

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ДЕРЖАВНИЙ ЗАКЛАД
«ЛУГАНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ТАРАСА ШЕВЧЕНКА»

ГОРБЕНКО Олена Володимирівна

УДК 37.037/796.85 – 057.875

**ВИХОВАННЯ ЦІННІСНИХ ОРІЄНТАЦІЙ У СТУДЕНТСЬКОЇ
МОЛОДІ ЗАСОБАМИ СХІДНИХ ЄДИНОБОРСТВ**

13.00.07 – теорія і методика виховання

01 – Освіта / Педагогіка

АВТОРЕФЕРАТ

дисертації на здобуття наукового ступеня
кандидата педагогічних наук

Старобільськ – 2018

Дисертацією є кваліфікаційна наукова праця на правах рукопису.

Роботу виконано в Харківській державній академії фізичної культури, Міністерство освіти і науки України.

Науковий керівник:

доктор педагогічних наук, професор
Федоренко Олена Іванівна
Харківський національний університет
внутрішніх справ, завідувач кафедри
педагогіки та психології.

Офіційні опоненти:

доктор педагогічних наук, професор
Ткачова Наталія Олександрівна
Харківський національний
педагогічний університет імені
Г.С. Сковороди, професор кафедри
загальної педагогіки і педагогіки
вищої школи;

кандидат педагогічних наук
Золотарьова Олена В'ячеславівна
Східноукраїнський національний
університет імені Володимира Даля
(м. Северодонецьк), старший викладач
кафедри хімічної інженерії та екології.

Захист відбудеться 27 березня 2018 р. о 13.00 годині на засіданні спеціалізованої вченої ради Д 29.053.03 ДЗ «Луганський національний університет імені Тараса Шевченка» за адресою: 93012, Луганська обл., м. Рубіжне, вул. Будівельників, 30 В, конференц-зала.

З дисертацією можна ознайомитися в бібліотеці ДЗ «Луганський національний університет імені Тараса Шевченка» за адресою: 92703, м. Старобільськ, пл. Гоголя, 1.

Автореферат розіслано 26 лютого 2018 року.

**Учений секретар
спеціалізованої вченої ради**



Н. В. Мордовцева

ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА РОБОТИ

Актуальність теми дослідження. Важливість формування у молоді ціннісного ставлення до життя і здоров'я, розвиток потреби до духовного та фізичного вдосконалення відображено в державних документах, зокрема Концепції Загальнодержавної програми «Здоров'я 2020: український вимір» на 2012–2020 рр. та Концепції Загальнодержавної цільової соціальної програми розвитку фізичної культури і спорту на 2012–2016 рр., Національної стратегії розвитку освіти в Україні на 2012–2021 рр.

Сучасна ситуація, пов'язана із руйнуванням попередніх, традиційних суспільних ідеалів, призвела до своєрідного духовного вакууму і негативно вплинула на соціальне і духовне становище молоді, наслідком чого стали такі явища, як зміна ціннісних орієнтирів (переважання прагнення до матеріальних цінностей, відсутність мотивації до духовного зростання і самовдосконалення, зниження гуманістичних цінностей, зменшення культурних і духовних потреб), у студентської молоді має місце фрустрація щодо нереалізованих можливостей, невизначеність майбутнього, непередбачуваність індивідуального життєвого шляху, проблематичність у професійній самореалізації та ін.

Значний і часто непередбачуваний вплив на формування цінностей сучасної молоді мають тенденції, що пов'язані із інформатизацією суспільства, віртуальною реальністю, переважанням опосередкованого спілкування юнацтва у соціальних мережах, зниження емоційного та духовного зв'язку між людьми. Ці явища негативно позначаються на ціннісних орієнтаціях молодих людей. У цьому контексті інтерес до східної філософії та єдиноборств, як їх прояву, не є випадковим. Саме у східних ученнях знайшли відображення та пропагуються загальнолюдські цінності, які мають незмінне значення для всіх верств населення й які є актуальними для студентської молоді: поєднання духовного й тілесного; готовність до фізичного і духовного вдосконалення; збереження тривалої фізичної й інтелектуальної активності; підвищення значення вищих почуттів та естетичних переживань; прагнення до емоційної та душевної рівноваги.

У контексті діалогу культур «Схід–Захід» значне місце посідають бойові мистецтва Сходу, заняття якими впливає не тільки на фізичний, а й на психологічний стан людини, зокрема, дозволяють сформувати фізичну витривалість та емоційну стійкість, розвивають волевільні якості, розширюють світогляд і стимулюють інтелектуальну активність, сприяють прагненню до духовного зростання, змінюють систему ідеалів і цінностей людини. Залучення студентської молоді до східних учень та занять східними єдиноборствами є одним із шляхів пошуку виходу із сучасної духовної кризи, яка виникла в суспільстві.

