической культуры в развитии личности студентов средствами артпедагогике.*

*Ключевые слова: вузовское образование, мотивационные ценности студентов, личность студента, потенциал, двигательный потенциал, возможности физической культуры, средства артпедагогике: музыка, литературное творчество, изобразительное и танцевальное искусство.*

**Katrenko Marina Vasilievna\*, Trotsenko Nina Nikolaevna\*,  
Zhuravleva Yulia Ivanovna\*\*, Busheneva Irina Sergeevna\*\*\***

\*FSAEA HPE North-Caucasian Federal University; \*\*Pyatigorsk branch SBEA HPE the Volgograd State Medical University;

\*\*\*SBEA HPE the Stavropol State Medical University

## THE POTENTIAL OF PHYSICAL CULTURE AS ONE OF THE LEADING INCENTIVES PERSONAL DEVELOPMENT OF STUDENTS

*The article deals with the notion of «potential», defined opportunities for physical culture in the development of the personality of students by means of artpedagogics.*

*Key words: university education, motivational value of students, personality, potential, moving potential engine capacity, possibility of physical culture, means of artpedagogics: music, literary creative work, visual and dance art.*

Развитие человечества во многом зависит от образования и науки. Модернизационные изменения, протекающие в данный период в российском образовании, происходят с сохранением научных традиций высшей школы – это изучение широкого спектра направлений научных изысканий.

Значимость нашего исследования заключалась в раскрытии потенциальных возможностей физической культуры как одного из ведущих стимулов личностного развития студентов.

В последнее десятилетие замечен прогресс в решении этого вопроса, однако масштабы познания еще велики.

Это подтверждает наше исследование и работы многих ученых.

Период вузовского образования является периодом активной социализации, но в настоящее время ситуация такова, что «уровень развития физической культуры и спорта не соответствует общим положительным социально-экономическим преобразованиям в Российской Федерации» (1), «у молодежи не в полной степени формируется устойчивая потребность в регулярных занятиях физическими упражнениями, массовым спортом, а физическая подготовленность молодежи в целом не соответствует современным социально-экономическим требованиям к развитию личности» (2).

По мнению Г. М. Соловьева (2010), девушки и юноши, поступающие в вузы, имеют низкий уровень спортивно-технической подготовленности, знаний из области физической культуры и спорта, мотивационно-потребностной сферы к систематическим занятиям физическими упражнениями. «Лишь одна пятая часть студентов, начинающих обучение в вузах, осознают значимость физической культуры в их будущей профессиональной деятельности» (3).

Как отмечает Л. И. Лубышева (1992), «...не происходит главного – обращения сознания студента к пониманию и принятию физической культуры как жизненно важной ценности» (4, с. 10). Слова звучат в высшей степени убедительно и своевременно.

В ходе работы возникло предположение, какое место в ряду мотивационных иерархий студенты отводят занятию по физической культуре, уровню физической подготовленности, выработке внутренней потребности к рефлексии, к самооценке приобретенных знаний, умений, навыков.

Исследование предполагало проведение педагогического эксперимента. Образовательный процесс протекал в естественных условиях, без дополнительной коррекции.

По данным проведенного опроса 52,6 % студентов занятия по физической культуре помогают «отдохнуть морально», 24,9 % анкетированных к занятиям относятся «замечательно», 30,3 % – «удовлетворительно», 34,7 % – занятия «просто нравятся». Отрицательный ответ присутствует в 10,1 %. Потребность и необходимость в «коррекции фигуры» имеют 35,7 % студентов часто посещающих занятия, 22,8 % – имеют потребность в «улучшении внешнего вида и походки», 24,3 % – волнует «получение зачета», при этом студенты отмечают, что занятия проводятся «неинтересно и однообразно» (32,4 %), также возникают трудности при сдаче контрольных нормативов (64,7 %). Однако включение спортивных и подвижных игр (52,6 %), танцевальной аэробики, шейпинга и т. д. «вызывает интерес» (66,8 %), 57,9 % студентов привлекают занятия, которые «повышают жизненный тонус».

