



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ГУМАНИТАРНО-
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ»)

ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ

**Физическая культура и спорт как средство нравственного воспитания
молодёжи**

**Выпускная квалификационная работа по направлению
44.03.01 Педагогическое образование
Направленность программы бакалавриата
«Физическая культура»
Форма обучения заочная**

Проверка на объем заимствований:
66,21% авторского текста

Работа рекомендована к защите
«12» февраля 2025 г.
Директор института
Сибиркина – Сибиркина А.Р.

Выполнил:
Студентка группы ЗФ-409-106-3-1
Шарипова Илюза Миргалимовна *Илюза Шарипова*

Научный руководитель:
доктор биологических наук, профессор
Мамылина Наталья Владимировна *Наталья Мамылина*

Челябинск
2025

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	3
ГЛАВА 1 ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ НРАВСТВЕННОГО ВОСПИТАНИЯ МОЛОДЁЖИ СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА	7
1.1. Нравственное воспитание в психолого-педагогической литературе.....	7
1.2. Условия формирования нравственных качеств у молодёжи при занятиях физической культурой и спортом.....	10
1.3. Особенности нравственного воспитания при занятиях физической культурой и спортом молодёжи	15
Выводы по первой главе.....	20
ГЛАВА 2 ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ РАБОТА ПО РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ НРАВСТВЕННОГО ВОСПИТАНИЯ МОЛОДЁЖИ В ПРОЦЕССЕ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТОМ....	22
2.1. Организация работы по нравственному воспитанию молодёжи в процессе занятий физической культурой и спортом.....	22
2.2. Программа нравственного воспитания молодёжи в процессе занятий физической культурой и спортом.....	23
2.3. Методические рекомендации по осуществлению нравственного воспитания молодёжи в процессе занятий физической культурой и спортом.....	30
2.4. Анализ результатов исследования нравственного воспитания молодёжи при занятиях физической культурой и спортом.....	33
Выводы по второй главе.....	40
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	43
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ.....	45
ПРИЛОЖЕНИЯ.....	50

ВВЕДЕНИЕ

Роль физической культуры и спорта в формировании подрастающего поколения невозможно переоценить. Фраза "в здоровом теле – здоровый дух" стала тавтологией, однако, физические упражнения и занятия спортом способствуют не только общему укреплению тела, но и развитию высоких моральных ценностей у человека.

Влияние спорта на социокультурную среду и образ жизни стабильно растёт, что подтверждается масштабностью проведения Олимпийских игр, чемпионатов мира по хоккею и футболу. В данном контексте особенно важно, чтобы физическое воспитание соблюдало гуманистические идеалы, способствуя формированию ключевых социальных ценностей.

Цель любого вида спорта: это борьба, противостояние и преодоление собственных страхов. Основным критерием успеха в спортивных дисциплинах не что иное, как физическая подготовка каждого интересующегося. Также важно наличие нравственных качеств. Умение достойно принимать поражение — это важный аспект личностного роста и развития. Поражения могут быть болезненными, но они также предоставляют ценную возможность для анализа, обучения и самосовершенствования. Когда мы сохраняем уважение к себе и другим, даже в трудные моменты, это не только укрепляет наши внутренние качества, но и вдохновляет окружающих. Кроме того, такие ситуации учат нас стойкости и терпению, показывают, что успех не всегда приходит сразу, и что важен не только результат, но и процесс.

В этом контексте стоит обратить внимание на моральный аспект поведения отдельных спортсменов и команд в целом. Практически всегда победа достигается благодаря силе воли и нравственным ценностям. Эти аспекты можно разбить на более мелкие составляющие. Неправильно было бы считать, что нравственное воспитание касается лишь самих спортсменов. "Также важным аспектом является деятельность тренеров и спортивных

организаций. Их работа должна сосредоточиться на создании условий, которые способствуют раскрытию творческого потенциала каждого человека в сфере спорта."

Воспитание на протяжении всей истории играло и продолжает играть важнейшую роль в изменении общества. Будущее России во многом определяется уровнем воспитанности и духовного развития её граждан. Будущее России в значительной степени зависит от степени воспитанности, духовного и нравственного развития, а также гражданской зрелости молодёжи. Основная идея этой темы заключается в том, что физическое воспитание не только способствует развитию физических способностей человека, но и формирует его нравственные качества. При этом оно не требует наличия теоретических знаний в области психологии или морального воспитания.[3]

Недостаточная научная проработка основ нравственного воспитания молодёжи с использованием физической культуры и спорта подчеркивает значимость данной работы.

Цель исследования - создать и протестировать программу нравственного воспитания молодёжи в ходе занятий физической культурой и спортом.

Объект исследования - учебно-тренировочный процесс обучающихся.

Предмет исследования: физическая культура и спорт как средство нравственного воспитания молодёжи.

Гипотеза исследования - нравственное воспитание молодёжи при занятиях физической культуры и спортом будет эффективным, если:

- 1) изучены теоретические аспекты проблем нравственного воспитания молодёжи средствами физической культуры и спорта;
- 2) разработаны методические рекомендации нравственного воспитания молодёжи на занятиях физической культурой и спортом.

Задачи исследования:

1. Изучить теоретические аспекты проблемы нравственного воспитания молодёжи средствами физической культуры и спорта.

2. Разработать программу нравственного воспитания молодёжи на занятиях физической культурой и спортом.

3. Выявить педагогические условия эффективной реализации программы нравственного воспитания молодёжи на занятиях физической культурой и спортом.

Для решения обозначенных задач и проверки гипотезы применены следующие **методы**:

1) анализ научной литературе по проблеме исследования;

2) тестирование;

3) обобщение и систематизация материала.

Разработкой научных выводов по данной теме занимались такие авторы, как Г.С. Виноградова, Г.Н. Волкова, А.Ш.Гашимова, А.Ф. Хинтибидзе, Я.И. Ханбикова, А.Э. Измайлова и др. Нравственное воспитание средствами физической культуры и спорта описаны в работах Б.А. Ашмарина, В.В. Белорусовой, В.М. Выдрина, П.Ф. Лесгафта, Н.И. Пономарева, В.Н. Старшинова и др.

Этапы исследования.

На первом этапе был проведён анализ литературы, подбор и изучение источников информации по теме. Разработан методологический аппарат исследования (определены актуальность, объект и предмет, цели и задачи исследования, основные этапы и методы.)

На втором этапе проведён педагогический эксперимент у обучающихся, занимающихся на уроках физической культуры с целью нравственного воспитания.

На третьем этапе провели обобщение и обработку полученных в ходе педагогического эксперимента результатов. Были проанализированы полученные результаты, сделаны по ним выводы, а также определены

практические рекомендации. Проводилось оформление курсовой работы в соответствии с требованиями и стандартами.

Теоретическая значимость. Теоретическая значимость проведенного исследования заключается в расширении представлений о нравственном воспитании обучающихся средствами физической культуры и спорта.

Структура работы. Представленная дипломная работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка использованных источников.

ГЛАВА 1 ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ НРАВСТВЕННОГО ВОСПИТАНИЯ МОЛОДЁЖИ СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

1.1. Нравственное воспитание в психолого-педагогической литературе

Нравственное воспитание является ключевой задачей современной государственной политики Российской Федерации. Оно направлено на формирование у граждан нравственных ценностей, таких как законопослушность, патриотизм, уважение к старшим, любовь к ближнему, честность, справедливость, ответственность и трудолюбие. Эти ценности играют важную роль в поддержании правопорядка, развитии экономики и социальной сферы, а также в укреплении общественных отношений [3].

Исследованием нравственного воспитания занимались многие педагоги и психологи, среди которых можно выделить А.М. Архангельского, Н.М. Болдырева, Н.К. Крупскую, А.С. Макаренко, И.Ф. Харламова, И.С. Марьенко, В.А. Сухомлинского, В.А. Сластенина и И.П. Подласого. В их работах раскрывается сущность основных понятий теории нравственного воспитания, нравственного содержания, форм, методов и принципов.

Понятие нравственного воспитания имеет множество трактовок. Например, М.Г. Яновская описывает его как целенаправленное и систематическое воздействие на сознание, эмоции и поведение учащихся, направленное на развитие у них нравственных качеств, соответствующих общественным моральным нормам.

В педагогическом словаре нравственное воспитание охарактеризовано как процесс, направленный на развитие моральных качеств, черт характера, а также навыков и привычек поведения. Словарь С.И. Ожегова добавляет, что нравственное воспитание — это формирование

внутренних, духовных качеств, которые направляют действия человека, а также этические нормы и правила поведения, вытекающие из этих качеств.

Для достижения эффективного нравственного воспитания крайне важно учитывать возрастные и индивидуальные особенности воспитанников. Необходимо применять разнообразные методы и формы работы, а также активно взаимодействовать с семьями и общественными организациями. Особое внимание следует уделять воспитанию у детей и молодёжи чувства патриотизма, любви к Родине и уважения к национальным традициям и культуре.

Нравственное воспитание является непрерывным процессом, который осуществляется на протяжении всей жизни человека. Оно способствует формированию высоконравственной, социально ответственной и творческой личности, способной принимать самостоятельные решения и нести ответственность за свои поступки [3].