Проблему цінностей і ціннісних орієнтацій розглянуто у філософських працях С. Анісімова, В. Вишнякова, Ф. Гогоберідзе,

О. Дробницького, Є. Золотухіної-Аболіної, В. Момова, Л. Столовича, В. Тугаринова, В. Франкла, Н. Чавчавадзе та ін.; соціологічних наукових працях В. Бакірова, В. Бугуйчука, М. Візітея, О. Здравомислова, А. Кавалерова, В. Оссовського, В. Ядова та ін.; психолого-педагогічних працях Б. Ананьєва, О. Асмолова, І. Беха, Л. Божович, К. Волкова, Л. Виготського, І. Зязюна, Д. Кікнадзе, І. Кона, О. Леонтьєва, В. Мясіщєва, Ш. Надірашвілі, Н. Рейнвальд, С. Рубінштейна, М. Семенової, С. Сичова, В. Сластьоніна, О. Сухомлинської, Н. Ткачової, Д. Узнадзе, Ш. Чхартішвілі та ін.

Актуальність зазначеної проблеми посилюється виявленими в процесі дослідження *суперечностями* між:

- потребами суспільства у молоді, яка має соціально корисні ціннісні орієнтації та відсутністю цілеспрямованої виховної діяльності у вищих навчальних закладах щодо їх формування;

- виникненням різного типу ціннісних орієнтацій та недостатньо розробленими педагогічними умовами їх виховання у студентів на основі східних єдиноборств;

- необхідністю виховання ціннісних орієнтацій в процесі особистісного становлення студентської молоді та відсутністю методик виховання ціннісних орієнтацій у студентської молоді під впливом традиційних східних учень.

Нині у суспільстві відбуваються глобальні зміни, які вимагають від студентської молоді здатності вдосконалювати себе, мати стійкі переконання та погляди щодо власного життя, бути самостійними, впевненими, емоційно стійкими і фізично витривалими. Заняття східними бойовими мистецтвами дозволяють формувати зазначені якості особистості та вдосконалювати їх, тому нині вони набувають поширення серед молоді.

Таким чином, незважаючи на значні виховні можливості східних єдиноборств у формуванні ціннісних орієнтацій молоді, в сучасній вітчизняній педагогічній практиці вони не реалізовані повною мірою. Наявність низки розробок, конкретних методик у зазначеному предметному полі також недостатньо висвітлені. Більш ґрунтовного дослідження вимагають питання виявлення педагогічних умов, які будуть сприяти вихованню ціннісних орієнтацій у студентів, використовуючи потенціал східних єдиноборств.

Виходячи з актуальності та практичної значущості окресленої проблеми, можемо стверджувати про те, що ця тема тільки стає предметом самостійних досліджень. Це і визначило вибір нашого дослідження **«Виховання ціннісних орієнтацій у студентської молоді засобами східних єдиноборств».**

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Дисертаційна робота виконана в межах науково-дослідної роботи кафедри

гуманітарних наук Харківської державної академії фізичної культури за темою «Людина в пошуках досконалості (філософсько-антропологічні, соціокультурні й культурологічні виміри)» (№ держреєстрації 0111U003129). Тему дослідження затверджено вченою радою Харківської державної академії фізичної культури (протокол № 3 від 29.10.2010 р.) й узгоджено в Міжвідомчій раді з координації наукових досліджень із педагогічних і психологічних наук в Україні (протокол № 5 від 24.05.2011 р.).

Об'єкт дослідження – процес виховання ціннісних орієнтацій у студентської молоді.

Предмет дослідження – педагогічні умови виховання ціннісних орієнтацій у студентської молоді засобами східних єдиноборств.

Мета дослідження – змістовно розробити, теоретично обґрунтувати й експериментально перевірити педагогічні умови формування ціннісних орієнтацій у студентської молоді засобами східних єдиноборств.

Гіпотеза дослідження полягає у припущенні, що процес виховання у студентів ціннісних орієнтацій набуде ефективності за умов: 1) залучення студентів до опанування аксіологічних ідей традиційних східних учень, відповідно до яких практика бойових мистецтв гармонізує душу і тіло; 2) стимулювання інтеріоризації кожною особистістю соціально значущих цінностей на тренуваннях зі східних єдиноборств; 3) здійснення педагогічного супроводу самовиховної роботи студентів з відпрацювання власних ціннісних орієнтацій на основі використання виховного потенціалу східних єдиноборств.

Для досягнення мети дослідження було визначено такі **завдання**:

1. Здійснити науковий аналіз філософської літератури, розкрити й уточнити сутність ключових понять дослідження: «цінність», «ціннісні орієнтації» студентської молоді.

2. Розкрити специфіку формування ціннісних орієнтацій студентів засобами східних єдиноборств.

3. Визначити критерії, показники та рівні сформованості ціннісних орієнтацій студентів.

4. Теоретично обґрунтувати педагогічні умови виховання ціннісних орієнтацій у студентської молоді засобами східних єдиноборств та експериментально перевірити їх ефективність.

Теоретико-методологічну основу дослідження становлять: концепції фахівців філософсько-культурологічного, соціологічного, психолого-педагогічного, спортивно-наукового напрямів щодо вивчення проблеми формування цінностей, ціннісних орієнтацій (В. Василенко, Л. Виготський, В. Здравомислов, Д. Леонтєв, О. Леонтєв, С. Рубінштейн, Ю. Саарнійт, Є. Шиянов, В. Ядов та інші); філософські положення традиційних східних учень (індуїзму, буддизму, даосизму, конфуціанства

та ін.) про єдність фізичного і духовного, фізичне і духовне самовдосконалення людини; положення вікової та педагогічної психології про формування, становлення і розвиток особистості (І. Бех, М. Гамезо, І. Кон, Г. Костюк, В. Крутецький, Т. Круцевич, С. Максименко, А. Петровський, А. Реан та ін.); положення теорії і методики тренувань із східних єдиноборств (В. Дементьєв, О. Малков, Д. Тишлер, Г. Туманян, Ж. Холодов, А. Шаріпов, В. Шестаков, В. Шиян та ін.); концепція й наукові основи поетапної багаторічної підготовки в спортивних єдиноборствах Г. Арзютова.

