

3. Суник, А. Б. Российский спорт и олимпийское движение на рубеже XIX–XX веков / А. Б. Суник. – М: Советский спорт, 2001. – 664 с.
4. Coubertin P. de Un college modele (le College Leopold II) / P. de Coubertin // [Электронный ресурс]. URL: <http://www.offsport.ru/olympic/coubertin/budni-sporta.shtml>
5. Muller, N. Olympic education. University lecture on the Olympics / N Muller // [Electronic resource]. URL: <http://olympicstudies.uab.es/lectures/web/pdf/muller.pdf>

ПОТЕНЦИАЛ ДУХОВНО-НРАВСТВЕННОГО РАЗВИТИЯ СТУДЕНТОВ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

THE POTENTIAL OF SPIRITUAL-MORAL DEVELOPMENT OF STUDENTS IN THE SPHERE OF PHYSICAL CULTURE AND SPORT

Е. Е. Заколотная, М. Е. Кобринский
E. Zakolodnaya, M. Kobrinski

*Белорусский государственный университет физической культуры,
г. Минск, Республики Беларусь,
707elena@tut.by
Belarusian State University of Physical Culture, Minsk, Republic of Belarus*

Статья содержит теоретические и методические материалы по проблеме формирования умения у будущих специалистов в сфере физической культуры и спорта сделать верный выбор в сложных профессиональных педагогических и жизненных ситуациях. В раскрытии творческого потенциала, развитии познавательной самостоятельности личности большое значение играют метафорические истории (сказки, притчи, мифы и др.), а также пословицы и поговорки. Кроме духовно-нравственного потенциала, они и сегодня актуализируют содержательный аспект в контексте проблем современности: сохранения здоровья нации, популяризации здорового образа жизни, обращения к лучшим традициям физического воспитания дореволюционного и советского периодов истории для формирования и развития физической культуры как отдельной личности, так и общества в целом. Через эти повествования люди впитывают специфическую интерпретацию событий и опыта, интегрируются в культуру.

The article contains theoretical and methodological materials on the problem of the formation of the ability of future specialists in the field of physical culture and sports to make the right choice in difficult professional pedagogical and life situations. Metaphorical stories (fairy tales, parables, myths, etc.), as well as proverbs and sayings play a great role in the disclosure of creative potential, the development of cognitive independence of personality. In addition to the spiritual and moral potential, they today actualize the substantive aspect in the context of the problems of the present: preserving the health of the nation, promoting a healthy lifestyle, turning to the best traditions of physical education of the pre-revolutionary and Soviet periods of history for the formation and development of physical culture, both of an individual and society generally. Through these narrations, people absorb a specific interpretation of events and experiences, integrate into culture.

Ключевые слова: нравственность, отношение, поведение, студенты, спортсмены, чтение книг, тексты культуры, пословицы, поговорки.

Keywords: morality, attitude, behavior, students, athletes, reading of books, cultural texts, proverbs, sayings.

Социально-культурная среда, в которой пребывает человек в XXI в. иная, чем в древности. Потому и соревнование в содержательном плане, получающее в спорте свое специфическое выражение и воплощение, будет в определенной степени другим, чем, например, в Древней Греции. Соответственно, другим будет восприятие спорта и отношение к спорту различных специалистов в сфере спортивной деятельности.

Есть мнение, что спорт, в большей степени выступает не как феномен культуры, а как обыкновенная услуга, «товар», а потому, «спорту нужна новая этика», которая будет, прежде всего, основываться на «утилитарных ценностях», требовать же от спортсмена соблюдать нравственные нормы и принципы, в частности «Fair play», – бессмысленно [1].

Всякое спортивное соревнование помимо состязаний в проявлении физических качеств, является и состязанием в проявлении нравственных качеств личности спортсмена. Однако нравственно-размытые ориентиры в обществе осложняют процесс воспитания молодого поколения, которое всегда воспитывалось на образцах положительного поведения героев войны, труда, спорта и т. д. Сегодня различные средства воздействия на сознание человека демонстрируют оскорбление спортсменами своих соперников не только словами и жестами, но и потасовками, драками [2].

Цель исследования заключалась в выявлении наиболее эффективных средств, способствующих раскрытию потенциального развития духовно-нравственной сферы студентов-спортсменов.

Методы исследования: анализ и синтез научно-методической литературы; опрос.

Исследование проводилось в период с 2012 по 2018 г. в учреждении образования «Белорусский государственный университет физической культуры» (БГУФК) на занятиях по учебным дисциплинам «Педагогика», «Педагогика и психология высшей школы», на производственной педагогической практике в учреждениях общего среднего образования. В исследовании за этот период приняли участие более 1000 студентов БГУФК.

