

ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ У ФОРМУВАННІ ДУХОВНОСТІ СТУДЕНТІВ

У статті розкрито теоретичні і методологічні аспекти розвитку духовності у фізичному вихованні студентів. Представлено результати дослідницької роботи з проблеми пошуку нових підходів до формування духовності студентів.

Ключові слова: *духовність, фізичне виховання, студент.*

Постановка проблеми. Фізичне виховання є складовою частиною загальної системи освіти і виховання студентів, а також покликане формувати всебічно і гармонійно розвинену особистість майбутнього фахівця, здатного приймати новаторські рішення і активно проводити їх у життя. Основний зміст навчального матеріалу з фізичного виховання має формувати в студентів духовні інтереси, ціннісні орієнтації, моральні переконання та принципи поведінки. Духовні інтереси й ціннісні орієнтації як елементи саморегуляції поведінки особистості, є об'єктом виховання і самовиховання. Актуальність дослідження проблеми духовного розвитку студента в процесі фізичного виховання визначається, з одного боку, соціальними умовами, в яких знаходиться студент, а з другого – вимогами педагогіки, де важливо виділити внутрішні чи зовнішні детермінанти духовного розвитку особистості, критерії та показники цього процесу.

Аналіз літературних джерел і публікацій. Духовна місія вищої освіти у XXI столітті переживає досить серйозні зміни. У сучасній освіті існує яскраво виражений шар інновацій, які постійно зламують і перебудовують освітні і виховні традиції, істотно ускладнюючи тим самим процеси соціалізації та адаптації студентської молоді до життєдіяльності.

Держава, політичні й релігійні організації, політичні лідери, школа, сім'я, засоби масової інформації, спортивні об'єднання і клуби рекламують різноманітні й відмінні одну від одної цінності. Пошуки молоддю самої себе, своєї індивідуальності й соціального статусу в таких умовах ускладнюються великим вибором, що поєднується з динамізмом, новизною, а досить часто і нереальністю життя, в якому протікає освітньо-виховний процес. Студентська молодь зазнає впливу і тих, і інших тенденцій, що позначається на формуванні її ціннісних орієнтацій, потреб, духовності і поведінки [1, с. 67].

Ситуацію, характерну для вищівського середовища, з певною часткою відносності, можна визначити як стадію між старою системою цінностей, яка дає відчутні збої, і новою, що лише формується. З одного боку, декілька поколінь наших співвітчизників унаслідок відомих історичних причин були відірвані від джерел своєї культури. З іншого боку, студентству, як і всій молоді загалом, досить успішно нав'язуються сурогати інших культур, продукти масової культури, спрощені примітивізовані цінності. Рівень тиску цих "цінностей" вагомий як сам по собі, так і суттєво зростає через відчутне зниження професіоналізму засобів масової інформації і структур, покликаних формувати й реалізувати духовні потреби населення [1, с. 67-68].

Численні дослідження свідчать про те, що в посттоталітарному суспільстві значна частина молоді, з одного боку, втрачає орієнтацію на колишні ідеали, піддає їх сумніву, або взагалі їх відкидає, а з другого – не має тих ідейних орієнтирів, яких бажала б досягти. За цих умов проблема прилучення молоді до скарбниці загальнолюдської моралі, пріоритетних цінностей життя є найголовнішою [4, с. 46].

Підвищення рівня духовності студентської молоді, удосконалення її культури, освіченості, фізичного розвитку і зміцнення здоров'я є необхідною умовою формування особистості, подальшого зміцнення духовних основ сучасного життя, подолання негативних явищ, що знайшли відображення в девальвації соціальних і моральних цінностей, падінні інтересу до громадських справ, проявах бездуховності й скептицизму, у тому числі й у сфері фізичної культури та спорту.

Духовність людини – складне і багатогранне явище. Одну з його граней складають бажання, прагнення, зусилля особистості до самовдосконалення протягом усього життя. Набуття знань, розуміння подій, зрушення емоційно-чуттєвих станів не лише сприяють наснаженню змістом її існування, але націлюють на виявлення власних потенцій, з'ясування меж своїх можливостей [4, с. 44]. 3. При аналізі феномена духовності слід розрізняти поняття "духовність" і "духовна культура" [2, с. 8]. Духовність можна розглянути як обсяг реальних духовних надбань особистості студента. Духовна культура включає до свого обсягу рівень розвитку духовних надбань та все багатство виявлення їх форм.