Нравственное воспитание – это целенаправленный процесс формирования у человека устойчивых нравственных качеств, определяющих его отношение к окружающему миру. Процесс нравственного воспитания осуществляется в ходе взаимодействия субъекта и объекта воспитания.

Основными задачами нравственного воспитания являются:

1. Формирование нравственного сознания:
 - усвоение нравственных норм и принципов;
 - развитие способности к нравственной оценке поступков;
 - формирование нравственных идеалов и убеждений.
2. Воспитание и развитие нравственных чувств:
 - развитие сочувствия, сопереживания, доброты;
 - воспитание чувства ответственности, долга, совести;
 - формирование чувства справедливости, уважения к личности.
3. Выработка умений и привычек нравственного поведения:

- формирование навыков нравственного поведения в различных жизненных ситуациях;

- развитие способности к самоконтролю и саморегуляции поведения [14].

Нравственное воспитание играет важную роль в формировании личности человека. Оно помогает ему стать нравственно зрелым, способным к совершению нравственных поступков, к преодолению трудностей и искушений.

Существует множество подходов к нравственному воспитанию. Некоторые исследователи утверждают, что основой этого процесса должно стать обучение нравственным нормам и принципам. В то же время другие акцентируют внимание на важности развития нравственных чувств и эмоций. Третья группа специалистов считает, что наиболее эффективным будет сочетание обоих этих аспектов. Однако вне зависимости от выбранного подхода, нравственное воспитание должно быть целенаправленным, систематичным и последовательным. Только при соблюдении этих условий можно достичь эффективности и сформировать у человека стойкие нравственные качества. [23].

Нравственное воспитание является непрерывным процессом, который продолжается на протяжении всей жизни человека. Оно осуществляется в различных социальных институтах: семье, школе, трудовом коллективе, общественных организациях, средствах массовой информации [7].

Нравственные ценности играют важную роль в формировании нравственного сознания и поведения подрастающего поколения. Они помогают молодым людям развить принципы справедливости, уважения, ответственности и сострадания. Нравственные ценности также способствуют развитию этического мышления и способности принимать этически обоснованные решения [6].

Современный образ жизни характеризуется быстрыми темпами, информационным перенасыщением и социальными изменениями.

Нравственные ценности помогают подрастающему поколению ориентироваться в этом мире и принимать правильные решения в сложных ситуациях. Они становятся опорой и руководством для принятия решений, основанных на моральных принципах.

Формирование активной жизненной позиции является также важной функцией нравственных ценностей. Нравственные ценности позволяют людям осознать свою роль в обществе и принести пользу другим людям. Они помогают развить чувство общественного долга и ответственности перед обществом [23].

Воспитание нравственного сознания и поведения является одним из основных принципов педагогики. Школы, семьи и другие образовательные учреждения играют важную роль в этом процессе, предоставляя детям возможность ознакомиться с нравственными ценностями, обсудить их и применить в жизни. Они помогают детям развить этическую осознанность и способность принимать нравственные решения.

Главная функция нравственных ценностей состоит в формировании нравственного сознания, устойчивого нравственного поведения и нравственных чувств у подрастающего поколения, а также в развитии активной жизненной позиции и привычки руководствоваться чувством общественного долга [11].

Таким образом, нравственное воспитание- процесс формирования моральных ценностей, норм и правил поведения у человека. Оно направлено на развитие сознательного и ответственного отношения к себе и другим людям, на усвоение основных принципов справедливости, доброты, честности, толерантности и уважения к окружающим.

1.2. Условия формирования нравственных качеств у молодёжи при занятиях физической культурой и спортом

Одним из наиболее эффективных способов формирования нравственных качеств является интеграция физического воспитания в образовательный процесс. Занятия физической культурой и спортом оказывают общее укрепляющее воздействие на организм, способствуя улучшению здоровья и повышению жизненного тонуса. Этот вывод подтверждается наблюдаемыми проблемами среди молодежи, такими как:

- слабое физическое развитие подростков;
- недостаток интереса к регулярным занятиям физическими упражнениями;
- низкий уровень физической и психологической выносливости у юношей;
- отсутствие культа здорового образа жизни.

Физическая активность способствует укреплению нервной системы, улучшению чувствительности органов и нормализации веса. Проще говоря, она положительно влияет на все системы организма. При интенсивных физических нагрузках активируются мышцы, что, в свою очередь, стимулирует работу сердца для увеличения притока крови.

Регулярные физические упражнения играют ключевую роль в укреплении здоровья и закаливании организма, а также способствуют всестороннему физическому развитию. Они помогают развивать важные качества, такие как выносливость, быстрота и сила. Кроме того, занятия спортом формируют правильные двигательные навыки, которые необходимы как в трудовой деятельности, так и для поддержания общего состояния здоровья. Разнообразные виды физической активности не только улучшают физическую подготовку учащихся, но и способствуют развитию их эмоционально-волевой сферы.

Воспитательная работа является ключевым элементом в формировании нравственной сферы личности. Воспитание чувства коллективизма и ответственности за общее дело создаёт благоприятные

условия для проявления нравственных качеств. Научные исследования подтверждают, что занятия спортом способствуют улучшению целей и мотивации в области самовоспитания, помогают формировать новые потребности и обогащают эмоциональную сферу. Это позволяет более адекватно оценивать как собственные действия, так и поступки окружающих. Развитие новых психических качеств у молодёжи служит фундаментом для дальнейшего усложнения и повышения эффективности процесса самовоспитания.

Формирование у молодёжи новых психических качеств является основой для дальнейшего усложнения и повышения эффективности самовоспитания. В этом контексте волевая активность становится необходимым компонентом, целью и двигателем всего учебно-тренировочного процесса. Воля служит как условием, так и средством самовоспитания, направляя внутренние ресурсы подростка на преодоление трудностей и решение задач самосовершенствования. Лишь достигнув определенного уровня развития воли, подросток сможет стать импульсом для начала процесса нравственного самовоспитания.

Эффективность формирования нравственных качеств у молодёжи через занятия спортом зависит от взаимодействия участников педагогической системы «ученик - тренер - детский спортивный коллектив». Особенностью этого взаимодействия является создание тренером у учащихся установки на развитие целеустремленности, инициативы и чувства ответственности перед товарищами и коллективом. Эти качества способствуют развитию других нравственных свойств личности подростка.

В процессе занятий спортом у молодежи формируются важные нравственные качества, такие как ответственность за собственные действия и поведение товарищей, стремление к коллективному успеху, сила воли и мотивация к достижению высоких результатов. Спортивная деятельность

также способствует развитию таких физических характеристик, как ловкость, сила и упорство.

Для достижения этих целей тренеру необходимо приложить значительные усилия к формированию у юных спортсменов способности устанавливать жизненно важные цели, соотносить их с нравственными ценностями общества и принимать осознанные этические решения, демонстрируя моральную готовность к преодолению возникающих трудностей.

Крайне важно, чтобы каждый индивид осознал значимость физической подготовки и стремился овладеть знаниями о методах и средствах физического совершенствования. Физическая подготовка представляет собой педагогический процесс, направленный на воспитание физических качеств и развитие функциональных возможностей, что создает условия для гармоничного совершенствования всех аспектов подготовки. Основная задача общей физической подготовки заключается в содействии укреплению здоровья и гармоничному развитию жизненно важных двигательных навыков, что, в свою очередь, способствует всестороннему развитию личности [30, с. 30].

Условия формирования нравственных качеств у молодежи при занятиях физической культурой и спортом:

Личностно-ориентированный подход:

- учет индивидуальных особенностей и потребностей молодых людей;
- создание атмосферы доверия и уважения в спортивном коллективе;
- поддержка и поощрение положительных нравственных проявлений.

2. Содержательная направленность занятий:

- включение в программы физического воспитания и спортивной подготовки элементов нравственного воспитания;

- использование спортивных игр и соревнований как средств формирования моральных норм и ценностей;

- ознакомление с историей и этикой спорта, выдающимися спортсменами-моральными образцами.

3. Деятельностный характер занятий:

- активное участие молодых людей в организации и проведении спортивных мероприятий;

- привлечение к волонтерской и общественной деятельности, связанной со спортом;

- создание условий для самореализации и проявления нравственных качеств в спортивной деятельности.

4. Положительный пример тренера и педагога:

- высокие моральные качества тренера или педагога являются важным фактором формирования нравственных ориентиров у молодежи;

- соблюдение этических норм и правил в спорте;

- проявление доброжелательности, справедливости и уважения к спортсменам.

5. Благоприятная социальная среда:

- поддержка и поощрение нравственного поведения в спортивной среде;

- противодействие негативным проявлениям (грубости, агрессии, нечестной игре);

- создание благоприятной атмосферы в спортивных секциях и клубах.

6. Системность и последовательность:

- нравственное воспитание должно быть постоянным и последовательным процессом, интегрированным во все этапы спортивной подготовки;

– использование различных методов и форм работы с молодёжью для формирования нравственных качеств.

7. Мониторинг и оценка:

– регулярный мониторинг нравственного развития молодёжи, занимающейся физической культурой и спортом;

– оценка эффективности применяемых методов и программ нравственного воспитания;

– внесение корректировок в процесс воспитания на основе полученных данных.