Принцип гуманизма в спортивной деятельности накладывает отпечаток на регламентированные и нерегламентированные межличностные отношения человека в процессе реализации своих физических, психологических, нравственных и других качеств. В правилах соревнований существуют запреты на удар ниже пояса в боксе, прекращение применения действий болевых приемов в самбо или дзюдо после отказа от ведения борьбы соперником, но нигде в правилах не говорится о том, что соперник является партнером в спорте, к которому относиться следует, как к самому себе. Нигде не фиксируется то нравственно-эмоциональное воздействие спорта, которое приносит честная и заслуженная победа, одержанная максимальным напряжением всех физических и духовных сил. Поэтому эти проблемы в полной мере должны решаться в системе образования и воспитания в сфере физической культуры и спорта [1].

Многолетнее изучение духовно-нравственного становления студента-спортсмена как будущего специалиста в сфере физической культуры и спорта убеждает нас, что сегодня молодое поколение утратило желание читать книги. Информация преподносится через средства визуализации (кино, видео, компьютер) в готовом виде, уменьшается творческий потенциал личности. Телевизор, видео, музыка, клиповые образы легко противостоят чтению книг. Одним из косвенных, однако, могучих факторов нравственного воспитания были советские мультфильмы, которые учили не обманывать, не красть и защищать слабых. Сегодня дети не знают этих мультфильмов, потому что смотрят западную продукцию сомнительного качества [3]. На западных мультфильмах выросли и наши студенты.

На семинарских занятиях по учебной дисциплине «Педагогика» в результате бесед было выявлено, что всего 5–10 % студентов (в зависимости от специализации) читают книги. Чаще всего это фантастика. Объясняли такое положение тем, что много времени занимает тренировочный процесс. Поэтому, исходя из создавшихся условий, на занятиях зачитывались притчи, басни, сказки, которые, как правило, содержали множество пословиц и поговорок. Все эти краткие тексты культуры, концентрирующие в себе вековую мудрость, нравственную или безнравственную ситуацию, требовали разрешения проблемной ситуации. Метафорические тексты культуры служили творческим инструментом, помогающим увидеть ситуацию в другом свете, указывая новые способы устранения проблемы.

Существуют различные средства, способствующие формированию духовно-нравственного потенциала личности в процессе обучения и воспитания. Особую роль в духовно-нравственном становлении человека играют те произведения культуры, которые имеют такой признак, как метафоричность. Человек узнает о социуме через освоение норм, ценностей, установок, стереотипов, выработанных обществом, в результате чего складывается система его внутренних регуляторов, привычных форм поведения. Социализация не исчерпывается адаптацией к социальной среде, а является творческой самореализацией личности. В раскрытии творческого потенциала, развитии познавательной самостоятельности личности большое значение играют метафорические истории (сказки, притчи, мифы и др.), а также пословицы и поговорки. Кроме духовно-нравственного потенциала они и сегодня актуализируют содержательный аспект в контексте проблем современности: сохранения здоровья нации, популяризации здорового образа жизни, обращения к лучшим традициям физического воспитания дореволюционного и советского периодов истории для формирования и развития физической культуры, как отдельной личности, так и общества в целом. Через эти повествования люди впитывают специфическую интерпретацию событий и опыта, интегрируются в культуру.

В истории народов мира есть произведения, которые принесли человечеству огромную духовную, эстетическую и нравственную пользу и не утратили свою значимость до наших дней. Таким произведением является Библия – одна из самых обширных и важнейших книг в мировой литературе, как памятник культуры. Библейские книги создавались на протяжении около 1600 лет в разных странах, среди их авторов можно найти государственных деятелей и царей, священников и пророков, военачальников и придворных, пастухов и рыбаков.

Текст Библии принадлежит целому ряду литературных жанров, содержит глубокие философские размышления и религиозные учения, пророчества и откровения, непреходящие общечеловеческие этические нормы и памятники права (гражданские, уголовные, ритуальные и гигиенические законы), исторические повествования, летописи и биографии замечательных людей, величайшие шедевры религиозной и лирической поэзии, притчи и аллегории, а также психологические драмы и трагедии.

Можно сказать, что в Библии находятся в зачаточном виде многие великие идеи современной цивилизации, на протяжении веков Библия служила первоисточником вдохновения для всех видов искусства и наложила неизгладимую печать на всю современную культуру. В той или иной степени с ней связаны символика, обычаи, общественные идеалы, искусство и литература многих стран мира: готические соборы и древнерусские храмы, Рафаэль и Рембрандт, Бах и Рахманинов, Данте и Достоевский – все это свет Библии, преломленный в многообразии культур и видов творчества. Библия важна как для верующих, так и для неверующих. Для верующих – это священная книга, содержащая откровение Бога, на Библии основываются религии: христианство и иудаизм, а священная книга мусульман – Коран содержит множество сюжетов из Библии.