Анализ теории и практики свидетельствует о первостепенной «значимости активности самой личности» в развитии потенциальных возможностей физической культуры (5).

В своем исследовании мы опирались на работы современных отечественных педагогов по этому вопросу (А. С. Белкин, О. С. Газман, Г. М. Соловьев и др.), анализировали постулаты ученых о ведущей роли деятельности в формировании личности (Я. А. Пономарев, В. В. Лихолетов, М. И. Махмутов и др.), рассматривали аспект развития познавательной активности личности в процессе физического воспитания (С. М. Ахметов, В. Ф. Балашова, Ж. К. Холодков и др.). Потенциальные возможности физической культуры как средство саморазвития личности отмечены в исследованиях Т. А. Булавиной, В. А. Кабачкова, Р. С. Маделяна.

Анализ опроса показал: 54,3 % студентов считают что, занятие по физической культуре неразрывно связано с проявлением личностных качеств (фантазии, юмора, воображения и т. д.); возможностью представить талант, умения (59,2 %) и «выразить свои способности» (41,3 %).

Целеполагание физкультурного образования выступает внутренним, эмоционально освоенным ориентиром личностного развития студентов, его собственной духовной «интенцией» (от лат. *intention* – *стремление*) (6, с. 245).

По утверждению В. А. Петькова и Н. А. Чувиловой (2008), физкультурно-спортивная деятельность касается когнитивной, эмоционально-ценностной, психомоторной, поведенческой сфер человека, где ярко проявляется реализация всех его потребностей: наличие стремления самостоятельного формирования своего физического совершенствования; использование активного отдыха; превращение процесса физкультурной деятельности в естественный регулятор поведения, что позволяет актуализировать процессы «самости» (Лобейко Ю. А., 2000): самопознание, самоорганизация, самоуправление, самореализация и самосовершенствование.

В. И. Андреева, А. Д. Яковлева, В. П. Лукьяненко констатируют устойчивую корреляционную связь между развитием физических, интеллектуальных и нравственных качеств. Авторы отмечают, что процесс занятий физической культурой повышает мотивацию и мобилизует волевые действия, что существенно влияет на формирование личностных качеств, потребностей, пробуждение интересов, помогает осуществлять собственный критический анализ влияний, отношений на основе их взаимодействия (7).

Н. М. Амосов, придавая большое значение физической культуре, подчеркивал необходимость развития здоровья человека, его духовного комфорта, создания здорового образа жизни. Он говорил: «Всё в руках самого человека и добывается только его собственными усилиями» (8).

Раскрытие потенциальных возможностей физической культуры в контексте развития личности – проблема не новая, но призванная расширить систему способов и средств, способствующих развитию личности в процессе формирования современного человека.

Наука оперирует различными понятиями потенциала: человеческий (Б. М. Бим-Бад), аксиологический (О. В. Сальдаева), лидерский (О. А. Павлова) потенциал. Акцентируется внимание на реализации гуманистического потенциала в процессе формирования профессиональных компетенций будущего специалиста в области саморазвития и самосовершенствования личности. Проектирование образовательного процесса по дисциплине «Физическая культура» предполагает изучение двигательного (В. К. Бальсевич) и физического (В. И. Столяров, А. В. Лотоненко) потенциалов. Физический потенциал рассматривается как составная человеческого потенциала (Г. Л. Апанасенко, Б. М. Бим-Бад, Л. С. Выготский, О. И. Заикина, А. В. Лотоненко, И. В. Муравов, Л. А. Попова, М. М. Телемтаев,

К. Д. Ушинский) и «основание для раскрытия и приумножения всех видовых потенциалов» (Н. В. Кузьмина) (цит. по 8, С. 6).