Торкаючись ролі фізичного виховання в розвитку інтересів до здорового способу життя, активних занять фізичною культурою та спортом і формування на цій основі духовності, маємо усвідомлювати: система цінностей, що складається в студентському середовищі, через певний відрізок часу може стати основною в суспільстві, ядром його культури і розвитку. Водночас необхідно визнати, що світоглядні, морально-правові, етико-психологічні та педагогічні аспекти даної проблеми тільки почали усвідомлюватись у практиці фізичного виховання та спорту, а розробка відповідних педагогічних технологій лише проектується.

Мета дослідження полягала у з'ясуванні ролі фізичного виховання у формуванні духовності в студентської молоді в процесі навчальних занять з фізичного виховання.

Результати дослідження. Духовне життя студентів являє собою складне і різноманітне явище, що розкривається у всіх сферах життєдіяльності, у різноманітних зв'язках і відношеннях з суспільством. Сутність цього явища полягає в тому, що процес освіти і виховання – є історичним процесом розвитку людських відносин, формування особистості як суспільного суб'єкта діяльності, її духовного розвитку.

Аналіз проблем духовного розвитку та духовного життя студентів багато у чому залежить від особливостей підходу до визначення поняття "духовність". Велике розмаїття визначень духовності зумовлене передусім об'єктивною багатозначністю культури та побуту. Кожна з наук, що вивчає питання духовності, виходячи зі свого предмета дослідження, виявляє ті аспекти, що потрапляють у спектр розгляду певної науки.

Нині існує багато визначень цих понять. Так, А. І. Комарова вважає, що суттєвий показник духовності людини – це порядність у дії, працелюбство і культура [5, с. 18]. Наші дослідження показують, що духовність у сфері фізичної культури та спорту можна розглянути як обсяг реальних духовних надбань особистості спортсмена чи тренера [3, с. 20]. Духовність – особлива якість особистості, формування якої є складовою частиною процесу соціалізації, але вона не повністю детермінована впливом соціуму, а розвивається всередині конкретного індивіда на шляху його особистісного становлення під впливом як раціональних чинників процесу соціалізації, так і стихійних, неінтенціональних, соціальних і особистісних [6, с. 47].

Духовність особистості передбачає зміни не її природи, тілесності, а інтелектуальної сфери, моральних якостей, світоглядних позицій та орієнтацій. Виходячи з цього, процес фізичного виховання студента, окрім спеціальних завдань, має передбачати й розвивати потреби до здорового способу життя, мотиваційно-ціннісне ставлення до засобів фізичної культури та ціннісні орієнтації. Ставлення студента до здорового способу життя як вищої цінності пов'язане з розумінням унікальності свого власного життя та життя інших людей. Водночас, студентському середовищу притаманні такі соціальні явища як куріння, уживання алкоголю, наркоманія, токсикоманія, ігроманія, ІНТЕРНЕТ-залежність тощо.

Проведені дослідження серед студентів ЖНАЕУ також підтверджують, що 32,4 % чоловіків і 14,9 % жінок курять. Якщо на першому курсі серед чоловіків курило 29,5 %, то надалі ця цифра значно зростає і становить на третьому курсі 40,0 %. У жінок найбільше зловживають курінням першокурсниці (табл. 1).

Таблиця 1

Ставлення студентів до тютюнопаління (в %, n = 647)

Ставлення до тютюнопаління	Стать	Рік навчання				Загальний %
		I	II	III	IV	
Не курять	чол.	63,8	57,9	54,3	55,9	59,6
	жін.	79,2	79,5	74,5	81,2	79,2
Кинули курити	чол.	6,7	9,3	5,7	8,8	8,0
	жін.	4,9	5,8	11,8	3,5	5,9
Курять:	чол.	29,5	32,8	40,0	35,3	32,4
	жін.	15,9	14,7	13,7	15,3	14,9
до 10 сигарет на день	чол.	12,3	20,3	20,0	20,6	16,0
	жін.	9,8	6,9	9,8	9,4	8,3
до 15 сигарет на день	чол.	8,6	7,8	20,0	8,8	10,5
	жін.	4,9	7,3	3,9	4,7	5,9
більше 20 сигарет на день	чол.	8,6	4,7	–	5,9	5,9
	жін.	1,2	0,5	–	1,2	0,7

Серед студентів-чоловіків різних навчальних відділень більше всіх курять студенти спеціального навчального відділення – 37,7 %, за ними йдуть студенти основного відділення – 32,5 % і 27,1 % – спортивного відділення. У жінок спостерігається зворотна картина: найбільше зловживають курінням студентки спортивного навчального відділення – 18,4 %, основного – 14,6 % і спеціального – 13,4 %. Негативним прикладом для студентів спортивного відділення є куріння серед викладачів, тренерів, суддів, організаторів спортивних заходів та найбільш авторитетних у командах спортсменів, а також спотворена думка про те, що куріння позитивно впливає на зменшення зайвої ваги тіла.