Для неверующего человека, знакомство с Библией необходимо потому, что ее духовная составляющая (сюжеты, притчи, пословицы, афоризмы) очень сильно повлияла на мировую, в том числе и на белорусскую культуру и глубоко вошли в нее. Знание Библии для любого человека, независимо от его отношения к религии, – это непременная предпосылка высокой образованности и культуры.

До сих пор для многих является неожиданностью, что источниками значительной части распространенных образных выражений (крылатых слов, пословиц и поговорок) является Библия. Приведем лишь небольшое количество поговорок из библейского текста:

- Не хлебом единым (употребляется по отношению к пище духовной).
- Кто не работает, тот не ест (каждый человек должен трудиться).
- В поте лица (тяжким трудом).
- Вернуться на круги своя (возвращение к началу какого-либо жизненного этапа).
- Внести свою лепту (внести посильный вклад).
- Во главе угла (главное, приоритетное).
- Волк в овечьей шкуре (лицемер, прикрывающий свое злое намерение мнимым благочестием).
- Время разбрасывать камни, время собирать камни (всему свое время).
- Дом, построенный на песке (нечто зыбкое, непрочное).
- Заблудшая овца (человек, сбившийся с пути истинного).
- Зарывать талант в землю (не дать развиваться способностям, заложенным в человеке).
- Злоба дня (актуальная проблема данного времени).
- Камень преткновения (препятствие на пути).
- Книга за семью печатями (нечто недоступное).
- Козел отпущения (существо, несущее ответственность вместо других).
- Нести свой крест (покорно переносить тяготы своей судьбы).
- Перекуем мечи на орала (призыв к разоружению).
- Посыпать голову пеплом (знак крайнего отчаяния и скорби).
- Продать за чечевичную похлебку (поступиться чем-либо важным ради мелкой выгоды).
- Путеводная звезда (то, что направляет чью-либо жизнь, деятельность).
- Терновый венец (тяжкие испытания).
- Тридцать сребреников (символ предательства).
- Умывать руки (устраниться от ответственности).
- Фома неверующий (сомневающийся человек).
- Хлеб насущный (необходимое пропитание).
- Хранить, как зеницу ока (хранить, как высшую драгоценность).

Слово «культура» происходит от латинского *cultus* – возделывание, уход, забота. Возделывать поле – значит применять труд человека, чтобы заставить природу приносить такие плоды, какие она сама по себе принести не в состоянии, ибо то, что она производит сама по себе, есть лишь «дикая» растительность. Этот пример показывает, что такое культура в философском понимании. Категория культуры выражает предельно общее отношение противопоставления «человеческого» как возделанного, образованного, духовного, искусственного «природному» как дикому, натуралистическому, естественному.

Именно культура отличает человека от всех остальных существ, она обеспечивает взаимодействие людей через ценности, объединяет общество, поддерживает и развивает его целостность. Каждая культура – это неповторимая вселенная, созданная определенным отношением человека к миру и к самому себе. Иными словами, изучая различные культуры, мы изучаем не просто книги, архитектуру или археологические находки, – мы открываем для себя иные человеческие миры, в которых люди и жили, и чувствовали иначе, чем мы.

Культура естественна для человека так же, как и работа разума и нравственность, она отвечает врожденной потребности человеческой природы, но, вместе с тем, она есть творение разума и свободы, объединивших свои усилия с усилиями природы. Таким образом, культура определяется ценностями, концентрирующимися вокруг абсолютной значимости человека. Термин «культура», вошедший в широкое употребление с XVIII века, в самом широком смысле можно определить как многообразие форм специфической организации и развития человеческой жизнедеятельности. Культура исторически сформировалась как способ духовного освоения действительности, совершенствования мира и характеризуется, прежде всего, способностью сохранять и передавать из поколения в поколение духовные ценности и опыт, обогащая его, т. е. исполнять роль общественной памяти. Для выполнения этих задач возникли различные формы и способы духовной деятельности: культура выступает как собирательное понятие, объединяющее искусство, науку, религию и т. д.

Нравственное воспитание в педагогике определяется, как одна из важных сторон процесса становления личности, освоения индивидом моральных ценностей, способность ориентироваться на идеал, жить согласно принципам, нормам и правилам морали, когда убеждения и представления о должном воплощаются в реальных поступках и поведении [3; 4].

Некоторые думают, что нет общего закона достойного поведения, который можно назвать общечеловеческим, потому что в разные века разные цивилизации по-своему смотрели на нравственность. Различия существовали, но они никогда не были радикальными, всегда касались частных вещей. Если сравнить нравственные учения, господствовавшие в Древнем Египте, Вавилоне, Индии, Китае, Греции и Риме, то можно обнаружить их поразительное сходство друг с другом и с нашим сегодняшним понятием о нравственности. Невозможно представить себе страну, где восхищаются людьми, которые убегают с поля битвы, или где человек гордится тем, что обманул своих благодетелей. Различение добра и зла, вообще различие достойного и недостойного, то есть общность моральных цен-

ностей можно найти решительно всюду – от самых древних форм человеческой жизни до современных. Исследования XX в. показали, что религия и мораль уже у самых примитивных народов образуют неразрывное единство.