Для розв'язання поставлених завдань використано такі **методи дослідження**: *теоретичні*: аналіз, синтез, узагальнення філософської, соціологічної, психологічної, педагогічної літератури з проблеми формування ціннісних орієнтацій у студентської молоді для визначення базових понять дослідження; узагальнення і систематизація для науково-теоретичного обґрунтування педагогічних умов формування ціннісних орієнтацій студентської молоді засобами східних єдиноборств; *емпіричні*: спостереження, бесіди, анкетування, опитування, тестування, педагогічний експеримент (констатувальний і формувальний) для перевірки обґрунтованості педагогічних умов формування у студентів ціннісних орієнтацій засобами східних єдиноборств; *методи статистики* для обробки отриманих експериментальних даних та перевірки їх достовірності.

Експериментальна база дослідження. Дослідно-експериментальна робота проводилася протягом 2010-2016 рр. У ній були задіяні студенти Харківської державної академії фізичної культури, Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди, Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського, Львівського державного університету фізичної культури. Різними видами дослідження було охоплено 450 осіб (198 студентів безпосередньо взяли участь в експериментальній роботі); 7 викладачів та 3 тренери із східних єдиноборств.

Наукова новизна одержаних результатів полягає в тому, що:

– *уперше* науково обґрунтовано й експериментально перевірено педагогічні умови виховання ціннісних орієнтацій у студентської молоді, а саме: 1) залучення студентів до опанування аксіологічних ідей традиційних східних учень, відповідно до яких практика бойових мистецтв гармонізує душу і тіло; 2) стимулювання інтеріоризації кожною особистістю соціально значущих цінностей на тренуваннях зі східних єдиноборств; 3) здійснення педагогічного супроводу самовиховної роботи студентів з відпрацювання власних ціннісних орієнтацій на основі використання виховного потенціалу східних єдиноборств;

– *уточнено*: поняття «цінність», «ціннісні орієнтації» студентської молоді в контексті занять східними єдиноборствами; види

ціннісних орієнтацій студентської молоді, які можуть бути сформовані засобами східних єдиноборств; специфіку формування ціннісних орієнтацій засобами східних єдиноборств; критерії, показники та рівні сформованості ціннісних орієнтацій у студентської молоді.

– *набули подальшого розвитку* наукові уявлення про виховні можливості східних єдиноборств у формуванні ціннісних орієнтацій студентської молоді; про особливості побудови спортивних тренувань із східних єдиноборств в контексті впливу на особистість молодого людини.

Практичне значення дослідження полягає в тому, що визначені педагогічні умови виховання у студентської молоді ціннісних орієнтацій засобами східних єдиноборств були експериментально перевірені, що дає можливість їх упровадження в практику роботи вищих навчальних закладів. Розроблений авторський спецкурс «Східні філософські школи: духовне і тілесне» може бути використаний у факультативній, секційній роботі та клубних заняттях як для залучення до занять східними єдиноборствами, так і для формування ціннісних орієнтацій студентів спеціальностей «Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини», «Фізична терапія», у фаховій підготовці майбутніх тренерів та викладачів фізичної культури; у підготовці підручників, навчальних посібників з педагогіки, психології спорту, теорії та методики фізичного виховання та спорту, при написанні студентами курсових, бакалаврських та магістерських робіт, при викладанні дисциплін соціально-гуманітарного циклу у ВНЗ, спеціалізованих дитячо-юнацьких школах олімпійського резерву.

Результати дослідження **впроваджено** в освітню діяльність кафедри єдиноборств Харківської державної академії фізичної культури (акт упровадження № 137 від 04.03.2009 р.); факультету здоров'я людини і туризму Львівського державного університету фізичної культури (акт упровадження № 228/14 від 01.08.2011 р.); факультету фізичної культури та спорту Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського (акт упровадження № 125 від 25.08.2011 р.); кафедри теорії та методики фізичного виховання Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди (акт упровадження № 234 від 02.09.2011 р.).

Особистий внесок здобувача. У науковій статті, виконаній у співавторстві з В. О. Градусовим, особистий внесок здобувача полягає у розгляді питань про проектування процесу виховання ціннісних орієнтацій студентської молоді засобами східних єдиноборств.

Апробація і впровадження результатів дослідження Основні положення та результати дослідження доповідалися й обговорювалися на засіданнях кафедр гуманітарних наук, східних єдиноборств і педагогіки та психології Харківський державної академії фізичної культури; на конференціях різного рівня: *міжнародних* – «Фізична культура, спорт і здоров'я» (Харків, 2008, 2009); «Сучасна україністика: наукові парадигми

мови, історії, філософії» (Харків, 2008); «Традиція і культура: вічні цінності в сучасній культурі» (Київ, 2008); «Олімпійський спорт і спорт для всіх» (Київ, 2010); «Проблемы и перспективы развития спортивных игр и единоборств в высших учебных заведениях» (Харків, 2014); «Развитие науки в XXI веке» (Харків, 2017); *Всеукраїнській науковій конференції «Молода спортивна наука України»* (Львів, 2007, 2008).