Досить широко розповсюджене в студентському середовищі вживання алкогольних напоїв. Серед студентів I курсу як серед чоловіків (2,9 %), так і серед жінок (1,0 %) практично кожен день вживають алкоголь, 5,9 % чоловіків і 2,4 % жінок вживають алкоголь 2–3 рази на тиждень, 26,1 % чоловіків та 13,7 % жінок – один раз на тиждень, 66,0 % – дуже мало і тільки у свята (табл. 2). Тільки 7,1 % студентів-чоловіків і 12,2 % жінок не вживають алкогольні напої. Дослідження показують, що серед студентів-спортсменів ведеться недостатня робота щодо вивчення шкідливого впливу вживання алкогольних напоїв на досягнення спортивних результатів та збереження здоров'я.

Таблиця 2

Ставлення студентів ВНЗ до вживання алкоголю (у %, n = 647)

Ставлення до алкоголю	Стать	Рік навчання				Загальний %
		I	II	III	IV	
Вживають регулярно, практично кожний день	чол.	2,9	4,7	–	2,9	2,9
	жін.	2,4	1,0	–	–	1,0
Вживають 2–3 рази на тиждень	чол.	2,9	7,8	8,6	8,8	5,9
	жін.	1,2	3,1	2,0	2,4	2,4
Вживають 1 раз на тиждень	чол.	27,6	20,3	40,0	17,6	26,1
	жін.	12,2	9,9	25,5	16,5	13,7
Вживають дуже мало і тільки у свята	чол.	60,9	57,8	48,5	58,9	58,0
	жін.	70,7	72,4	66,6	69,3	70,7
Не вживають зовсім	чол.	5,7	9,4	2,9	11,8	7,1
	жін.	13,5	13,6	5,9	11,8	12,2

Основними причинами, що спонукають студентів до вживання алкоголю є: відпочинок у компанії (40,6 %), зустріч з друзями (33,2 %), потяг розслабитися (9,0 %), нудьга (4,2 %), зустріч з батьками (1,4 %). Тільки 39,4 % студентів не відчувають потреби вживати алкоголь для проведення свого дозвілля та відпочинку. Дослідження показують, що студенти залучаються до вживання алкогольних напоїв не в сім'ях, а у спілкуванні із своїми ровесниками під час перегляду художніх фільмів, відвідуванні різних вечірок, дискотек, де скрізь пропонуються алкогольні напої з екзотичними назвами та яскравою рекламою.

Серед студентської молоді має місце також уживання наркотиків. Характерною особливістю є вживання наркотиків студентами-чоловіками I курсу, чого не було виявлено серед цього контингенту студентів II-IV курсів. Цей факт дає підстави стверджувати, що ще до вступу у ВНЗ вони вже вживали наркотики. З другого курсу йде залучення також і студенток до вживання наркотиків, що становить на IV курсі 2,4 % (табл. 3). Отримані дані підтверджують, що 5,9 і 2,2 % студентів вказали на те, що вживають або пробували наркотики; 6,3 і 2,4 % упевнено знають їх дію, що свідчить також про те, що студенти вживають або пробували наркотики і відчували на собі їх дію.

Таблиця 3

Суб'єктивна оцінка ставлення студентів до вживання наркотиків (у %, n = 647)

Суб'єктивна оцінка	Стать	Рік навчання				Загальний %
		I	II	III	IV	
Вживають наркотики	чол.	2,9	–	–	–	1,3
	жін.	–	0,5	2,0	2,4	1,0
Котували наркотики	чол.	4,8	3,1	2,9	17,6	5,9
	жін.	1,2	1,6	7,8	2,4	2,2
Не вживають	чол.	92,3	96,9	97,1	82,4	92,8
	жін.	98,8	97,9	90,2	95,2	96,8
Знають їх дію	чол.	3,8	9,4	11,4	2,9	6,3
	жін.	–	2,1	9,8	1,2	2,4
Не знають їх дії	чол.	96,2	90,6	88,6	97,1	93,7
	жін.	100	97,9	90,2	98,8	97,6

Крім вищезгаданих негативних чинників для здоров'я молоді та руйнування її духовної сфери, небезпеку становить уживання психотропних речовин, які не віднесені до наркотичних, але формують наркотичну залежність і швидко роблять молоду людину інвалідом-токсикоманом.

