

## ВЛИЯНИЕ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ НА ДУХОВНЫЙ ПОТЕНЦИАЛ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ

DOI: 10.25629/НС.2019.08.20

Старчикова И.Ю., Шакурова Е.С., Боброва О.М.

Московский авиационный институт (Национальный исследовательский университет)  
Москва, Россия

**Аннотация.** В настоящее время в мировом пространстве, где происходит усиление процессов глобализации, констатируются изменения в духовном и нравственном восприятии мира подрастающим поколением. В связи с данными условиями глобальные вызовы диктуют неуклонные изменения во всех сферах жизни. Целью работы является проследить влияние физического развития на духовный потенциал студентов Ступинского филиала Московского Авиационного Института (Национальный Исследовательский Университет). Задачами исследования является сбор данных анкетирования и последующий анализ ответов студентов, их обсуждение, выявление и обоснование использования необходимых методов и приемов при решении данного вопроса. На основе анонимных индивидуальных ответов студентов были выявлены основные тенденции в отношении к занятиям физической культурой в институте, под воздействием которых формируется не только физическая, но и духовная составляющая опрошенных респондентов. В результате были определены особенности ответов студентов и даны рекомендации по формированию духовного мира обучающихся при воздействии занятиями физкультурой, мотивируя спортивные нагрузки в качестве и физического, и духовного компонента образовательного процесса в авиационном техническом вузе.

**Ключевые слова:** высшая школа, социологический опрос, студенты технических вузов, духовный потенциал, физическое развитие, образовательный процесс.

### Введение

Физическое и духовное воспитание неразрывно связано с формированием и совершенствованием общекультурных, общепрофессиональных и профессиональных компетенций выпускника вуза. Значительное увеличение учебной нагрузки у студентов влечет за собой повышение оздоровительного потенциала и работоспособности обучающихся посредством физического воспитания, совмещая при этом все виды деятельности, включая когнитивную, образовательную и развивающую, делегируя ответственность преподавателям и студентам за внедрение в образовательный процесс духовной компоненты, содержащейся в гуманитарном блоке дисциплин вуза. Авторы пытались актуализировать проблему «ценностного отношения будущего выпускника к дальнейшей профессиональной деятельности, которая предполагает ответственность за осуществляемые им преобразования мира» [1, с. 126]. «Одним из важнейших условий успешной профессиональной адаптации и будущей карьеры выпускника вуза является соответствие уровня и характера его профессиональной подготовки, личных качеств требованиям, предъявляемым будущей профессией и работодателями» [2, с. 102].

В работах [1, 3-12] описывались попытки исследования духовной составляющей личности студента в рамках изучения следующих дисциплин: культурологии, философии, психологии, иностранного языка, истории, культуры речи и пр. Новизна данного исследования заключается в интеграции духовной и физической составляющей личности студента, гармонично соединяющей духовное и физическое, телесное и ментальное.

### Гипотеза

В результате исследования была выдвинута гипотеза, что гармонически развитая личность есть вариант развитой личности, обладающей равномерным развитием и физически, и ду-

ховно, включающей все стороны жизни индивида, причем эти составляющие как образовательного, так и жизненного процесса неразрывно связаны друг с другом и являют собой гармоничный синтез физического и духовного.

Обратимся к понятию гармонически развитая личность. Итак, это человек, находящийся в единстве с миром, людьми и самим собой и являющийся духовно нравственной личностью, обретающей внутреннее благородство ума, души, сердца и тела в течение всей своей жизни [13].

Целью нашей работы явилось изучение и переоценка целевых установок и задач в рамках дисциплины физическая культура, формулировка потребностей в здоровом образе жизни (ЗОЖ) и в самостоятельных занятиях физическими упражнениями, а также повышение духовного потенциала студентов при посещении любых видов занятий: лекций, практических занятий, семинаров, коллоквиумов, конференций при любом уровне физической подготовленности студентов.