Публікації. Основні теоретичні положення, результати й висновки дисертаційного дослідження висвітлено в 14 публікаціях автора, зокрема 5 – у наукових фахових виданнях України, 1 – у зарубіжному виданні, 5 тез доповідей на науково-практичних конференціях; 3 статті в інших виданнях.

Структура дисертації. Дисертаційне дослідження складається зі вступу, двох розділів, висновків до кожного з них, загальних висновків, списку використаних джерел (250 найменувань, в т.ч. 16 іноземних), додатків. Загальний обсяг дисертації становить 275 сторінок, із них – 195 сторінок основного тексту, який містить 35 таблиць та 8 рисунків.

ОСНОВНИЙ ЗМІСТ ДИСЕРТАЦІЇ

У **вступі** обґрунтовано актуальність проблеми дослідження, визначено ступінь її наукової розробки, об'єкт, предмет, мету і завдання, сформульовано гіпотезу, розкрито теоретико-методологічні засади дослідження, представлено наукову новизну, практичне значення результатів дисертаційної роботи, подано відомості про апробацію і впровадження результатів, структуру дисертації.

У першому розділі – **«Теоретичні засади виховання ціннісних орієнтацій у студентської молоді засобами східних єдиноборств»** проведено науковий аналіз філософсько-культурологічної, психологічної, соціологічної та педагогічної літератури в контексті визначення понять «цінності» та «ціннісні орієнтації» (1.1), розглянуто особливості впливу східних єдиноборств на ціннісні орієнтації студентської молоді (1.2), виокремлено й обґрунтовано педагогічні умови формування ціннісних орієнтацій студентів засобами східних єдиноборств (1.3).

На основі ретроспективного аналізу наукової літератури з аксіології (А. Тойнбі, П. Сорокін, О. Шпенглер, В. Ядов та ін.), психології (Л. Божович, Л. Виготський, Г. Олпорт, Г. Ліндсей, А. Маслоу, В. Мясищев, М. Рокіч, С. Рубінштейн, Д. Узнадзе, В. Франкл, Е. Фром, А. Фурман та ін.), соціології (В. Анурін, Е. Дюркгейм, І. Істомін, А. Здравомислов та ін.), педагогіки (І. Бех, І. Зязюн, В. Сластьонін, О. Сухомлинська, Н. Ткачова та ін.) було визначено, що цінності виступають одним з центральних утворень особистості, які формуються і змінюються під впливом соціального середовища, регулюють загальну активність і визначають вектори поведінки та діяльності людини. На рис. 1 представлено процес формування ціннісних орієнтацій студентської молоді.

За результатами наукового пошуку було встановлено, що ціннісні орієнтації – це складний психологічний феномен, що характеризує спрямованість особистості та визначає її вчинки, поведінку і спосіб життя; він формується і змінюється протягом життя людини й є частиною системи відносин особистості та суспільства.

Становлення і розвиток ціннісних орієнтацій – процес складний, який відбувається поетапно під впливом зовнішніх і внутрішніх чинників в процесі розвитку особистості, переважно в період юнацького віку (І. Кон, В. Крутецький, А. Реан).



Рис.1. Процес формування ціннісних орієнтацій студентської молоді.

Було обґрунтовано, що наявні у людини цінності проходять певний шлях, перш ніж трансформуються в ціннісні орієнтації. Цей процес можна відобразити у вигляді ланцюга (рис. 1): цінності \Leftrightarrow ціннісні знання \Leftrightarrow ціннісне ставлення \Leftrightarrow ціннісна позиція \Leftrightarrow ціннісна орієнтація. Забезпечення трансформації цінностей в ціннісні орієнтації людини можливо за умов цілеспрямованого та спеціально організованого виховання. Для того, щоб «запустити» процедуру трансформації цінностей

в ціннісній орієнтації, необхідно активізувати, підсилити вплив тих зовнішніх чинників, які мають значний вплив на студентську молодь, зокрема, освіти, виховання та спорту.

Отже, *виховання ціннісних орієнтацій розглядаємо, як цілеспрямований процес поетапного формування у студентів ціннісних орієнтацій на підставі врахування зовнішніх і внутрішніх чинників та створення педагогічних умов, які сприятимуть їх розвитку і закріпленню.*

Звернення до історичного походження і розвитку східних єдиноборств засвідчило, що всі вони в своїй основі мають різні філософські вчення (брахманізм, індуїзм, буддизм, даосизм, конфуціанство та ін.), проте їх поєднує спільна мета – духовне зростання і фізичне вдосконалення людини. Заняття східними єдиноборствами впливають на дисципліну, волю, дозволяють поєднати духовний і тілесний розвиток. Встановлено, що заняття східними єдиноборствами мають значний виховний потенціал для формування ціннісних орієнтацій студентів, якими є *фізичне й особистісне самовдосконалення.*

Як свідчать дослідження (А. Кошолар, Л. Матвєєв, В. Платонов та ін.), фізичне й особистісне самовдосконалення розглядають як систематичну діяльність людини, спрямовану на перетворення свого фізичного і духовного потенціалу відповідно до вимог різних сфер життєдіяльності. Виділено складові фізичного самовдосконалення, а саме: 1) самостійність, усвідомленість і наявність стійкої мотивації; 2) достатній рівень розвитку фізичних якостей (витривалості, сили, швидкості, гнучкості та ін.), відповідне функціонування фізіологічних процесів (дихальної, серцево-судинної, опорно-рухової та ін. систем), що дозволять людині активно займатися фізичними вправами.