На основе вышеизложенного, можно сделать вывод о том, что физическая культура и спорт играют критически важную роль в формировании нравственных качеств молодежи. Через занятия спортом обеспечивается не только физическое развитие, но и формирование таких моральных ценностей, как ответственность, честность и уважение к другим. Концепция, основанная на интеграции нравственного воспитания в занятия физической культурой, может служить основой для разработки программ, направленных на всестороннее развитие молодежи. Важно продолжать исследования в этой области и внедрять успешные практики для создания гармонично развитых личностей, способных к конструктивному взаимодействию в обществе.

1.3. Особенности нравственного воспитания при занятиях физической культурой и спортом молодёжи

Развитие физических качеств основывается на постоянном стремлении человека к самосовершенствованию. С самого раннего возраста необходимо регулярно придерживаться принципов физического воспитания. Ключевым этапом в формировании этих качеств является период с 5 до 25 лет, когда закладываются основы тренировочного материала, который будет использоваться в дальнейшем.

Основные качества, формирующиеся в процессе занятия физической культурой и спортом:

1. Дисциплина.
2. Ответственность.
3. Чувство коллективизма.
4. Целеустремленность.
5. Стремление к самосовершенствованию.
6. ЗОЖ.
7. Бережное отношение к имуществу.

Физическая культура в высших учебных заведениях и колледжах занимает ключевую позицию в подготовке высококвалифицированных специалистов, играя важную роль в формировании не только физической, но и нравственной составляющей личности. Одним из наиболее значимых качеств, развиваемых в процессе занятий физической культурой, является дисциплина. С первых лет обучения учащиеся вовлекаются в уроки физкультуры, где они осваивают навыки организации своего времени и пространства: от подготовки спортивной формы до переодевания и выполнения указаний преподавателя. Эти действия способствуют формированию устойчивого чувства дисциплинированности, которое продолжает развиваться в процессе спортивной деятельности.

Тренер устанавливает чёткие и последовательные правила поведения на тренировках, к которым учащиеся обязаны строго следовать. Это взаимодействие создаёт условия для повышения уровня самодисциплины, что является важным аспектом личностного роста. Ответственность у молодёжи формируется на основе ожиданий от результатов своей деятельности. В контексте профессионального спорта индивид ставит перед собой конкретные цели и осознает свою ответственность за их достижение. Он понимает, что не может подвести себя и своих товарищей, и именно спортивная деятельность учит его принимать ответственность за свои действия, а также осознавать последствия своих решений.

Занятия физической культурой не только способствуют развитию физических качеств, но и формируют важные социальные и личностные компетенции, такие как дисциплина и ответственность, которые являются необходимыми для успешной профессиональной деятельности в будущем.

Чувство коллективизма формируется через динамичное взаимодействие в группе. В процессе спортивных занятий участники испытывают взаимную поддержку, осознавая, что они не одиноки в своих стремлениях. В ходе занятий возникает потребность в коммуникации с единомышленниками, что способствует созданию атмосферы дружбы и взаимопомощи — обоюдной ответственности. Данный феномен подтверждается примерами долгосрочных дружеских связей среди членов спортивных команд, как действующих, так и завершивших свою карьеру. Эти связи иллюстрируют важность социальной интеграции и формирования сплоченного коллектива, в котором каждый участник ощущает свою значимость и вклад в общее дело. Таким образом, коллективные занятия спортом не только развивают физические навыки, но и способствуют укреплению социальных связей и формированию устойчивых межличностных отношений.

Целеустремленность проявляется в четком осознании поставленных целей и задач, а также в настойчивом стремлении к совершенствованию своего мастерства. В процессе спортивной деятельности индивид стремится оптимизировать свою физическую форму и достичь выдающихся результатов на соревнованиях. Для содействия развитию данного качества тренер формулирует конкретные задачи для своих подопечных, разрабатывает стратегический план действий и систематически оценивает прогресс на каждом этапе тренировочного процесса, тем самым мотивируя их к дальнейшим достижениям. Это создает условия для формирования не только индивидуальной целеустремленности, но и коллективного духа, способствующего совместному преодолению трудностей и достижению высоких результатов.

Стремление к самосовершенствованию находит свое выражение через активное участие в спортивной деятельности. Каждый индивид стремится не только к высоким когнитивным способностям, но и к оптимальному состоянию физического здоровья. Регулярные физические нагрузки способствуют реализации этих амбициозных целей, укрепляя физиологическое состояние, улучшая физическую подготовленность и развивая психические и волевые качества личности. Таким образом, занятия спортом выступают как важный фактор, способствующий гармоничному развитию человека, интегрируя в себе аспекты как физической, так и психической сферы.

Кроме того, бережное отношение к имуществу — еще одно важное качество, которое формируется через спорт. При занятиях физической культурой студенты используют спортивный инвентарь и тренажеры. Преподаватели обучают их правильному обращению с оборудованием, что способствует уважению к имуществу образовательного учреждения и ценности возможности бесплатного пользования дорогими спортивными средствами.

Особенности нравственного воспитания при занятиях физической культурой и спортом молодежи:

1. Целенаправленность: нравственное воспитание должно быть осознанным и целенаправленным процессом, интегрированным в программы физического воспитания и спортивной подготовки.

2. Постепенность и систематичность: нравственные качества развиваются постепенно и систематически, через регулярные занятия и обсуждения.

3. Личный пример: тренеры, учителя и старшие спортсмены являются важными образцами для подражания. Их поведение и отношение формируют нравственные ориентиры молодежи.

4. Коллективизм и сотрудничество: командные виды спорта и групповые занятия способствуют развитию коллективизма, взаимопомощи и ответственности.

5. Соревновательность и честная игра: соревнования могут воспитывать спортивное поведение, уважение к соперникам и стремление к честной победе.

6. Преодоление трудностей: занятия физической культурой и спортом требуют физических и психологических усилий. Преодоление трудностей укрепляет волю, выносливость и целеустремленность.

7. Уважение к себе и другим: физическая культура и спорт помогают молодёжи осознать ценность собственного тела и здоровья. Они также воспитывают уважение к другим людям, независимо от их физических способностей.

8. Самодисциплина и самоконтроль: тренировки и соревнования требуют самодисциплины и самоконтроля. Занятия физической культурой и спортом помогают молодёжи развивать эти качества.

9. Толерантность и понимание: в спортивных коллективах и на соревнованиях молодёжь сталкивается с представителями разных культур и происхождения. Это способствует развитию толерантности и понимания.

10. Стремление к здоровому образу жизни: занятия физической культурой и спортом воспитывают стремление к здоровому образу жизни, что включает в себя отказ от вредных привычек и заботу о своём физическом и психическом здоровьем.

Таким образом, интегрируя указанные характеристики, физическая культура обретёт значительно большую многообразность и эстетическую привлекательность, что, в свою очередь, поспособствует увеличению числа студентов, вовлеченных в данную деятельность. В процессе занятий они не только будут совершенствовать свои моральные и этические качества, но и станут гордостью своего учебного заведения, достигая новых высот и значительных успехов в спортивной и социальной сферах. Это создает

условия для формирования целеустремленной и активной студенческой среды, способствующей развитию как индивидуальных, так и коллективных компетенций.

Выводы по первой главе

Исследованием нравственного воспитания занимались многие педагоги и психологи, среди которых можно выделить А.М. Архангельского, Н.М. Болдырева, Н.К. Крупскую, А.С. Макаренко, И.Ф. Харламова, И.С. Марьенко, В.А. Сухомлинского, В.А. Сластенина и И.П. Подласого. В их работах раскрывается сущность основных понятий теории нравственного воспитания, нравственного содержания, форм, методов и принципов.

Понятие нравственного воспитания имеет множество интерпретаций. Например, М.Г. Яновская описывает его как целенаправленное и систематическое влияние на сознание, эмоции и поведение воспитанников, направленное на формирование у них нравственных качеств, соответствующих требованиям общественной морали [25].

К числу таких качеств следует отнести патриотизм, который проявляется в любви к Родине и готовности защищать её, не жалея жизни. Высокие патриотические чувства, тесно связанные с мужеством, смелостью и решительностью, а также душевная боль за несправедливость, постигшую народ, формируют стремление служить ему и способствовать восстановлению величия нашего государства в экономическом, культурном и военном контекстах. Все эти эмоции неразрывно связаны с глубокими моральными аспектами личности [7].

Кроме того, дисциплина представляет собой важнейшую нравственную категорию. Воспитание таких качеств, как честность, благородство, скромность, коллективизм, стремление к добру, активное противодействие злу и подлости, помощь нуждающимся и уважение к

общественным интересам - всё это непосредственно связано с физической культурой личности и должно быть интегрировано в конкретные воспитательные цели в процессе занятий физическими упражнениями. Таким образом, физическая культура становится не только средством физического развития, но и важным инструментом формирования нравственных ориентиров и социальной ответственности у индивидов [23].

ГЛАВА 2 ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ РАБОТА ПО РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ НРАВСТВЕННОГО ВОСПИТАНИЯ МОЛОДЁЖИ НА ЗАНЯТИЯХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

2.1. Организация работы по нравственному воспитанию молодёжи на занятиях физической культуры и спорта

В рамках педагогической практики на базе спортивного клуба «Удальцы» города Оренбурга была проведена экспериментальная работа по реализации программы нравственного воспитания молодёжи на занятиях физической культуры и спорта.

В исследовании принимали участие 50 человек, в возрасте от 15-25 лет.