Задачами исследования являлись:

1. Сбор и исследование ответов респондентов, принявших участие в социологическом опросе (студентов СФ МАИ с первого по четвертый курс дневного отделения) посредством ресурса Google форм.
2. Определение взаимосвязи духовной составляющей с физическим потенциалом студентов при обучении на занятиях физкультурой.
3. Выполнение и построение диаграмм на материале проведенных исследований в результате анализа ответов студентов.
4. Разработка методик обучения студентов с целью определения сформированной у них потребности в здоровом образе жизни (ЗОЖ) и самостоятельных занятиях физическими упражнениями как гармонично развивающейся личности.

#### Методы

В качестве методов исследования использовались поисковый, компаративный, метод анализа, систематизации и обобщения, а также метод социологического опроса и словарных дефиниций.

#### Результаты и их обсуждения

В конце учебного года было проведено социологическое исследование, посвященное влиянию физического развития на духовный потенциал студентов, так как именно молодежь является наиболее подвижной и активной средой современного социума. В этом социологическом опросе приняли участие 100 студентов, опрошенных посредством Google форм. Социологический опрос включал в себя 14 вопросов. Рассмотрим содержание этих вопросов.

Первый вопрос касался гендерной принадлежности опрошенных респондентов. Обратимся к графику в виде круговой диаграммы, отображающей распределение ответов. Технический вуз предполагает большее количество юношей, чем девушек, что составило 76% против 24% (диаграмма 1).



Диаграмма 1 – Гендерный состав студентов технического вуза

Второй вопрос касался распределения респондентов по курсам. В результате опрос показал, что студентов со второго курса было больше (37% опрошенных), чем с первого курса – 32%, с третьего курса – 25%, с четвертого – 6% (диаграмма 2).

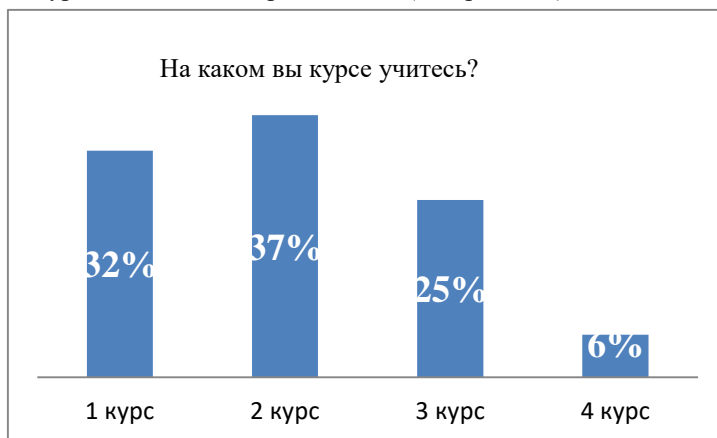


Диаграмма 2 – Распределение респондентов по курсам

Третий вопрос касался осознанного и осмысленного подхода студентов к заботе о своем здоровье. Русская пословица гласит: “Береги здоровье смолоду”, но не все студенты были согласны с ней. 13% респондентов считают пословицу неверной и полагают, что здоровье у них отличное и, если случится заболеть, то они быстро справятся с недугом [14]. 5% студентов сомневаются в верности данного идиоматического выражения, зато 82% опрошенных полностью с ним согласны (диаграмма 3).