Ураховуючи сутність поняття «ціннісні орієнтації», процес їх розкриття (рис.1) та виховний потенціал східних єдиноборств, були обґрунтовані *педагогічні умови*, створення яких в освітньому процесі вищого навчального закладу сприятиме їх формуванню, а саме: 1) залучення студентів до опанування аксіологічних ідей традиційних східних учень, відповідно до яких практика бойових мистецтв гармонізує душу і тіло; 2) стимулювання інтеріоризації кожною особистістю соціально значущих цінностей на тренуваннях зі східних єдиноборств; 3) здійснення педагогічного супроводу самовиховної роботи студентів із закріплення власних ціннісних орієнтацій на основі використання виховного потенціалу східних єдиноборств.

Вибір зазначених педагогічних умов пов'язаний із етапами формування ціннісних орієнтацій (див. рис.1). Перша педагогічна умова відбиває сутність першого етапу формування цінностей; друга умова – відображає етап перетворення і засвоєння ціннісних орієнтацій, третя – спрямована на трансформацію і закріплення у студентів ціннісних орієнтацій під час занять східними єдиноборствами.

Перша педагогічна умова – *залучення студентів до опанування аксіологічних ідей традиційних східних учень, відповідно до яких практика бойових мистецтв гармонізує душу і тіло* – спрямована на формування ціннісних орієнтацій студентів на основі ознайомлення із ідеями та цінностями східної філософії і розробку психологічного механізму опанування ними. Зазначений механізм формування ціннісних орієнтацій реалізується у такій послідовності: визначення сутності цінностей, їх видів, ознайомлення із змістом цінностей у вигляді знань про них і формування особистісного ставлення людини до цих цінностей; на цій основі у людини виникає ціннісне ставлення і відбувається формування ціннісної позиції, яка проявляється у вигляді конкретних дій та вчинків, що свідчать про закріплення відповідної ціннісної орієнтації.

Друга педагогічна умова – *стимулювання інтеріоризації кожною особистістю соціально значущих цінностей на тренуваннях зі східних єдиноборств* – спрямована на засвоєння соціального досвіду та цінностей під час занять східними єдиноборствами (інтеріоризація) задля фізичного та особистісного самовдосконалення. Реалізація даної педагогічної умови відображає етап перетворення і засвоєння студентською молоддю соціально значущих цінностей та ціннісних орієнтацій.

На основі вивчення досвіду виокремлено специфіку формування ціннісних орієнтацій молоді у контексті занять східними єдиноборствами, а саме: 1) використання прийомів, вправ та технік східних єдиноборств, що сприяє фізичному і духовному розвитку, підтримці спортивної форми; 2) дозволяє вдосконалити особистісні риси та якості; 3) дає можливість молоді набути нових знань та спортивних умінь, навичок самооборони, реалізувати прагнення до самовираження та самовдосконалення.

Для стимулювання інтеріоризації студентів до засвоєння ціннісних орієнтацій доцільно розробити спеціальну програму, метою якої було б залучення студентської молоді до занять східними єдиноборствами.

Третя педагогічна умова – *здійснення педагогічного супроводу самовиховної роботи студентів з відпрацювання власних ціннісних орієнтацій на основі використання виховного потенціалу східних єдиноборств* – передбачала педагогічний супровід процесу самовиховання і закріплення у студентів ціннісних орієнтацій щодо фізичного й особистісного самовдосконалення під час занять східними єдиноборствами.

Формування ціннісних орієнтацій студентів під час занять східними єдиноборствами передбачає здійснення педагогічного супроводу. *Педагогічний супровід* визначаємо як цілісну, організовану педагогом (тренером) діяльність, яка спрямована на забезпечення самовиховної роботи студента, побудована з урахуванням його індивідуальних і вікових особливостей розвитку, на основі вибору тренером адекватних методів і прийомів проведення спортивного тренування із східних єдиноборств.

Установлено, що при здійсненні педагогічного супроводу процесу

формування ціннісних орієнтацій до фізичного й особистісного самовдосконалення тренеру необхідно враховувати фізіологічні, психологічні (наявність бажання й інтересу до занять східними єдиноборствами, особливості мотивації студента, особистісні риси) та фізичні (сила, витривалість, швидкість, спритність та ін.) якості студентів, які можна вдосконалювати під час занять східними єдиноборствами.

Педагогічний супровід передбачає вибір тренером методів (інтенсивності виконання вправ, повторювання рухів, поступового ускладнення дій, інтервального виконання вправ та ін.) та засобів (вправ, технік) спортивного тренування, які є специфічними для східних єдиноборств і які дозволяють впливати на формування і закріплення у студентів ціннісних орієнтацій щодо фізичного й особистісного самовдосконалення.