При этом представляется очень важным обратить внимание на тот факт, что понятие «потенциал» (от лат. *potential* – *сила*). «Большой энциклопедический словарь» определяет как источник, возможность, «запасные» средства чего-либо, которые могут быть использованы для решения задач и достижения определенных целей (6, с. 948).

В изучении и обобщении отечественного опыта интерес представляли труды, отражающие эффективность нетрадиционных методов в процессе спортивных занятий (А. В. Алексеев, Л. А. Бочаров, И. П. Волков др.).

Можно констатировать, что одним из ключевых моментов стратегии образования является применение подобных методов и разработка новейших методик проведения занятий по физической культуре.

В связи с этим заслуживает внимательного рассмотрения включение артпедагогики в процесс физического воспитания. Серьезное значение проблеме исследования придают С. В. Асенин, Т. А. Добровольская, М. В. Катренко, Л. Н. Комисарова, И. Ю. Левченко, Е. А. Медведева, Е. В. Таранова, Н. Ю. Шумакова и др.

Артпедагогика раскрывает потенциальные возможности физической культуры, интегрируя её средства и искусство в едином образовательном процессе, оказывая комплексное воздействие на мотивационную, креативную и физическую стороны развития личности студента, развивая его посредством творческой, эстетико-художественной и учебно-познавательной деятельности через мотивы, воображение, импровизацию, знания, умения, навыки (2).

К основным средствам артпедагогики относятся: музыка, изобразительное и танцевальное искусство, литературное творчество.

Ключевым структурным элементом является музыка, благодаря которой происходит интеграция различных видов искусств и физической культуры в единое целое. Музыка не только регулирует темп, ритм выполняемых движений, но и придает определенный характер, эмоциональную окраску занятиям физическими упражнениями, стимулируя организм положительными эмоциями.

Изобразительное искусство оказывает существенное влияние на нравственные чувства и гуманистическое мировоззрение человека. Оно способствует освоению ценностей физической культуры через невербальную информацию, образное мышление, цветовое восприятие действительности.

Танцевальное искусство позволяет сочетать двигательные компоненты искусства (хореографию) и физические упражнения, создавая танцевальные композиции на основе импровизации и оказывая положительное воздействие на психосоматическое развитие человека.

Литературное творчество в артпедагогике отражает вербальные аспекты физкультурно-спортивной деятельности: подбор материала (фольклор, постулаты ученых, афоризмы и др.), сочинение текстов и стихов на физкультурно-спортивную тему.

Средства артпедагогики в сочетании со средствами физической культуры составляют содержание физического воспитания в вузе с учётом формирования общекультурных компетенций студентов, в основу которых входят интеллектуальные и практические ЗУНы, личностные качества, способствующие формированию творческой компетенции будущих специалистов, и направляют на выполнение основных функций:

– социализации, которая заключается во включении студенческой молодежи в систему общественных отношений, усвоении социокультурного опыта и формировании у них специфических качеств в условиях физкультурной деятельности;

– преобразовательно-созидательной, которая содействует достижению оптимального физического (телесного) и духовного развития и на этой основе – всестороннего совершенствования личности студента как обязательного условия подготовки его к профессиональной деятельности;

– интегративно-организационной, связанной с деятельностью студентов в спортивных секциях, командах, клубах, что способствует приобретению положительного опыта общественных отношений;

– проективно-творческой, раскрывающей физкультурную деятельность, целенаправленно стимулирующую индивидуально творческое развитие с характеристикой процессов самопознания, самоконтроля, саморазвития и самосовершенствования;

– познавательно-прогностической, основанной на познании закономерностей и принципов формирования физической культуры личности студента, которой определяется целеполагающая дея-

тельность молодых специалистов производства, науки, культуры в пропагандистской, просветительской и других сферах, соотнесенность физической культуры личности с профессиональными ценностными ориентациями и идеалами;

– коммуникативно-регулятивной, способствующей проявлению активности физкультурной деятельности в избранных видах физической культуры конкретной личности, ее социальной, эмоциональной и нравственной самоорганизации и саморегуляции, отражающей процесс межличностного общения, обмена опытом и проведения содержательного досуга, а также влияния на настроение, удовлетворение эмоционально-эстетических потребностей, сохранение и восстановление психического равновесия (2).