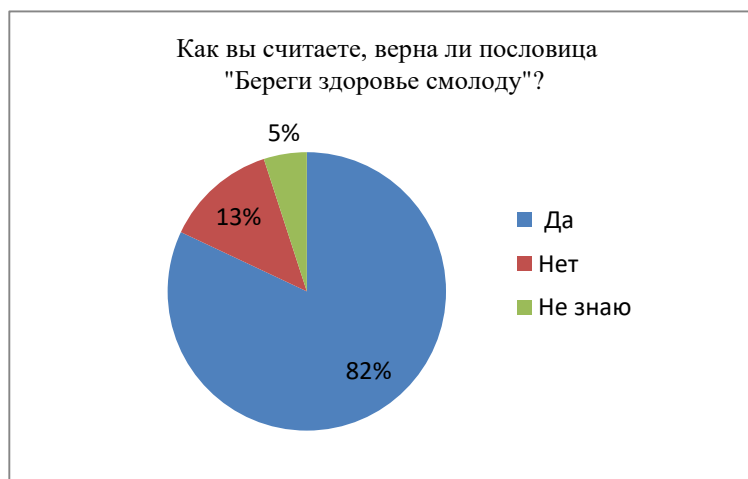


Диаграмма 3 – Подход студентов к заботе о своем здоровье

Четвертый вопрос был посвящен разным видам спорта и предпочтениям студентов при их выборе. Основная масса респондентов (61%) выбрала индивидуальные виды спорта, в которые входят спортивная и художественная гимнастики, фигурное катание, легкая атлетика, конный спорт, бадминтон, бильярд, боулинг, теннис, шахматы, дартс, шашки, виды борьбы, велоспорт, прыжки в воду, лыжные виды спорта и сноуборд, конькобежный спорт, стрельба, биатлон, плавание и другие. 36% опрошенных интересуются командными видами спорта (баскетбол,

бейсбол, волейбол, мини-баскетбол, хоккей на траве, хоккей с шайбой, хоккей с мячом, футбол, водное поло, пейнтбол, пляжный волейбол, перетягивание каната и другие), которые позволяют развивать полезные физические и психологические качества человека, учат справляться с конфликтными ситуациями [15]. Только 3% студентов входят в особую специализируемую группу, в которой состоят студенты, имеющие освобождение от физкультурных занятий по состоянию здоровья. Эти респонденты наблюдают за занятиями физкультурой, стараются настраиваться на ритм занятий и поддерживать себя легкой физической нагрузкой [16]. Формирование образовательной среды, соответствующей возрастным, индивидуальным, психологическим и физиологическим особенностям студентов, с максимальным привлечением их к самостоятельным занятиям является важным аспектом на занятиях физкультуры [17]. Данные ответы представлены в виде круговой диаграммы 4.



Диаграмма 4 – Распределение ответов по предпочитаемым видам спорта

Пятый вопрос касался чтения литературы, в том числе, специальной, в которую входят тексты спортивной тематики (ЗОЖ, питание и т.д.). Проводить свой досуг за чтением предпочитают 53% опрошенных, 45% респондентов утверждают, что они ничего не читают, 2% студентов затрудняются ответить, читают ли они вообще (диаграмма 5). Такое распределение ответов, несомненно, говорит в пользу правильности ответов тех респондентов, которые осознанно выбирают чтение в качестве досуга, чтобы найти ответы на возникающие вопросы. Авторы склонны утверждать, что студенты, ответившие на этот вопрос «нет, ничего не читаю» лукавят, поскольку невозможно проходить обучение в вузе, не обращаясь как минимум к учебной и специализированной литературе.



Диаграмма 5 – Распределение ответов на вопрос о чтении литературы

Шестой вопрос касался семейных традиций, благодаря которым молодежь имеет возможности поддерживать свой физический тонус и в школьном, и в юношеском возрасте. Как правило, что закладывается в детях родителями, детским садом, школой остается главным мотивирующим рычагом у взрослого человека в качестве моральной опоры при принятии своих собственных решений. Родительский пример – что может быть лучше в качестве доказательства эффективности совмещения физического труда с умственными нагрузками. Обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышения компетентности родителей в вопросах физического развития и образования играет важную роль в охране и укрепления здоровья детей, подростков и студенческой молодежи [18]. Радует, что 55% респондентов получили такой опыт в своей семье, 41% опрошенных не согласны с этим утверждением и 4% студентов затрудняются ответить на этот вопрос (диаграмма 6).



Диаграмма 6 – Распределение ответов на вопрос о традициях физического воспитания в семье

Седьмой вопрос был посвящен снятию стресса во время занятий спортом. Основная часть студентов согласны с данным мнением (77% опрошенных), 16 % респондентов не считают это верным и 7% опрошенных студентов затрудняются ответить на этот вопрос (диаграмма 7). Возможно, у студентов, входящих в 16%, не было личного опыта, подтверждающего факт снятия стресса физическими упражнениями. Оптимальные физические нагрузки не только развивают выносливость и силу воли, но и обладают отвлекающим действием, направляя резервы организма на нужные сберегающие и восстанавливающие силы занятия.