У другому розділі – **«Експериментальна перевірка ефективності педагогічних умов формування ціннісних орієнтацій у студентської молоді засобами східних єдиноборств»** – здійснено обґрунтування критеріїв, показників та рівнів сформованості ціннісних орієнтацій студентів і здійснено аналіз їх сформованості (2.1), запроваджено педагогічні умови формування ціннісних орієнтацій студентів засобами східних єдиноборств (2.2), представлено динаміку сформованості ціннісних орієнтацій студентів за результатами експерименту (2.3).

Установлено, що для оцінювання рівнів сформованості ціннісних орієнтацій студентів доцільно застосувати комплекс критеріїв: *когнітивний, мотиваційно-ціннісний та діяльнісний*.

Когнітивний критерій (знання студентів про цінності, ціннісні орієнтації, структуру ціннісних орієнтацій людини). Цей критерій є одним із найбільш важливих, оскільки саме набуття знань про цінності і ціннісні орієнтації є першим етапом у їх формуванні. *Мотиваційно-ціннісний критерій* (наявні у студентів ціннісні орієнтації; їх ієрархія; мотивація до самовиховання і самовдосконалення). Цей критерій дозволяє оцінити зміни у ціннісних орієнтаціях студентів. *Діяльнісний критерій* (прагнення до фізичного й особистісного самовдосконалення, систематичність занять східними єдиноборствами та досягнення спортивних результатів).

За кожним із сформульованих критеріїв було визначено *рівні: високий, середній, низький*.

Для діагностики за визначеними рівнями на етапі проведення констатувального експерименту було проведено анкетування 450 студентів Харківської державної академії фізичної культури та Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди з метою з'ясування їх ставлення до занять східними єдиноборствами і бажання займатися даними видами спорту. За результатами анкетування виявили бажання займатися східними єдиноборствами 96 осіб, які увійшли до експериментальної групи і 98 осіб виступили в якості контрольної групи.

На констатувальному етапі експерименту було використано такі методики педагогічної діагностики, як: анкета з виявлення рівня знань студентів про ціннісні орієнтації особистості; методика вивчення ціннісних орієнтацій (М. Рокіч); Самоактуалізаційний тест (САТ) (Е. Шостром); тест «Смисло-життєві орієнтації» в адаптації Д. Леонт'єва; методика з діагностики реальної структури ціннісних орієнтацій особистості (С. Бубнова); методика вивчення життєвих орієнтацій особистості (Must-тест) (П. Іванов, О. Колобова); анкета вивчення сформованості практичних цінностей-умінь студентів; анкета самооцінки здатності до самовиховання і самовдосконалення студентів та ін.

Формувальний етап експериментальної роботи був спрямований на забезпечення педагогічних умов формування в студентів ціннісних орієнтацій засобами східних єдиноборств в аудиторній і позааудиторній діяльності.

Реалізація першої з педагогічних умов – *залучення студентів до опанування аксіологічних ідей традиційних східних учень, відповідно до яких практика бойових мистецтв гармонізує душу і тіло* – передбачала здійснення наступних заходів: коригування та оновлення змісту навчальних соціально-гуманітарних дисциплін («Філософія», «Психологія», «Соціологія», «Психологія розвитку», «Педагогіка», «Психологія спорту», «Теорія і методика обраного виду спорту») для опанування студентами знаннями аксіологічного спрямування та ознайомлення із традиційними східними вченнями (індуїзм, буддизм, даосизм, конфуціанство та ін.); у позааудиторній діяльності із студентами здійснювалися заходи просвітницького та виховного характеру (диспути, дискусії, зустрічі зі спортсменами, які займаються східними єдиноборствами, тренерами із східних єдиноборств тощо); запроваджено в освітній процес авторський спецкурс «Східні філософські школи: духовне і тілесне», що спрямований на ознайомлення студентів із положеннями східної філософії, залучення їх до фізичного й особистісного самовдосконалення.

Реалізація другої педагогічної умови – *стимулювання інтеріоризації кожною особистістю соціально значущих цінностей на тренуваннях зі східних єдиноборств* – пов'язана із залученням студентів до занять східними єдиноборствами для формування та розвитку їх ціннісних орієнтацій на основі ознайомлення із східними вченнями.

З метою формування ціннісних орієнтацій студентів була розроблена і запроваджена у виховний процес «Програма із залучення студентської молоді до занять східними єдиноборствами», яка діяла протягом 2010-2016 рр. і реалізовувалася в три етапи. *Перший етап* – підготовчий (2010-2011 рр.) – ознайомлення студентів із культурними, філософськими, спортивними традиціями та оздоровчими практиками в рамках авторського спецкурсу і дисциплін соціально-гуманітарного спрямування; вибір східних єдиноборств, до занять якими будуть залучені студенти, а саме дзюдо,

тхеквондо, карате-до. *Другий етап* – основний (2012-2015 рр.) – систематичне проведення секційних занять із студентами з дзюдо, тхеквондо, карате-до; моніторинг змін ставлення студентів до занять східними єдиноборствами, участі в змаганнях. *Третій етап* – підсумковий (2015-2016 рр.) – з'ясування ефективності програми по залученню студентів до занять східними єдиноборствами.