Содержательная сторона артпедагогика в области физической культуры опирается на идею гармонизации телесного и духовного в человеке; комплексный подход в реализации художественно-творческой и двигательной деятельности.

В соответствии с правилом устранения чувства собственной ограниченности в физкультурно-спортивной деятельности в образовательный процесс внедрялись и апробировались разработки самих студентов: артигры, общеразвивающие упражнения с танцевальными элементами и музыкой; импровизации на основе создания слухового, зрительного, обонятельного, тактильного образов, сочетающиеся с упражнениями на дыхание и расслабление. Это позволило преодолеть дефицит двигательной активности студентов на 28,6 %, существенно повысить уровень физического развития и физической подготовленности студентов (22,9 %) до творческого уровня ее использования (определялось по таблице уровней сформированности физической культуры личности по М. Я. Виленскому, Г. М. Соловьеву).

Анализ теории и практики свидетельствует, насколько высок потенциал физической культуры в развитии личности.

Физкультурное образование интериоризирует (формирует умственные действия и внутреннее планирование): познавательные ценности (знания, представления, суждения, идеи, теории, убеждения, мышление); психофизическое состояние (здоровье, психическое и физическое развитие, физическая подготовленность, двигательные умения и навыки, интересы, мотивы, потребности, свойства и качества личности); психоэмоциональное состояние (положительные переживания в физкультурно-спортивной деятельности, традиции, психологический комфорт, саморегуляция, самоуправление); социально-культурные достижения (самоутверждение, самовыражение, чувство собственного достоинства, общение, авторитет, взаимодействие, здоровый стиль жизни, творчество); познавательные ценности, психофизическое и психоэмоциональное состояние, социально-культурные достижения (цит. по 9).

Выполненное исследование своей теоретической и практической основой дает возможность совершенствовать процесс физического воспитания студентов высших учебных заведений, расширяя и систематизируя знания о способах влияния занятий физическими упражнениями на качество процессуально-деятельностной составляющей формирования и развития личности студентов, повышая их заинтересованность в овладении ценностями и раскрытии потенциальных возможностей физической культуры.

#### *Литература*

1. Стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года, от 7 августа 2009 г. № 1101 – р.
2. Катренко М. В. Артпедагогика как средство творческой деятельности студентов в физическом воспитании: дис. ... канд. пед. наук. Ставрополь, 2011. 176 с.
3. Соловьев Г. М., Тарасенко И. Р. Формирование социально-духовных ценностей здоровьесберегающей жизнедеятельности студенческой молодежи средствами физической культуры: монография. М.: ИЛЕКСА, 2010. 194 с.
4. Лубышева Л. И. Концепции формирования физической культуры человека. М.: ГЦОЛИФК, 1992. 123 с.
5. Аверина Л. Ю. Формирование потребности в саморазвитии физического потенциала у студентов педагогических специальностей: автореф. дис. ... канд. пед. наук. Краснодар, 2004. 189 с.
6. Большой энциклопедический словарь. 2-е изд., перераб. и доп. М.: «Большая Российская энциклопедия»; СПб.: «Норинт», 2000. 1456 с.
7. Соловьев Г. М. Физическая культура в образовательном процессе вуза. Ставрополь: Изд-во СГУ, 2004.
8. Оплетин А. А. Педагогические основы социально-нравственного саморазвития личности студента (на материале физического воспитания: монография. Пермь: СПб ИВЭСЭП, 2008. 224 с.
9. Масалова О. Ю. Личностное развитие студента как ценность в образовании // Педагогическое образование и наука. 2009. № 11. С. 10.