Диаграмма 7 – Распределение ответов на вопрос о том, снимает ли спорт стресс

Восьмой вопрос касался отсутствия преемственности между школой и вузом. 39% респондентов согласны с этим высказыванием, 37% студентов не считают это утверждение верным, 24% опрошенных не могут ответить на данный вопрос (диаграмма 8). Такое распределение ответов говорит о необходимости наладить связи между школой и вузом, хотя бы в региональных институтах, где существует возможность общаться на соревнованиях, принимать участие в городских первомайских эстафетах, праздничных городских турнирах и т.д. Такой подход «позволяет формировать у студента смысловой аспект внутренней мотивации быть здоровым и физически совершенным» [8, с. 228].



Диаграмма 8 – Распределение ответов на вопрос о преемственности между школой и вузом

Девятый вопрос был посвящен развитию силы воли, стойкости, самостоятельности, самосовершенствованию, самодисциплине и другим качествам, которые формируются в процессе занятий физкультурой. Совершенствование и развитие общей культуры личности студентов вуза, в том числе ценностей здорового образа жизни, развития их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности, формирует предпосылки к успешной учебной деятельности [19, 20]. 80% студентов согласны с этим мнением, 17% не согласны и 3% ответивших затрудняются ответить на этот вопрос (диаграмма 9).

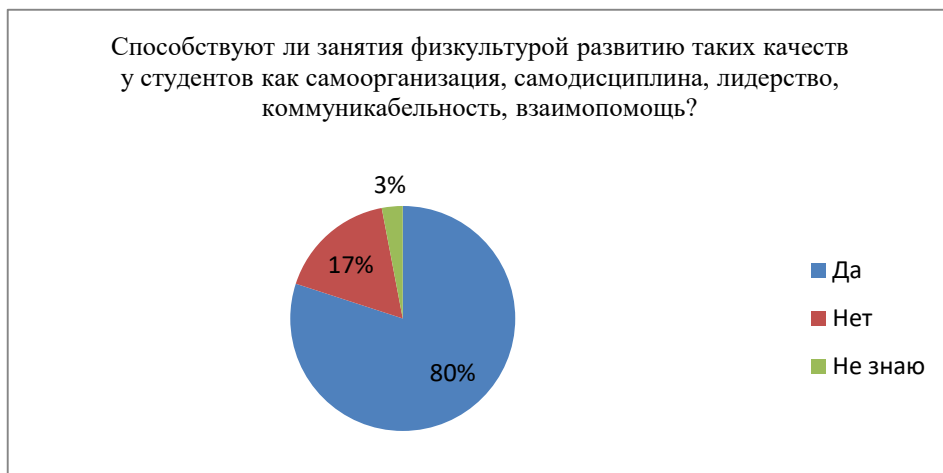


Диаграмма 9 – Распределение ответов на вопрос о развитии качеств в процессе занятия спортом

Десятый вопрос затрагивает формирование личности студента посредством физвоспитания. Это продолжение выше названного вопроса и похвально, что 79% студентов согласны с этим высказыванием, 15% опрошенных против и 6% респондентов затрудняются ответить на этот вопрос (диаграмма 10).



Диаграмма 10 – Распределение ответов на вопрос о влиянии физкультуры на формирование личности

Одиннадцатый вопрос относится к теме формирования у студентов эстетической составляющей посредством занятий физкультурой. 55% респондентов уверены в этом. 28% отрицают это высказывание. 17% опрошенных затрудняются ответить на данный вопрос (диаграмма 11). Для воспитания студенческой молодежи здоровым, гармонично развитым поколением необходимо следить за влиянием физического развития на духовную составляющую, что будет способствовать формированию личности студента, его качеств и компетенций. Обучение в техническом вузе предполагает комплексный подход, обеспечивая развитие студентов во всех взаимодополняющих образовательных областях, интегрируя другие дисциплины в единое целое образовательного процесса [21].