На основі програми було розроблено і реалізовано план заходів із залучення молоді до занять східними єдиноборствами, який передбачав: заняття східними практиками (цигун, йога, тайцзицюань, медитації); проведення лекцій та семінарів за участю відомих тренерів східних єдиноборств, участь студентів у щорічних зборах зі східних єдиноборств, заохочення юнацтва, які долучилися до занять східними єдиноборствами, присвоєнням учнівських звань КЮ з відповідним поясом (від 9 до 1); звань майстрів–ДАНів (від 1 до 10), позначаються чорним поясом у разі відповідності і підтвердження.

Реалізація третьої педагогічної умови – здійснення педагогічного супроводу самовиховної роботи студентів з відпрацювання власних ціннісних орієнтацій на основі використання виховного потенціалу східних єдиноборств – відбувалася шляхом урахування фізіологічних, психологічних та фізичних якостей студентів при організації спортивних тренувань із східних єдиноборств; здійснювався відбір методів та засобів організації спортивних тренувань із східних єдиноборств, які спрямовані на фізичний розвиток і особистісне самовдосконалення студентів.

Доведено, що врахування фізіологічних (формування скелету, м'язів, серцево-судинної системи, стабілізується центральна нервова система та ін.); психологічних (емоційної стійкості, мотивації, вольових рис та ін.) та фізичних якостей (сили, швидкості, витривалості, гнучкості та ін.) при організації тренувань із східних єдиноборств є необхідним і обов'язковим при виборі вправ та відпрацюванні прийомів, оволодінні різними техніками бою.

Педагогічний супровід організації тренувань із східних єдиноборств передбачав спеціальну побудову тренувального заняття, його етапи, постановку спортивних завдань (рухових, ігрових, змістових та ін.) з вибором тактики їх використання під час тренувань, вибір методів (інтенсивності виконання вправ, повторювання рухів, поступового ускладнення дій, інтервального виконання вправ та ін.) та засобів (вправ і технік) тренувань, адекватних спортивним навантаженням, працездатності і рівню розвитку фізіологічних і фізичних якостей студентської молоді.

У дисертаційному дослідженні формування ціннісних орієнтацій розглядалося на прикладі занять студентів карате-до, як одного з видів східних єдиноборств.

Метою *контрольного етапу експерименту* був аналіз результатів експериментальної роботи з перевірки ефективності педагогічних умов

виховання у студентів ціннісних орієнтацій засобами східних єдиноборств. Кількісні результати подано в таблиці 1.

Таблиця 1.

Результати експериментальної роботи, у %

Рівні сформованості	Контрольна група (98 чол.)		Експериментальна група (96 чол.)	
	констант.	формував.	констант.	формував.
Сформованість ціннісних орієнтацій студентів за когнітивним критерієм				
високий	9,2	14,3	8,3	46,8
середній	19,3	29,3	20,8	38,6
низький	71,5	56,4	70,9	14,6
Сформованість ціннісних орієнтацій за мотиваційно-ціннісним критерієм				
високий	7,1	13,3	7,3	50,0
середній	17,3	27,5	18,7	37,5
низький	75,6	59,2	74,0	12,5
Сформованість ціннісних орієнтацій студентів за діяльнісним критерієм				
високий	11,2	17,6	10,4	47,9
середній	18,4	28,6	16,7	38,6
низький	70,4	53,8	72,9	13,5
Загальний рівень сформованості ціннісних орієнтацій				
високий	9,2	15,1	8,7	48,2
середній	18,3	28,4	18,7	38,2
низький	72,5	56,5	72,6	13,6

Отримані результати свідчать про очевидну перевагу в динаміці змін рівня сформованості ціннісних орієнтацій студентів ЕГ порівняно з КГ.

Вірогідність результатів формувального етапу експерименту підтверджено за допомогою критерію χ^2 Пірсона, що свідчить про ефективність розроблених та запроваджених у виховний процес педагогічних умов формування ціннісних орієнтацій студентів засобами східних єдиноборств.

ВИСНОВКИ

Проведене дисертаційне дослідження проблеми формування ціннісних орієнтацій студентської молоді засобами східних єдиноборств дозволило зробити наступні висновки:

Ціннісні орієнтації – це складний психологічний феномен, що характеризує спрямованість особистості та визначає її вчинки, поведінку і спосіб існування; він формується та змінюється протягом життя людини й є частиною системи відносин особистості і суспільства. Становлення ціннісних орієнтацій відбувається під впливом зовнішніх (соціальні умови, референтна група, сім'я, засоби масової інформації, освіта, виховання, спорт та ін.) та внутрішніх (особистий та культурний досвід, мотивація та інтереси, індивідуальні психологічні особливості та ін.) чинників. Одним із зовнішніх чинників, що впливає на формування ціннісних орієнтацій молоді є спорт, як вид діяльності, що спрямований на фізичне й особистісне вдосконалення людини. Виховання ціннісних орієнтацій студентської

молоді щодо фізичного й особистісного самовдосконалення може бути реалізовано засобами спортивної діяльності, зокрема, східних єдиноборств.