Эксперимент проводили в несколько этапов:

1. Констатирующий этап эксперимента представлял собой изучение психолого-педагогической, методической и учебной литературы по теме исследования, а также особенности нравственного воспитания молодёжи. Проводилось анкетирование молодёжи для выявления сформированности нравственных качеств.

2. Формирующий этап эксперимента заключался в внедрении и реализации комплексной программы нравственного воспитания молодежи в контексте занятий физической культурой и спортом, а также в систематическом фиксировании результатов по заранее установленным критериям и показателям. Этот процесс включал в себя не только практические аспекты физической активности, но и теоретическую подготовку, направленную на развитие моральных и этических норм, что способствовало формированию целостной личности. Оценка результатов проводилась с использованием количественных и качественных методов анализа, что обеспечивало более глубокое понимание влияния физической культуры на нравственное становление молодых людей.

3. Контрольный этап включал в себя обработку и анализ полученных данных, оформление результатов эксперимента и формулировку выводов.

При подготовке и проведении исследования были использованы следующие методы:

- теоретические: изучение и анализ методической и психолого-педагогической литературы, научных статей;
- эмпирические: наблюдение, метод измерения, анкетирование, сравнение результатов.

При проведении исследования мы получили сведения об уровне нравственного воспитания среди молодёжи в процессе занятий физической культуры и спортом и о необходимости внедрения используемой методики в учебный процесс.

Для решения поставленных в экспериментальной работе задач использовался комплекс диагностик:

Анкета сформированности нравственности.

Методика М. Рокича «Ценностные ориентации».

Диагностика отношения к жизненным ценностям.

2.2 Программа нравственного воспитания молодёжи в процессе занятий физической культурой и спортом

Цель программы: создание благоприятной среды для формирования и развития нравственных качеств молодежи в процессе занятий физической культурой и спортом.

Задачи программы:

1. Развитие патриотизма, гражданственности и уважения к историческим и культурным ценностям.
2. Воспитание честности, справедливости и уважения к соперникам.
3. Формирование трудолюбия, настойчивости и целеустремленности.

4. Развитие доброжелательности, взаимопомощи и поддержки.
5. Привитие навыков здорового образа жизни и отказа от вредных привычек.

Методы и формы реализации программы:

1. Теоретические занятия: Лекции, беседы, дискуссии на темы нравственности, этики и спортивного поведения.
2. Практические занятия: Игры, соревнования, тренировки, в которых создаются ситуации, требующие проявления нравственных качеств.
3. Личный пример: Демонстрация нравственного поведения со стороны тренеров, преподавателей и старших спортсменов.
4. Самоанализ и самооценка: Рефлексия собственных поступков и поведения, анализ спортивных ситуаций с точки зрения нравственности.
5. Общественные мероприятия: Участие в социальных проектах, благотворительных акциях, экологических инициативах.

Содержание программы:

Патриотизм и гражданственность:

1. Знакомство с историей и достижениями отечественного спорта.
2. Участие в патриотических мероприятиях (например, парадах, памятных датах).
3. Развитие уважения к государственным символам и традициям.

Честность и справедливость:

1. Обсуждение принципов честной игры и спортивного поведения.
2. Анализ реальных ситуаций спортивного соперничества.
3. Воспитание уважения к соперникам, независимо от их результатов.

Трудолюбие и целеустремленность:

1. Демонстрация примеров выдающихся спортсменов, достигших успеха благодаря упорному труду.

2. Формирование привычки к регулярным тренировкам и самодисциплине.

3. Поддержка и поощрение спортсменов, проявляющих трудолюбие и целеустремленность.

Доброжелательность и взаимопомощь:

1. Создание атмосферы взаимоуважения и поддержки в спортивном коллективе.

2. Развитие навыков сотрудничества и взаимопомощи.

3. Проведение совместных мероприятий, направленных на сплочение коллектива.

Здоровый образ жизни:

1. Информирование о вреде курения, употребления алкоголя и наркотиков.

2. Формирование привычек здорового питания и режима дня.

3. Пропаганда активного отдыха и занятий спортом.

Ожидаемые результаты:

1. Укрепление нравственных ценностей и принципов среди молодежи.

2. Повышение уровня спортивного мастерства на основе принципов честной игры и уважения к соперникам.

3. Развитие здорового и гармоничного образа жизни.

4. Формирование активной гражданской позиции и патриотизма.

5. Улучшение взаимоотношений в спортивных коллективах и обществе в целом.

В основу программы легли работы таких методистов, как Ж.К. Холодов, Е. Б. Мякинченко и М. П. Шестакова и других авторов.

Пример программы представлен в таблице 1.

Таблица 1 – Содержание программы «Нравственное воспитание молодёжи в процессе занятий физической культурой и спортом»

№ п/п	Тема занятия	Количество часов
Модуль 1. Нравственность		11
1	Введение в образовательную программу.	2
2	Лекция: «Что такое нравственность?»	1
3	Семинар «История отечественного спорта»	4
4	Акция: «Будем помнить»	1
5	Встреча с ветеранами спорта нашей области.	1
6	Эстафета-викторина «Герои войны»	2
Модуль 2. Спорт- сила нравственности		11
7	Командная игра: «Доброе дело»	1
8	Эстафета: «Честные дела»	3
9	Стрелковые игры в пневматическом тире	3
10	Игровая психотерапия	2
11	Спортивная игра: «Полоса припятский доверия»	2
Модуль 3. Семейные мероприятия		9
11	Урок-путешествие в страну Месопотамию	2
12	Эстафета «Подарок маме» совместно с родителями	2
13	Спортивный семейный праздник «Сказочные каникулы»	2
14	Семейный спортивный праздник «Папа, мама, я – спортивная семья» с обязательным участием родителей.	3
Модуль 4. Спортивные мероприятия		17
15	Поход в лесную окрестность города	6
16	Мини-футбол	2
17	Участие в спортивном забеге	3
18	Посещение соревнований по футболу	2
19	Военно-спортивные соревнования на улице «Мы настоящие герои»	1
20	КВН - эстафета	1
21	Лыжная эстафета	1

Продолжение таблицы 1

22	Олимпиада	1
Итого		48

Для нравственного возрождения российского общества необходимо сформировать поколение, обладающее образованием, физической подготовкой, нравственной чистотой и духовным богатством. В современных условиях воспитание молодежи осуществляется на фоне значительных политических и экономических трансформаций, которые создают препятствия для улучшения культурной жизни общества. Негативные социальные процессы приводят к эрозии моральных норм, деградации семейных устоев, ухудшению состояния здоровья и физической активности населения, а также к распространению различных заболеваний и увеличению уровня депрессии, агрессии и стресса. В таких обстоятельствах высокие духовные и нравственные ценности — такие как любовь, сопереживание, уважение к личности, стремление к добру и отвержение насилия - утрачивают свою прежнюю значимость и становятся менее актуальными в сознании молодежи. Это подчеркивает необходимость разработки и внедрения эффективных программ нравственного воспитания, способствующих восстановлению и укреплению этих ценностей в обществе.

Занятия физической культурой предоставляют студентам уникальную возможность для самопознания и рефлексии собственной идентичности. Эти процессы охватывают не только изучение физического состояния, но и анализ аспектов духовно-нравственной жизни. Студенты активно вовлекаются в процесс самооценки: тщательный анализ их физического состояния до и после выполнения физических упражнений позволяет мониторить реакцию организма, оценивая общее самочувствие и вариации частоты сердечных сокращений. Таким образом, физическая культура становится не только средством поддержания физического здоровья, но и

инструментом для глубокого осмысления личностных изменений и развития целостного восприятия себя в контексте окружающего мира.

Эффекты физического воспитания должны проявляться во всех аспектах жизнедеятельности: в состоянии здоровья, мотивации к ведению здорового образа жизни, физическом развитии, безопасности, культурных практиках, а также в формировании двигательных и физических навыков. Физическая культура в высших учебных заведениях играет ключевую роль в развитии когнитивных и психологических установок студентов, способствуя их адаптации и эффективному решению разнообразных жизненных задач. В этом контексте физическая культура не только формирует физическую подготовленность, но и способствует развитию критического мышления, эмоциональной устойчивости и социальной ответственности, что в свою очередь влияет на общую личностную зрелость и интеграцию студентов в современное общество.

Если преподаватели физической культуры смогут привить студентам стремление к постоянному развитию и самосовершенствованию, им будет легче принимать ответственные решения и справляться с трудными задачами в разных сферах жизни. Передовой опыт нравственного воспитания молодежи является важным направлением работы преподавателей, нацеленным на развитие волевых и нравственных качеств у студентов.

В современном образовательном процессе воспитание продолжает оставаться ключевой педагогической категорией, а нравственное воспитание представляет собой его основное направление. Спортивные занятия не только формируют уважение к соперникам, тренерам и судьям, но и способствуют развитию терпимости к физическим и эмоциональным испытаниям, а также способности к эмпатии. Студенты, систематически занимающиеся физической культурой, демонстрируют более высокую степень ответственности в учебной деятельности.