Диаграмма 11 – Распределение ответов на вопрос о влиянии физкультуры на формирование эстетической составляющей

Двенадцатый вопрос связан с отношением студентов к трудоустройству после окончания вуза и влиянием физического воспитания на продвижение по социальной лестнице, занимая ключевые позиции при трудоустройстве. 48% студентов согласны с этим, 38% против и 14% затрудняются ответить на этот вопрос (диаграмма 12). Пропаганда здорового образа жизни, имиджа успешного человека, который позиционирует себя не только как специалист, профессионал, но и как человек, ведущий здоровый образ жизни, не имеющий вредных привычек и зависимостей, находящийся в прекрасной физической форме, популярна для многих современных предприятий.

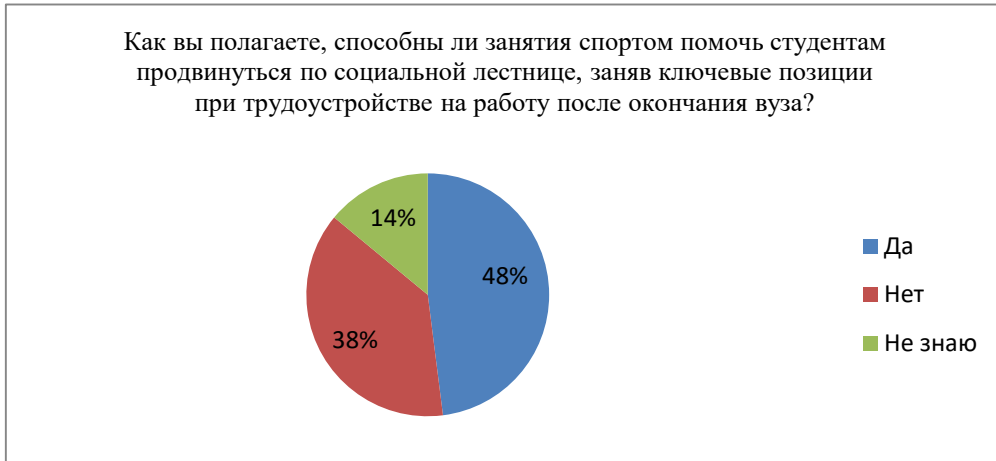


Диаграмма 12 – Распределение ответов на вопрос о влиянии спорта на карьеру

Тринадцатый вопрос посвящен предпочтениям студентов, которые выбирают духовную компоненту вместо физической. Иными словами, студент, занимаясь только гуманитарными и (или) профессиональными предметами, минуя физкультуру, не подозревает, что только физическое развитие может дать пищу для уставшего и изнуренного науками ума и освободить его от перегрузок и наоборот, тот, кто предпочитает физические занятия, должен расслабляться при занятиях другими предметами. Умение переключаться на разные виды деятельности – главное условие для отдыха обучающихся как в школе, так и в вузе. 34% опрошенных согласны, 39% студентов против, 27% респондентов затрудняются ответить (диаграмма 13).



Диаграмма 13 – Распределение ответов на вопрос о соотношении духовного и физического развития



Четырнадцатый вопрос был посвящен основной концепции исследования: влияет ли физическое развитие на духовный потенциал студентов. Ответы распределились следующим образом: 60% респондентов согласны с этим утверждением, 23% студентов не согласны и 17% опрошенных затрудняются ответить на этот вопрос (диаграмма 14).



Диаграмма 14 – Распределение ответов на вопрос о влиянии физического развития на духовный потенциал

### Выводы

1. Проведенное исследование показало, что около двух третей студентов видят связь между духовным и физическим развитием. Такие студенты считают, что развитие и совершенствование физических навыков, укрепление своей физической формы увеличивает конкурентоспособность на рынке труда, дает возможность обладать конкурентными преимуществами не только при трудоустройстве, но и в коллективе, дополняя имидж делового человека и являясь элементом общей культуры. Совершенная физическая форма необходима для повышения выносливости, силы духа, стойкости, самодисциплины. Занятие спортом и физической культурой настраивает на оптимистическое восприятие действительности, увеличивает работоспособность и помогает преодолеть стрессовые ситуации.