Розглядаючи поведінку особистості студента, йдучи шляхом його формування і виховання засобами фізичних вправ, можна стверджувати, що його духовна сфера включає стійкі об'єктивні та суб'єктивні соціальні якості індивіда, що виникають і розвиваються в процесі навчальної діяльності та соціального середовища. Виявлені соціальні якості особистості студента характеризують рівень його духовності.

Позитивними духовними цінностями, ціннісними орієнтаціями у сфері фізкультурно-спортивної діяльності студентів є: піклування про збереження і зміцнення власного здоров'я, покращання фізичного розвитку і фізичної підготовленості, дотримання норм і принципів здорового способу життя тощо. Від

ціннісних орієнтацій студента залежить його цілеспрямованість, життєва активність або, навпаки, пасивність. Розвинута система ціннісних орієнтацій у студентів спонукає їх до оздоровчих дій, дотримання здорового способу життя і підвищує їхню соціальну активність.

Проведені нами дослідження дозволили встановити, що "домінантним ядром" у структурі життєвих цінностей студентів є: власне здоров'я, здоров'я своїх батьків, кохання, сім'я і діти, матеріальний достаток, навчання (кар'єра), тобто ті, що зайняли рангові місця 1–5. У той же час, інші компоненти ціннісної системи такі, як визнання з боку інших (слава), охорона довкілля та мистецтво – займають другорядні місця, тобто останні - 15–17. Серед тих цінностей, що отримали низькі рангові місця, виявилися – дисциплінованість, чесність, порядність (чоловіки – 10, жінки – 8), незалежність (10 і 12 відповідно), віра в Бога і духовність (13, 12), душевний спокій (15 і 11). Важливо відзначити, що така провідна для студентської молоді діяльність, як фізична культура і спорт, отримала лише 9 місце у чоловіків і 14 місце в жінок (табл. 4).

Таблиця 4

Ієрархія життєвих цінностей студентів (рангове місце, n = 648)

Життєві цінності	Стать	Рік навчання				Загальне місце
		I	II	III	IV	
Здоров'я	чол.	1	1	1	1	1
	жін.	1	1	1	1	1
Здоров'я батьків	чол.	3	3	3	2	3
	жін.	2	2	2	3	2
Кохання, сім'я, діти	чол.	2	2	4	3	2
	жін.	3	3	3	2	3
Матеріальний достаток	чол.	4	4	2	4	4
	жін.	5	4	5	4	4
Навчання (кар'єра)	чол.	5	5	7	6	5
	жін.	4	5	4	5	5
Упевненість у собі	чол.	11	11	5	5	7
	жін.	8	6	6	9	6
Працездатність	чол.	6	7	10	11	6
	жін.	11	11	10	7	9
Інтелектуальний розвиток, ерудиція	чол.	9	8	6	8	8
	жін.	6	7	7	6	7
Дисциплінованість, чесність, порядність	чол.	12	9	14	12	10
	жін.	7	10	8	8	8
Фізична культура і спорт	чол.	8	6	11	13	9
	жін.	10	14	14	15	14
Незалежність	чол.	16	12	8	9	12
	жін.	9	9	12	11	10
Товариші	чол.	13	10	13	10	11
	жін.	14	12	11	13	13
Віра в Бога і духовність	чол.	7	14	15	16	13
	жін.	12	13	13	12	12
Душевний спокій	чол.	14–15	13	12	7	15
	жін.	13	8	9	10	11
Визнання з боку інших (слава)	чол.	10	16	9	14	14
	жін.	15	15	15	14	15
Охорона довкілля	чол.	14–15	15	16	17	16
	жін.	17	16	16	17	16
Мистецтво	чол.	17	17	17	15	17
	жін.	16	17	17	16	17

Сукупність ціннісних орієнтацій, що сформувалися в студента, забезпечує чіткість і стійкість громадянської позиції, його ставлення до обов'язків, до своїх колег, викладачів і в цілому до інших людей.

У процесі фізичного виховання студент як особистість, маючи певну самостійність, сприймає і трансформує навколишню інформацію, виробляє свої підходи до неї, генерує нові цінності. Система ціннісних орієнтацій у студентів не є застиглою, незмінною. Особистість живе і формується в умовах певного соціального середовища, умовах життя, системи освіти і виховання. Від курсу до курсу змінюється й система цінностей, з'являються нові цінності, відбувається переосмислення та переоцінка старих. Вносять

свої корективи до ієрархії життєвих цінностей особистості студента стан його здоров'я, рівень фізичного розвитку і фізичної підготовленості.