Система физического воспитания, охватывающая как учебные занятия, так и внеклассные и внешкольные формы спортивной активности, должна создавать оптимальные условия для раскрытия как физических, так и нравственных потенциалов студентов, способствуя их самоопределению и самореализации. В этой связи принципы дальнейшего развития системы физического воспитания в образовательных учреждениях должны основываться на личностно-ориентированном и деятельностном подходах, а также на оптимизации и интенсификации учебно-воспитательного процесса.

Чествование выдающихся ветеранов спорта и студентов-победителей различных соревнований может осуществляться через личные встречи, мастер-классы и посещения спортивных учреждений города. Проведение ежегодных конкурсов, Олимпиад и выставок творческих работ по вопросам спортивно-патриотического воспитания становится особенно актуальным среди студентов первого и второго курсов, которые с энтузиазмом участвуют в организации таких мероприятий. Подобные инициативы не только укрепляют сообщество студентов, но и способствуют формированию активной гражданской позиции и патриотических чувств.

Таким образом, подводя итог, можно сделать вывод, что за молодёжь необходимо бороться, не жалея средств. То, что вложено в юношей и девушек сегодня, завтра даст соответствующие результаты. Многовековая история наших народов свидетельствует, что без нравственности невыносимо создать сильную державу, невозможно, привить людям понимание их гражданского долга и уважения к закону. Поэтому нравственное и патриотическое воспитание рассматривается как фактор консолидации всего общества. Является источником и средством духовного, политического и экономического возрождения страны, её государственной целостности и безопасности.

2.3. Методические рекомендации по осуществлению нравственного воспитания молодёжи в процессе занятий физической культурой и спортом

Задачи нравственного воспитания студентов в учреждениях среднего специального образования и университетах включают в себя следующие ключевые аспекты:

Объединение всех компонентов образовательного процесса для формирования всесторонне развитой, культурной и высоконравственной личности.

Мероприятия, направленные на нравственное воспитание молодёжи, должны быть внедрены в каждом профессиональном и высшем учебном заведении, осуществляющем образовательную деятельность.

План воспитательной работы учреждения должен акцентироваться на организации нравственного воспитания через разнообразные спортивные мероприятия, такие как конкурсы, эстафеты и соревнования, проводимые как внутри учебного заведения, так и между различными учебными учреждениями города.

В рамках внеурочной спортивной деятельности в образовательных учреждениях следует развивать следующие направления:

1. Спортивные секции, работающие на постоянной основе по различным видам спорта.
2. Соревнования между группами и факультетами.
3. Проведение спортивных праздников и Недели физической культуры.
4. Участие команд в соревнованиях различного уровня.

Формирование патриотических чувств и сознания студентов на основе исторических традиций и ценностей также способствует развитию их морально-нравственных качеств.

К числу основных направлений работы можно отнести следующие методы воспитания нравственности у студентов:

1. Приобщение к боевым и трудовым традициям народа, а также к наследию Российской и Советской армии, что включает разьяснение героизма и самоотверженности нашего народа.

2. Воспитание гордости за подвиги защитников Отечества разных поколений и стремление подражать им.

3. Формирование волевых и интеллектуальных качеств, необходимых для безупречного исполнения служебных обязанностей на благо страны, включая сложные аспекты военной службы в мирное время.

Нами были разработаны методические рекомендации нравственного воспитания молодёжи при занятиях физической культуры и спорта:

Средства нравственного воспитания:

Физические упражнения.

Строевые упражнения способствуют дисциплинированности и подчинению действий коллективным требованиям.

Соревнования.

Участие в соревнованиях помогает формировать ответственность и умение работать в команде.

Спортивный режим.

Соблюдение режима тренировок и отдыха развивает самоконтроль и целеустремленность.

Тренировки.

Регулярные тренировки способствуют трудолюбию и настойчивости.

Общественная деятельность.

Участие в общественной жизни спортивной секции развивает социальные навыки и чувство ответственности.

Этапы формирования нравственного поведения.

Принятие требований.

Спортсмен учится принимать требования тренера.

Осознанное выполнение.

Спортсмен добровольно выполняет требования, осознавая свои обязанности.

Внутренние требования

Требования тренера становятся внутренними требованиями спортсмена.

Воздействие на окружающих.

Спортсмен стремится изменить поведение окружающих в соответствии со своими убеждениями.

Показатели высокого уровня дисциплины.

Понимание необходимости дисциплины:

Осознание важности соблюдения правил и норм.

Готовность и потребность в соблюдении правил:

Желание и активное стремление выполнять требования.

Самоконтроль:

Способность контролировать свое поведение.

Активная борьба с недисциплинированностью:

Инициатива в пресечении нарушений дисциплины.

Причины недисциплинированного поведения.

Отсутствие четкой организации:

Недостаточная подготовка спортивных залов и площадок.

Недостаточный учет психологических особенностей:

Тренер не учитывает возрастные и психологические особенности спортсменов.

Неудовлетворенность отношениями с тренером:

Желание более взрослого отношения и отсутствия придирок.

Недочеты в организации тренировок:

Ошибки в планировании и проведении занятий.

Безнаказанность нарушителей:

Отсутствие санкций за нарушения дисциплины.

Задачи нравственного воспитания:

Формирование навыков поведения: закрепление положительных моделей поведения.

Адекватное представление о нравственности: осознание расхождений между представлениями о себе и реальным поведением.

Развитие трудолюбия и заинтересованности: оценка усилий и стараний, а не только результатов.

Оценка мотивов поступков: учить судить о поступках по их мотивам, а не только по результатам.

Сочувствие и внимание к переживаниям других: развитие эмпатии и внимания к чувствам окружающих.

Организация коллективной жизни: выработка правильных взаимоотношений в коллективе.

Учет возрастных и психологических особенностей.

Подростковый возраст:

Учитывать их потребности и интересы, отличающиеся от детей.

Таким образом, следуя этим рекомендациям, можно эффективно организовать процесс нравственного воспитания молодёжи в спортивной деятельности, способствуя их личностному и физическому развитию.

2.4. Анализ результатов исследования нравственного воспитания молодёжи при занятиях физической культурой и спортом

В соответствии с современными концепциями, нравственное воспитание представляет собой сложный и многогранный процесс, который обеспечивает интеграцию индивида в социокультурные контексты, а также способствует его творческому самовыражению и восприятию искусства. Это явление можно рассматривать как формирование нравственной культуры личности, которая охватывает не только аспекты морального поведения, но и взаимодействие с окружающим сообществом, межличностные отношения и повседневную практику.

Ключевая проблема заключается в разработке целенаправленной стратегии организации данного процесса, направленной на формирование у индивида адекватного отношения к культуре, в частности — к её моральным аспектам. Установлено, что именно моральная составляющая культуры является фундаментальной для жизни человека, поскольку она служит основой для формирования его способности к взаимодействию с окружающим миром и осознанию социальных норм.

Нравственное воспитание требует комплексного подхода, включающего как теоретические знания о морали, так и практические навыки, позволяющие индивиду эффективно адаптироваться в социокультурной среде. Важно также учитывать влияние различных факторов — образовательных, социальных и культурных — на процесс формирования нравственных ориентаций, что подчеркивает необходимость междисциплинарного исследования данной проблемы.01:44

В рамках исследования были проведены следующие диагностические исследования:

Анкета сформированности нравственности.

Тест Рокича «ценные ориентации».

Диагностика отношения к жизненным ценностям.

В диагностическом исследовании приняли участие 50 человек. Данный параграф содержит в себе информацию о результатах этого исследования, обобщение и анализ данных, а также выводы, которые помогут разработать рекомендации, улучшающие уровень нравственного воспитания молодёжи при занятиях физической культурой спортом.

Для выявления уровня нравственности на этапе констатирующего этапа мы провели анкетирования среди молодёжи (Приложение 1), результаты которого представлены на рисунке 1.

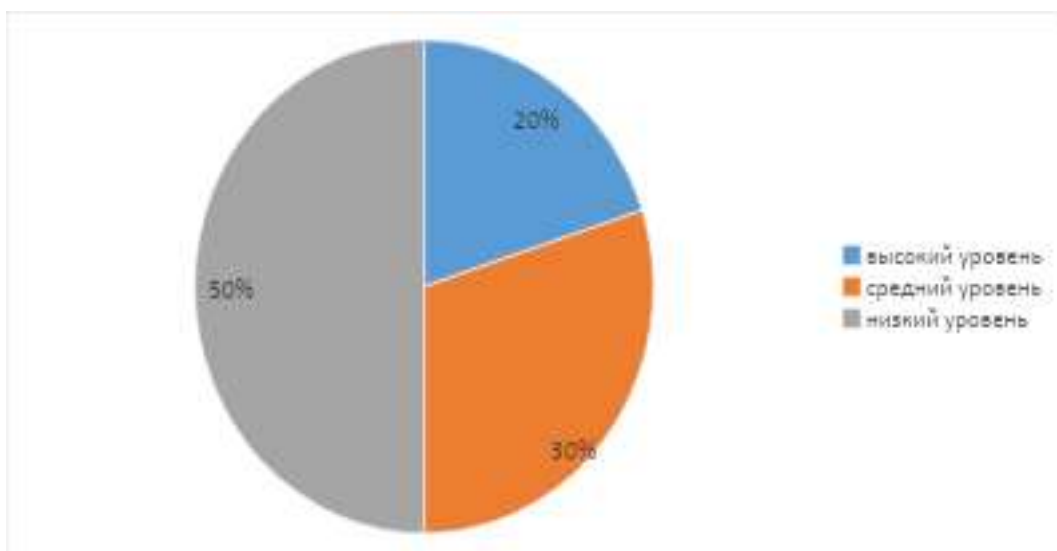


Рисунок 1- Результаты анкетирования нравственного воспитания молодёжи на констатирующем этапе

На контрольном этапе эксперимента были получены результаты, которые представлены на рисунке 2.