2. Результаты проведенного исследования показывают укоренившееся мнение студентов – недавних школьников – в отсутствии преемственности физического воспитания между школой и вузом. Это подрывает авторитет всей системы образования, опирающегося на многолетние традиции преемственного обучения в неразрывной связке школа-вуз. В СФ МАИ созданы и улучшаются условия для формирования гармонично развитой личности студентов, раскрытия их духовного и физического потенциала, осознания необходимости развития не только одной компоненты.

3. Правильный подбор средств и методов развития физических и духовных качеств, целенаправленное воспитательное воздействие должно мотивировать на самостоятельные занятия спортом, ведение здорового образа жизни и формирование полезных привычек.

### Заключение

Данное социологическое исследование, в связи с процессами обновления системы высшего образования и качественными критериями отбора выпускников авиационного вуза работодателями, несомненно, может быть продолжено с внедрением новых инновационных подходов, идей и приемов в образовательный процесс, формируя компетенции обучающихся и совершенствуя гармонично развитую личность.

**Литература**

1. Шакурова Е.С., Старчикова И.Ю., Коняева Н.А. Актуальность языковой подготовки в техническом вузе // Перспективы науки. 2019. №2 (113), С. 126-130.
2. Мягков А.Ю. Студенты технического вуза: профессиональные компетенции и ожидания на рынке труда // Социологические исследования. 2016. № 6(386). С. 102-109.
3. Боброва О.М., Боброва Э.В., Еременская Л.И., Александрова А.В. Использование средств физической культуры в воспитательной работе со студентами научно-исследовательского университета // Глобальный научный потенциал. 2018. №8 (89). С. 53-56.
4. Боброва О.М., Боброва Э.В., Еременская Л.И. Способы и пути повышения оздоровительного потенциала при занятиях физической культурой со студентками специальной медицинской группы // Человеческий капитал. 2019. №2 (122), С. 108-114.
5. Старчикова, И. Ю. Культурологический аспект изучения иностранного языка // Глобальный научный потенциал. Тамбов: ТМБпринт. 2019. № 2 (95). С. 25-26.
6. Семенова Е.С. Библизм как средство речевого воздействия: дис... канд. фил. наук. Тверь, 2003. 148 с.
7. Шакурова Е.С. К вопросу о построении модели речевого воздействия // Вестник Тверского государственного университета. Серия: Филология. 2010. № 3. С. 149-155.
8. Осик В. И., Гуляева В.А, Белозерова Н. П. Формирование у студентов ценностного отношения к своему здоровью и физически активному образу жизни // Перспективы Науки и Образования. 2018. 4 (34), С. 227-232
9. Коняева Н.А. Социально-культурный потенциал общественных объединений // Вестник Российского нового университета. Серия: Человек в современном мире. 2010. № 1. С. 35-39.
10. Белова С.Б., Старчикова Е.С., Старчикова И.Ю. Влияния экологической тематики на мировоззрение школьников и студентов технических вузов при обучении иностранному языку // Перспективы науки и образования. 2018. № 5(35). С. 74-81.
11. Мощенок, Г.Б. Мир духовных ценностей в жизни человека // Научные труды (Вестник МАТИ). 2014. № 22(94). С. 213-216.
12. Иваненко М.А. К вопросу о качестве образования в высшей школе // Педагогическое образование в России. 2013. № 2. С. 93-96.
13. Основы психофизиологии: Учебник / Отв. ред. Ю.И. Александров. М.: ИНФРА-М, 1997. 349 с.
14. Синенко Г.С. Формирование у студенток потребности в рекреативно-оздоровительных занятиях // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2011. №3. С. 21-24.
15. Холодов Ж.К. Теория и методика физической культуры и спорта. 10-е изд. М., 2012. 480 с.
16. Железняков А.Г., Панкратьева О.В., Мартынов М.П. Совершенствование функциональной подготовленности студентов специальной медицинской группы // Физическая культура, спорт и здоровье. Йошкар-Ола, 2016, №28. С.-25-30.
17. Бадардинов И.К., Рыкова Н.Ф. Формирование мотивации к занятиям физической культурой и спортом // Наука через призму времени. 2017. №3(3). С. 166-168.
18. Коняева Н.А. Формирование материнского поведения в условиях социально-культурной деятельности: дис... канд.пед. наук. Москва, 2005. 220 с.