Следует обратить внимание на два момента: первое – людям на всей земле присуще понимание того, что они должны вести себя определенным образом; второе – в действительности они себя ведут несоответственно, они знают естественный закон и нарушают его. Тем не менее, тот факт, что человек может нарушить моральный закон, поступить вопреки требованиям морали, никак не отменяет абсолютности нравственных требований.

Нравственные поступки не должны быть исполнены напоказ, ради славы среди людей, мотивы таких действий не могут быть признаны нравственными. Выставление добрых дел напоказ приводит к лицемерию и ханжеству, когда от доброго дела остается лишь видимость без содержания. Делание добра должно стать для людей такой же естественной и органической потребностью, как дыхание, которое здоровый человек попросту не замечает. С одной стороны, цель анонимной помощи заключается в том, чтобы не унижать достоинство нуждающегося, а с другой – сам человек должен забыть о том, что он кому-то помог, и не рассчитывать на похвалу людей, иначе такие действия будут неискренними, но будут преследовать некие корыстные цели. От человека не требуется формального исполнения всех «пунктов» морального кодекса, но ожидается полное духовное перерождение, которое является главным средством нравственного обновления личности [3].

Человек – свободная, ответственная и творческая личность. Свобода основывается на двух истинах: первая предполагает абсолютную ценность человека как личности, вторая говорит о свободе выбора между истиной и ложью, добром и злом. Конечно, люди зависимы от окружающей среды и собственных неосознанных побуждений, но никогда полностью не поработаны ими. Человек, обладающий внутренней нравственной свободой, способен господствовать над своими чувствами и желаниями. Эта внутренняя свобода обращает свои требования не вовне, а к самому себе. Освободить себя не означает стать независимым от других людей и внешних условий, но значит стать господином своих желаний. В таком состоянии человек, несмотря на то, что его никто не заставляет и ему никто не запрещает, делает сознательный выбор в сторону нравственной жизни. Нравственность – это не привычка и не традиция, а такой же фактор выживания и самосохранения, как аккуратная эксплуатация ядерной станции или безопасность дорожного движения.

Таким образом, усилия педагога, и частности тренера, должны быть направлены, в первую очередь, на предупреждение и борьбу с негативными проявлениями в спорте, формирование умения сделать верный выбор в сложных ситуациях, которые сопровождают спортсменов практически с периода начальной спортивной подготовки. Такие умения можно формировать через косвенные средства воздействия на сознание, чувства и поведение человека: сказки, притчи, басни и самые короткие из них – пословицы и поговорки. Эти тексты культуры, не могут полностью заменить чтение книг, но, не обременяя сознание фактами и не растекаясь на детали, заостряют ум на самом главном и существенном. Самые простые, прописные истины нужно повторять и отстаивать. В нравственных поступках также нужно постоянно упражняться с полной отдачей сил, как и в тренировочном процессе в ходе подготовки к главным соревнованиям сезона.

ЛИТЕРАТУРА

1. *Визитей, Н.* Идея Олимпизма и реалии современного мира / Н. Визитей, В. Манолаки // Теория и практика физ. культуры. – 2011. – № 1. – С. 43–47.
2. *Кобринский, М. Е.* Духовно-нравственное воспитание будущих специалистов по физической культуре: учеб. пособие / М. Е. Кобринский, Е. Е. Закогодная // Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – 2-е изд., испр. и доп. – Минск: БГУФК, 2015. – 265 с.
3. *Ткачев, А. Ю.* О мире и человеке: сборник статей / А. Ю. Ткачев. – М.: Изд-во Сретенского монастыря, 2015. – 704 с.: с ил.
4. *Харламов, И. Ф.* Теория нравственного воспитания / И. Ф. Харламов. – Минск: Изд-во БГУ, 1972. – 364 с.
5. *Титова, С. А.* Деятельность классного руководителя / С. А. Титова. – Минск: Красико-Принт, 2006. – С. 96.

ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ УМСТВЕННОГО ТРУДА СТУДЕНТОВ PSYCHOPHYSIOLOGICAL FEATURES OF MENTAL WORK OF STUDENTS

Н. В. Казак

N. Kazak

*Белорусский государственный университет, г. Минск, Республика Беларусь
m.v.kazak1991@gmail.com
Belarusian State University, Minsk, Republic of Belarus*

Показана значимость изучения психофизиологических особенностей умственного труда студентов в контексте оптимизации педагогических и психических факторов, обуславливающих результативность занятий в учреждениях высшего образования.