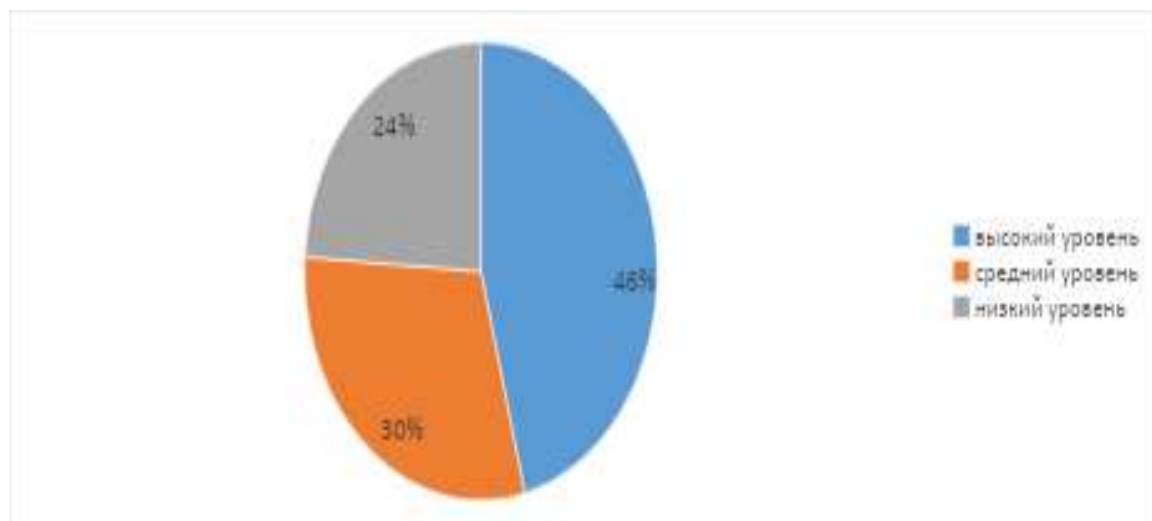


Рисунок 2- Результаты анкетирования нравственного воспитания молодёжи на контрольном этапе эксперимента



Рисунок 3 - Сравнительные результаты анкетирования нравственного воспитания молодёжи на констатирующем и контрольном этапах эксперимента

По результатам диагностического исследования мы видим, что:

1. Высокий уровень изменил свой показатель на 26 %, с 20% до 46%.
2. Средний уровень остался в том же процентном соотношении.
3. Низкий уровень уменьшил показатель на 26%, с 50% до 24%.

В следующем задании «ранжирование» было предложено разместить 18 ценностей (тест Рокича, терминальные ценности) по мере их значимости, представленные в таблице 2. (Приложение 2).

Таблица 2 -Тест Рокича «ценностные ориентации»

- активная деятельная жизнь;	
- жизненная мудрость;	
- здоровье;	
- интересная работа;	
- красота природы и искусства;	
- любовь;	
- материально обеспеченная жизнь;	
- наличие хороших и верных друзей;	
- общественное призвание;	
- познание;	

Продолжение таблицы 2

- продуктивная жизнь;	
- развитие;	
- развлечения;	
- свобода;	
- счастливая семейная жизнь;	
- счастье других;	
- творчество;	
- уверенность в себе	

Анализ результатов диагностического задания «ранжирование понятий» был поделён на 4 уровня приоритетов, где ценности расположены в порядке убывания. Результаты констатирующего и контрольного этапа диагностического исследования представлены в таблице 3.

Таблица 3- результаты теста Рокича «Ценностные ориентации»

Ценности		Результат исследования	
		Констатирующий этап	Контрольный этап
1 приоритет	здоровье	16% (8 человек из 50)	24% (12 человек из 50)
	Наличие друзей	24% (12 человек из 50)	40% (20 человек из 50)
	семья	14% (7 человек из 50)	20% (10 человек из 50)
	Остальные - развитие, познание мира, мудрость, свобода, творчество	46% (23 человека из 50)	16% (8 человек из 50)
2 приоритет	здоровье	20% (10 человек из 50)	36% (18 человек из 50)
	любовь	30% (15 человек из 50)	54 % (27 человек из 50)

Продолжение таблицы 3

	Остальные – материальная обеспеченность, познание мира, работа, творчество	50% (25 человек из 50)	10% (5 человек из 50)
3 приоритет	любовь	20% (10 человек из 50)	20% (10 человек из 50)
	Материальная обеспеченность	36% (18 человек из 50)	26% (13 человек из 50)
	Активная жизнь	8% (4 человека из 50)	16% (8 человек из 50)
	семья	6 % (3 человека из 50)	30% (15 человек из 50)
	Остальные - познание мира, работа, творчество и т.д.	30% (15 человек из 50)	8% (4 человека из 50)
4 приоритет	призвание	30% (15 человек из 50)	40% (20 человек из 50)
	Счастье других	20% (10 человек из 50)	36% (18 человек из 50)
	Остальные - творчество, активная жизнь.	50% (25 человек из 50)	24% (12 человек из 50)

На основании полученных результатов можно сделать обоснованный вывод о нравственных ориентирах исследуемой группы. Первые три позиции в иерархии ценностей экспериментальной группы занимали такие категории, как здоровье, любовь и наличие друзей, а также семья, что свидетельствует о высоком уровне морального и социального развития участников исследования.

Данные приоритеты указывают на значимость межличностных отношений и эмоционального благополучия, что может быть

интерпретировано как признак зрелости нравственного сознания. В то же время, такие ценности, как материальное благосостояние, развлекательные мероприятия и карьерные достижения, были отнесены к периферии интересов респондентов, что подчеркивает смещение акцентов в их ценностной системе в сторону более глубоких и устойчивых человеческих отношений. Это явление может свидетельствовать о формировании у участников устойчивых нравственных ориентиров, что является важным аспектом их личностного и социального становления.

Заключительной диагностикой нашего исследования стало диагностика отношения к жизненным ценностям (Приложение 3). Результаты которой представлены на рисунках 4-5.

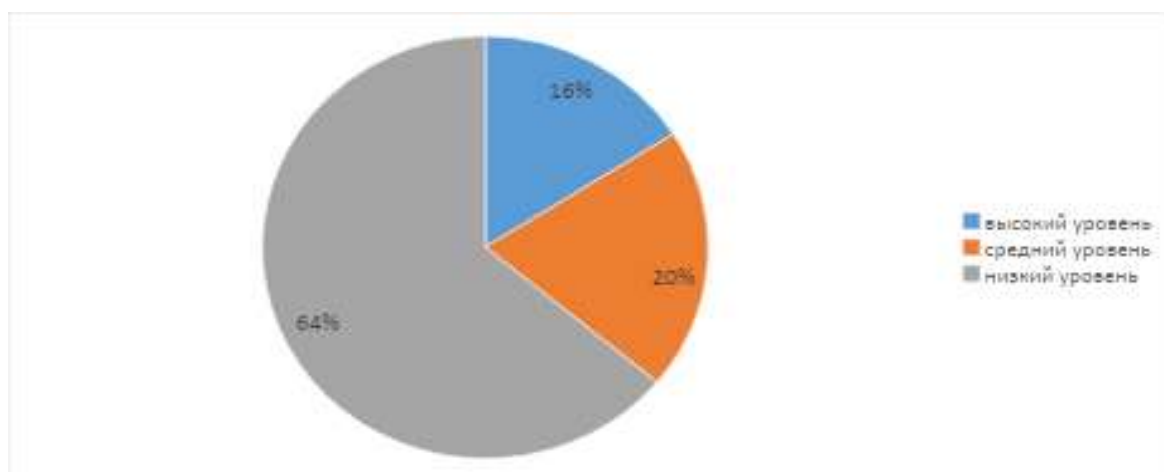


Рисунок 4- Результаты диагностики отношения к жизненным ценностям на констатирующем этапе эксперимента

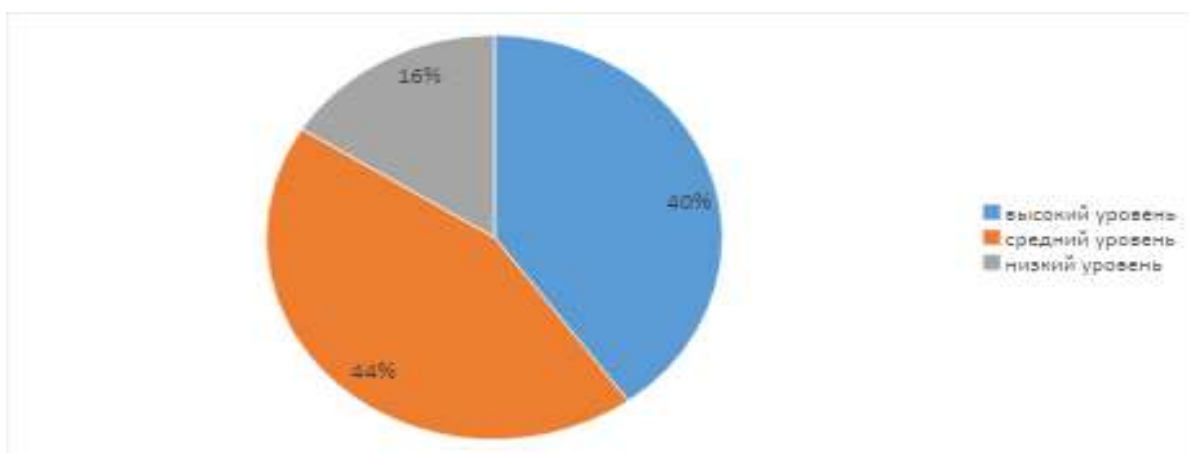


Рисунок 5- Результаты диагностики отношения к жизненным ценностям на контрольном этапе эксперимента

После проведения диагностики на контрольном этапе эксперимента были выявлены сравнительные результаты отношения молодёжи к жизненным ценностям и представлены в таблице 3.