19. Субочева А.Д., Субочева О.Н. Инновационные методы обучения как способы активизации мыслительной деятельности студентов // Международный научно-исследовательский журнал. 2014. № 9 (28). С. 136-139.

20. Носов В.К., Уваров В.Н., Мамонов С.А. Повышение профессиональной подготовки выпускников вузов в содействии их трудоустройству // Экономика и управление в машиностроении. 2009. № 4. С. 56-57.

21. Barskaya O.V. Combination of innovative technologies and historic heritage in spiritual and moral education of cadets // Вестник Самарского государственного технического университета. Серия: Психолого-педагогические науки. 2019. № 1 (41). С. 6-19.

22. Григорьева М.А., Григорьев С.М., Письменский Г.И. Психолого-акмеологические основы подготовки профессиональных менеджеров к инновационной деятельности / под редакцией Г.И. Письменского. М.: ООО «Русайнс», 2017. 218 с.

23. Анцупов А.Я., Аристер Н.И., Вахнина В.В. и др. Стратегия и практика достижения высшей квалификации субъектом инновационного труда / Под общ. ред. Пахомова С.И., Кубышко В.Л. 3-е издание, дополненное и переработанное. М.: Буки-Веди. 2018. 550 с.

**Старчикова Ирина Юрьевна.** E-mail: irina.star4@gmail.com

**Шакурова Евгения Сергеевна.** E-mail: eshakurova@gmail.com

**Боброва Ольга Михайловна.** E-mail: bobrovaom51@mail.ru

Дата поступления: 11.06.2019

Дата принятия к публикации 10.08.2019

**INFLUENCE OF PHYSICAL DEVELOPMENT ON THE SPIRITUAL  
POTENTIAL OF STUDENT YOUTH**

DOI: 10.25629/HC.2019.08.20

**Starchikova I.Yu., Shakurova E.S., Bobrova O.M.**

Moscow Aviation Institute (National Research University)

Moscow, Russia

**Abstract.** At present, in the global space, where globalization processes are intensifying, changes in the spiritual and moral perception of the world by the younger generation are being transformed. In connection with these prerequisites, global challenges dictate steady changes in all spheres of life of any individual on the planet. The aim of the work is to trace, through a sociological survey, the influence of physical development on the spiritual potential of students of the Stupinsky branch of the Moscow Aviation Institute (National Research University). The objectives of the study are to collect data from the survey and the subsequent analysis of students' responses, their discussion, identification and justification of using the necessary methods and techniques for solving this issue. On the basis of anonymous individual responses of students, the main trends in relation to physical education at the institute were revealed, under the influence of which not only the physical but also the spiritual component of the respondents was formed. As a result, peculiarities of students' answers were identified and recommendations were given on how to form the spiritual world of students under the influence of physical education classes, motivating physical loads as both the physical and spiritual components of the educational process at a technical university.

**Keywords:** high school, sociological survey, students of technical universities, spiritual potential, physical development, educational process.

**Starchikova Irina Yuryevna. E-mail: [irina.star4@gmail.com](mailto:irina.star4@gmail.com)**

**Shakurova Evgenia Sergeevna. E-mail: [eshakurova@gmail.com](mailto:eshakurova@gmail.com)**

**Bobrova Olga Mikhailovna. E-mail: [bobrovaom51@mail.ru](mailto:bobrovaom51@mail.ru)**

Date of receipt 11.06.2019

Date of acceptance 10.08.2019