У сфері фізичного виховання духовні цінності студентів можуть проявлятися:

- 1) загальногуманістичні (краса, добро, знання, уміння);
- 2) індивідуальні (інтереси, погляди, бажання, духовні ідеали, які є гідними для наслідування).

У сукупності ці психічні утворення становлять духовні ціннісні орієнтації особистості, які є однією з форм прояву духовності під час активних занять фізичною культурою.

За сприятливих умов ціннісні орієнтації у сфері спортивної діяльності можуть трансформуватися в духовні потреби, тобто систему мотивів особистості, яка спонукає до пізнавальної, естетичної, комунікативної діяльності. Спортивна діяльність може бути спрямованою не тільки на досягнення максимальних спортивних досягнень, а й на задоволення потреб у спілкуванні, естетичному задоволенні, любові до активного і здорового способу життя, повазі до інших, відстоювання честі свого колективу, виступати як специфічний інструмент регулювання суспільного розвитку особистості тощо.

Проведені дослідження дозволяють стверджувати, що основна частина студентів залучається до спорту не заради досягнення високих спортивних результатів, участі і перемог на змаганнях, а для задоволення своїх особистих потреб. Пріоритетними засобами фізичної культури та спорту, якими бажають займатися студенти є: заняття на тренажерах, туризм, шейпінг, купання і плавання у водоймах, лижні прогулянки, катання на ковзанах, східні єдиноборства, теніс, ритмічна гімнастика та інші види рухової активності. Щоб запобігти негативних впливів спортивної діяльності на свідомість студентської молоді, необхідно протиставити їм гуманістично-спрямовані висококультурні форми дозвілля, засоби фізичної культури, які б були гуманні за своїм змістом і формою.

Висновки. Досліджуючи духовність у сфері фізичного виховання можна умовно виділити ознаки, які будуть притаманні їй сутності.

1. Духовність у своїй основі не просте віддзеркалювання матеріального буття системи фізичного виховання, а складна інтеграція великих інформаційних масивів, що сформувались у процесі історичного розвитку людини. До них входять знання про історичний розвиток фізичної культури, формування свідомості людини в цій сфері протягом її історичного розвитку, зв'язок і специфіка їх взаємодії з іншими соціокультурними і економічними системами. У цілому духовність відображає історичний розвиток і є своєрідним ідеальним підсумком розгортання способу життя особистості у сфері певної фізкультурно-спортивної системи.

2. З усього масиву інформації про розвиток фізичного виховання, духовність відображає загальнолюдські риси соціальних стосунків між людьми, основні принципи моралі. Конкретні прояви духовності (людська гідність, взаєморозуміння, взаємоповага тощо) знайшли своє відображення ще в стародавніх Олімпійських іграх, у період протистояння економічних систем.

ЛІТЕРАТУРА

1. Астахова К.В. Духовне життя суспільства на межі століть: роль вищої освіти / К.В. Астахова // Духовність і художньо-естетична культура. Аналітичні розробки, пропозиції наукових та практичних керівників: Міжвідом. наук. зб. – К.: НДІ "Проблеми людини", 2000. – Т. 17. – С. 64-69.
2. Білодід Ю.М. Духовність українства / Ю.М. Білодід // Духовність українства : Матер. Всеукр. наук.-практ. конф. – Житомир, 1998. – С. 7-10.
3. Грибан Г.П. Методологічні аспекти духовності в фізичному вихованні та спорті / Г.П. Грибан // Спортивний вісник Придністров'я: Наук.-теорет. журнал Дніпропетр. держ. інституту фіз. кул. і спорту. – № 2, 2005. – С. 19-21.
4. Княжук О.П. Інтуїція у вимірах духовності людини / О.П. Княжук // Духовність молоді людини: Матер. між регіонал. наук.-практ. конф. – Житомир, 1997. – С. 44-50.
5. Комарова А.І. Духовність, духовний розвиток особистості і православ'я / А.І. Комарова // Духовність як основа консолідації суспільства. Аналітичні розробки, пропозиції наукових та практичних працівників: Міжвідом. наук. зб. – К.: НДІ "Проблеми людини", 1999. – Т. 16. – С. 17-45.
6. Хомутінкова Н.Н. Цінність життя як проблема розвитку особистості / Н.Н. Хомутінкова // Духовність як основа консолідації суспільства. Аналітичні розробки, пропозиції наукових та практичних працівників: Міжвідом. наук. зб. – К.: НДІ "Проблеми людини", 1999. – Т. 16. – С. 47.