Таблица 3- Сравнительные результаты диагностики отношения к жизненным ценностям

Констатирующий этап	Контрольный этап
Высокий уровень	
16% (8 человек из 50)	40% (20 человек из 50)
Средний уровень	
20% (10 человек из 50)	44% (22 человека из 50)
Низкий уровень	
64% (32 человека из 50)	16% (8 человек из 50)

Таким образом, экспериментальная методика нравственного воспитания молодёжи, основанная на внедрении разработанной программы нравственного воспитания молодёжи в процессе занятий физической культурой и спортом, методических рекомендаций, является эффективной.

Выводы по второй главе

Были изучены теоретические основы проблем нравственного воспитания молодёжи в процессе занятий физической культуры и спорта.

Нравственное воспитание – это целенаправленный процесс формирования у человека устойчивых нравственных качеств, определяющих его отношение к окружающему миру. Процесс нравственного воспитания осуществляется в ходе взаимодействия субъекта и объекта воспитания.

Физическое воспитание играет ключевую роль в нашей жизни, влияя на общее физическое и психологическое благополучие.

Обе стороны воспитания взаимосвязаны и важны для формирования гармоничной личности. Физическое развитие помогает быть более уверенными в себе, заботиться о своем здоровье, укрепляет дисциплину и самодисциплину. Нравственное воспитание, в свою очередь, помогает

формировать уважение к окружающим, умение строить отношения, развивает эмпатию, способствует адаптации в обществе и решению конфликтов [1].

В ходе нашего исследования была разработана и апробирована инновационная программа нравственного воспитания молодёжи, интегрированная в процесс занятий физической культурой и спортом. Основной целью данной программы являлось создание оптимальной среды, способствующей формированию и развитию нравственных качеств у молодежи в контексте физической активности и спортивной практики.

Программа нацелена на комплексное воздействие на личность, что позволяет не только развивать физические навыки, но и углублять моральные ориентиры, такие как честность, уважение, ответственность и сотрудничество. В результате реализации программы предполагается достижение синергетического эффекта, который будет способствовать гармоничному развитию молодого поколения в условиях современного общества.

В рамках программы проводятся тренинги по развитию самоконтроля, уважения к соперникам, честной игре, сотрудничеству и толерантности.

Основа программы - воспитание дисциплины, ответственности, уважения к тренерам и товарищам.

Участники программы также привлекаются к волонтерской деятельности и социальным проектам, что способствует формированию чувства общественной ответственности.

Регулярные спортивные мероприятия и соревнования способствуют развитию спортивного духа, упорства и целеустремленности у молодёжи.

Педагогические условия эффективной реализации программы нравственного воспитания молодёжи на занятиях физической культурой и спортом:

- лично-ориентированный подход;
- содержательная направленность занятий;

- деятельностный характер занятий;
- положительный пример тренера или педагога;
- благоприятная социальная среда;
- принцип воспитания в коллективе и через коллектив;
- системность и последовательность.

После проведения эксперимента мы провели сравнительный результат диагностического исследования до и после внедрения рабочей программы в учебный процесс.

Высокий уровень: с 16% вырос до 40%. (8 человек из 50 до 20 человек).

Средний уровень: с 20% вырос до 44%. (10 человек из 50 до 22-х человек).

Низкий уровень: с 64% упал до 16% (32 человека из 50 до 8 человек).

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В данной дипломной работе была исследована проблема нравственного воспитания молодежи через призму физической культуры и спорта. Внимание уделялось теоретическим аспектам, касающимся как нравственного, так и воспитательного процессов, связанных с физической активностью, а также специфике нравственного формирования молодежи. В результате была разработана программа «Нравственное воспитание молодежи в контексте занятий физической культурой и спортом». В заключительной части работы было проведено анкетирование, посвященное вопросам нравственного воспитания молодежи, и представлены результаты анализа полученных данных.

Занятия спортом способствуют формированию у молодежи таких нравственных качеств, как ответственность за свои действия и поведение окружающих, глубокая заинтересованность в достижении общих целей, сила воли и стремление к высоким достижениям. Кроме того, спортивные тренировки развивают физические качества, такие как быстрота, ловкость, сила и настойчивость.

Для достижения этих целей педагогу-тренеру необходимо приложить значительные усилия, направленные на развитие у юных спортсменов навыков постановки жизненно важных целей, умения соотносить их с нравственными ценностями общества, принимать осознанные этические решения и проявлять моральную готовность к преодолению трудностей.

Физическая культура и спорт играют ключевую роль в формировании нравственных качеств молодежи. Занятия спортом способствуют не только физическому развитию, но и усвоению таких моральных ценностей, как ответственность, честность и уважение к другим. Концепция интеграции нравственного воспитания в физическую культуру может стать основой для создания программ, направленных на комплексное развитие молодежи. Необходимо продолжать исследования в данной области и внедрять

успешные практики для формирования гармонично развитых личностей, способных к конструктивному взаимодействию в обществе.

Мы разработали и протестировали программу нравственного воспитания молодёжи в процессе занятий физической культурой и спортом. Основной целью этой программы было создание благоприятной среды для формирования и развития нравственных качеств у молодежи через физическую активность.

После проведения эксперимента мы осуществили сравнительный анализ результатов диагностического исследования до и после внедрения рабочей программы в учебный процесс. Результаты данного исследования представлены в параграфе 2.4 нашей работы.

Таким образом, экспериментальная методика нравственного воспитания молодёжи в процессе занятий физической культурой и спортом оказалась эффективной и дала положительные результаты.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Андриющенко Л.Б. Спортивно-ориентированная технология обучения студентов по предмету физическая культура / Л.Б. Андриющенко // Теория и практика физической культуры. – 2002. – № 3. – 47-54 с.
2. Антипов Ю.С. и др. Отношение студенческой молодежи к физической культуре и здоровому образу жизни // 7 международный научный конгресс «Современный олимпийский спорт и спорт для всех»: Материалы конференции Т. 1. - М., 2003. - 115 с.
3. Апанасенко Г.Л. Нравственно-этические проблемы спорта высоких достижений // 7 международный научный конгресс. «Современный олимпийский спорт и спорт для всех»: Материалы конференции. Т. 1. — Москва, 2003. – 115 с.
4. Апциаури Л.Ш. Спорт как социальное явление и фактор социализации личности // Теория и практика физической культуры. 2003. - № 1. - 13 с.
5. Арет А.Я. За разработку проблем самовоспитания в спорте // Теория и практика физической культуры. 1967. - № 7. – 29 с.
6. Афанасьев Е.И. Отношение студенческой молодежи к физической культуре и спорту / Е.И. Афанасьев // Экономика и социум. – 2015. – № 2. 1–5 с.
7. Бабанский Ю.К. Педагогика / Ю.К. Бабанский. — Москва: Гардарики, 2008. – 487 с.
8. Бальсевич В.К. Интеллектуальный вектор физической культуры человека: к проблеме развития физкультурного занятия // Теория и практика физической культуры. 1991. - № 7. -37 с.
9. Банова И.В. Педагогика и психология высшей школы. / И.В. Банова. — Ростов на Дону, 2009.-75 с.

10. Божович Л.И. Нравственное формирование личности школьника в коллективе: учебное пособие /Л.И.Божович, Т.Е. Конникова. — Москва: Педагогика, 2001. — 402 с.
11. Булавинова А.Г., Лесникова Г.Н. НРАВСТВЕННОЕ ВОСПИТАНИЕ МОЛОДЕЖИ В ПРОЦЕССЕ ЗАНЯТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ // Вестник науки №3 (72) том 5.-651 – 656 с.
12. Ватолина Е.Ю. Кэндо: Ценности и культурные традиции // 7 международный научный конгресс «Современный олимпийский спорт и спорт для всех»: Материалы конференции. Т. 1. — Москва, 2003, — 122 с.
13. Голощاپов Б.Р. История физической культуры: учебное пособие для студ. высш. пед. учебн. Заведений / Б.Р. Голощاپов — Москва: Изд. «Академия», 2001. — 312 с.
14. Гончаров В. Д. Человек в мире спорта. / В. Д. Гончаров. - М., 197.- 76 с.
15. Григорович, Л.А. Педагогика и психология: учеб. пособие. М. : Гардарики, 2004. 480 с.
16. Дергунов О.В. Культурное пространство спорта. М.: Наука, 2010.- 70 с.
17. Жураев А., Физическое воспитание студентов в системе непрерывного образования, Гуманитарные науки в XXI веке.
18. Зимняя И.А. Воспитательная деятельность образовательного учреждения как объект комплексной критериальной оценки: учебное пособие / И.А. Зимняя— Москва, 2009.-75 с.
19. Зимняя И.А. Воспитание – проблема современного образования в России / И.А.Зимняя, Б.Н.Боденко, Н.А.Морозова. — Москва, 2008. — 82 с.
20. Кабачков, В.А. Профессиональная физическая культура в системе непрерывного образования студентов:[науч.-метод. пособие] / С.А. Полиевский, А.Э. Буров; В.А. Кабачков.-75 с.
21. Кадол Ф.В. Формирование чести и личного достоинства старших школьников / Ф.В. Кадол— 2004. — 18-25 с.

22. Катович Н.К. Диагностика эффективности процесса нравственного воспитания школьников / Н.К. Катович – 2004. – 39-46 с.
23. Кашина Н.И. Освоение детьми и молодежью традиционных культурных и художественных ценностей: монография / ФГБОУ «Урал. гос. пед. ун-т». Екатеринбург, 2014. 184 с.
24. Киселёв Ю.Я. Влияние спорта на формирование личности / Ю.Я. Кисилёв— Москва, – 2002. – 198 с.
25. Кухтарева О.А. Теоретические и методологические основы нравственного воспитания средствами физической культуры и спорта: автореферат дис. канд. пед. наук / Кухтарева Ольга Алексеевна — Карачаевск, 2003.-234 с.
26. Маленкова Л.И. Теория и методика воспитания: учебное пособие / Л.И. Маленкова. — Москва: Педагогическое общество России, 2002.-8 с.
27. Мансуров И.И. Теоретико-методические основы физической культуры в школе / И.И. Мансуров — Карачаевск: КЧГУ, 2003. – 361 с.
28. Марьенко И.С. Нравственное становление личности / И.С. Марьенко. — Москва: Интеллект-Центр, 2005. – 360 с.
29. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры: учебное пособие для ин-тов физ. Культуры / Л.П. Матвеев — Москва: ФИС, 1990. – 543 с.
30. Никандров Н.Д. Духовные ценности и воспитание человека. Педагогика, 1998. №4.-3-8 с.
31. Нурлыбекова А.Б., Столярова О.С. О современной тенденции в нравственном воспитании // 7 международный научный конгресс «Современный олимпийский спорт и спорт для всех» Т. 1. — М., 2003. -295 с.
32. Ольхова Т.Г. Интегральный подход к спортивно-гуманистическому воспитанию студентов // Гуманистическая теория и практика спорта. Вып. 3. / Сост. ред. В.И. Столяров, Е.В. Стопникова, Т.Г. Ольхова. Москва-Сургут: МГИУ, 2000. - 80-130 с.

33. Патрусов А.В. Приоритеты системы физического воспитания // 7 международный научный конгресс «Современный олимпийский спорт и спорт для всех»: Материалы конференции. Т. 1. - М., 2003. – 298 с.
34. Пономарев Н.Н. Возникновение и первоначальное развитие физического воспитания / Н.Н. Пономарев — Москва: ФИС, 1970. – 248 с.
35. Пономарев Н.И. Социальные функции физической культуры и спорта / Н.Н. Пономарев — Москва: ФИС, 1974. – 309 с.
36. Пономарев Н.И. Физическая культура как элемент культуры общества и человека / Н.И. Пономарев — Санкт-Петербург, 1996. – 281 с.
37. Рабазанов С.И. Физическая культура и спорт как средство формирования духовно-нравственных качеств современной молодежи / С.И. Рабазанов: Молодое поколение России: актуальные проблемы духовно-нравственного и патриотического воспитания: Материалы научно-практической конференции. — Рязань: Рязанский филиал Московского университета МВД России, 2011. – 125-127 с.
38. Решетников Н.В. Физическая культура / Н.В Решетников, Ю.Л. Кислицын. – М.: Академия. – 2007. – 152 с.
39. Савин Н.В. Педагогика / Н.В.Савин. — Москва: ВЛАДОС, 2004. – 603 с.
40. Седова Л.Н. Теория и методика воспитания. Конспект лекций / Л.Н. Седова, Н.П., Тостолуцких. – М.: Высшее образование, 2006. – 115 с.
41. Сухомлинский В.А. Как воспитывать настоящего человека: Этика коммунистического воспитания / В.А. Сухомлинский — Москва: Педагогика, 1990. – 287 с.
42. Сухомлинский В.А. Проблемы воспитания всесторонне развитой личности. Избранные произведения: в 5-ти т. Киев: Рад. шк., 1979. Т. 1. 1979. 686 с.
43. Станкин М.И. Нравственное воспитание школьников на занятиях физической культурой / М.И. Станкин — Москва, 1994.-88 с.

44. Узденов А.М. Методы запрета в нравственном воспитании карачаевцев: автореф. дис. канд. пед. наук / Альберт Магомедович Узденов — Карачаевск – 2003. – 22 с.

45. Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта: учебное пособие для студ. высш. учебн. заведений. / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. — Москва: Издат. центр «Академия», 2000. – 480 с.

46. Штольц Х. Как воспитывать нравственное поведение / Х. Штольц, Р. Рудольф. — Москва, 2003. – 326 с.

47. Эркенова А.В. Формирование здорового образа жизни у старшеклассников в условиях семьи и школы: автореф. дис. канд. пед. наук. / Асият Владимировна Эркенова — Карачаевск, 2003. – 22 с.

48. Яновская М.Г. Нравственное воспитание и эмоциональная сфера личности / М.Г. Яновская // Классный руководитель, 2003. — № 4 – 24-29 с.

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Анкета сформированности нравственности

1. Ф.И.О
2. Пол:
 - а) мужской
 - б) женский
3. Возраст:
 - а) 10-14
 - б) 15-19
 - в) 20-24
 - г) 25-29
4. Род занятий, социальное положение:
 - а) школьник
 - б) студент
 - в) рабочий
 - г) другое
5. Семейное положение:
 - а) холост
 - б) женат
 - в) замужем
 - г) не замужем
6. Образование:
 - а) начальное
 - б) неполное среднее
 - в) общее среднее образование
 - г) ПТУ
 - д) среднее специальное образование
 - е) незаконченное высшее образование

ж) другое

7. Как Вы считаете, необходимо ли возродить народную педагогику?

а) да

б) нет

в) не знаю

8. Вашими любимыми телевизионными программами являются:

а) фантастика, фильмы ужасов

б) игровые программы

в) познавательные и учебные передачи

9. Какой музыке Вы отдаёте предпочтение?

а) современной эстрадной

б) классике

в) народной музыке

10. В какие игры Вы любите играть?

а) компьютерные

б) футбол, волейбол и др.

в) народные игры

11. Какие учреждения культуры Вы посещаете?

а) музеи, театры, художественные выставки

б) иногда хожу в кино

в) почти не посещаю

12. На кого Вы хотите быть похожими?

а) учителей

б) артистов эстрады, кино

в) героев художественной литературы

г) другое

Обработка результатов:

28-30 баллов: уровень нравственного воспитания высокий

28-24 баллов: средний уровень нравственного воспитания

12 баллов и ниже: уровень нравственного воспитания низкий.

ПРИЛОЖЕНИЕ 2

Тест Рокича «ценностные ориентации»

Инструкция для работы с таблицей:

«Внимательно изучите таблицу и, выбрав ту ценность, которая для Вас наиболее значима, поместите ее на первое место, присвоив ей номер «1». Затем выберите вторую по значимости ценность и поместите ее вслед за первой, присвоив ей номер «2» в соответствующей графе таблицы.

Затем проделайте то же со всеми оставшимися ценностями. Наименее важная из них останется последней и займет 18 место.

Разработайте не спеша, вдумчиво. Конечный результат должен отражать Вашу истинную позицию.

Ключ: обработка результатов, интерпретация

Анализируя иерархию ценностей, следует обратить внимание на их группировку в содержательные блоки по разным основаниям.

Если не удастся выявить ни одной закономерности, можно предположить несформированность у личности системы ценностей или даже неискренность ответов.

Исследование лучше проводить индивидуально, но возможно и групповое тестирование.

ПРИЛОЖЕНИЕ 3

Диагностика отношения к жизненным ценностям

Инструкция: "Представьте, что у вас есть волшебная палочка и список 10-ти желаний, выбрать из которых можно только 5-ть"

Список заранее выписывается на доске.

Список желаний:

1. Быть человеком, которого любят
2. Иметь много денег
3. Иметь самый современный компьютер
4. Иметь верного друга
5. Мне важно здоровье родителей
6. Иметь возможность многими командовать.
7. Иметь много слуг и ими распоряжаться
8. Иметь доброе сердце
9. Уметь сочувствовать и помогать другим людям
10. Иметь то, чего у других никогда не будет

Интерпретация:

Номера отрицательных ответов: № 2, 3, 6, 7, 10.

5 положительных ответов - высокий уровень.

4-е, 3-и - средний уровень.

0-2 - низкий уровень.