Грунтуючись на результатах досліджень, було встановлено, що східні єдиноборства – вид спорту, який має значну кількість течій та різновидів, але у своїй основі всі вони спрямовані на фізичне і духовне самовдосконалення людини. Встановлено, що заняття східними єдиноборствами дозволяють формувати вольові (рішучість, дисциплінованість, самовладання, сміливість та ін.) і моральні (чесність, справедливість, працьовитість, скромність та ін.) якості особистості та розвивають значну кількість фізичних якостей (сила, швидкість, витривалість, гнучкість, спритність та ін.); задовольняють потребу молодого людини в активності та стимулюють її фізичний розвиток й ін.

Виявлено й обґрунтовано педагогічні умови, реалізація яких в освітньому процесі вищого навчального закладу забезпечує формування ціннісних орієнтацій студентів засобами східних єдиноборств.

Перша педагогічна умова – *залучення студентів до опанування аксіологічних ідей традиційних східних учень, відповідно до яких практика бойових мистецтв гармонізує душу і тіло* – пов'язана із формуванням у студентів знань про цінності та ціннісні орієнтації людини, про чинники, що на них впливають, визначення їх ролі у виборі способу життя, професії, ставлення до себе й оточуючих. Ознайомлення із традиційними східними вченнями (індуїзм, буддизм, даосизм, конфуціанство та ін.) та опанування студентами аксіологічними знаннями, що на них базуються, було спрямовано на формування ціннісної орієнтації щодо фізичного й особистісного самовдосконалення. З цією метою був запроваджений механізм поетапного засвоєння студентами аксіологічних знань і вчень, спрямований на формування зазначених ціннісних орієнтацій.

Друга педагогічна умова – *стимулювання інтеріоризації кожною особистістю соціально значущих цінностей на тренуваннях зі східних єдиноборств* – передбачала перетворення та засвоєння студентською молоддю соціально значущих цінностей і ціннісних орієнтацій під час занять східними єдиноборствами.

Для стимулювання інтеріоризації кожним студентом соціально значущих цінностей при організації роботи секцій із східних єдиноборств (тхеквондо, дзюдо, карате-до) враховували наступні напрямки виховання студентської молоді: фізична підготовка (розвиток фізичних якостей студентів: сили, швидкості, витривалості, гнучкості та ін.), систематичні, правильно розраховані фізичні навантаження, що сприяють зміцненню м'язів, правильному функціонуванню опорно-рухового апарату, підвищенню працездатності, а також загальному оздоровленню організму); психологічна підготовка (формування вольових якостей: дисциплінованості, рішучості, самовладання та ін. і моральних – чесності, відповідальності, вимогливості; стимулювання до самовдосконалення

особистісних якостей); спортивна підготовка має за мету розвинути спортивну майстерність (оволодіння тактикою, техніками і прийомами бойових мистецтв), досягнення студентом певних спортивних результатів та статусу шляхом участі у спортивних зборах, показових виступах, змаганнях різного рівня.

Третя педагогічна умова – здійснення *педагогічного супроводу самовиховної роботи студентів з відпрацювання власних ціннісних орієнтацій на основі використання виховного потенціалу східних єдиноборств* – реалізовувалася шляхом педагогічного супроводу тренувального процесу із східних єдиноборств у двох напрямках: 1) урахування фізіологічних, психологічних та фізичних особливостей студентської молоді при організації тренувань; 2) побудова тренувальних занять шляхом вибору методів та засобів, адекватних поставленій меті – вихованню ціннісних орієнтацій до фізичного й особистісного самовдосконалення. Вибір відповідних методів та засобів тренування дозволяє досягти високих спортивних результатів, що стимулює студента до подальшої самовиховної роботи щодо фізичного й особистісного самовдосконалення як прояву ціннісних орієнтацій особистості.

У процесі дослідження було уточнено критерії й показники сформованості ціннісних орієнтацій студентів: когнітивний (оволодіння системою знань про цінності, ціннісні орієнтації та їх роль у житті людини), мотиваційно-ціннісний (наявні у студентів ціннісні орієнтації, їх ієрархія, мотивація до самовиховання і самовдосконалення), діяльнісний (активність студента щодо формування власних ціннісних орієнтацій; дії щодо фізичного й особистісного вдосконалення) та відповідно високий, середній і низький рівні їх сформованості.

Експериментально доведено, що визначені педагогічні умови здатні забезпечити виховання у студентської молоді ціннісних орієнтацій засобами східних єдиноборств. Так, в експериментальній групі кількість студентів із високим рівнем сформованості ціннісних орієнтацій за когнітивним критерієм збільшилася на 38,5%, за мотиваційно-ціннісним критерієм на 42,7%, за діяльнісним критерієм на 37,5% респондентів.

Проведене дослідження не вичерпує всіх аспектів окресленої проблеми, потребують вивчення питання підвищення мотивації студентів до занять фізичною культурою та спортом, вплив різних видів спорту на особистісні структури молоді.

СПИСОК ОПУБЛІКОВАНИХ ПРАЦЬ ЗА ТЕМОЮ ДИСЕРТАЦІЇ

1. Горбенко О. В. Формування ціннісних орієнтацій у студентів фізкультурного вищого навчального закладу (на прикладі східних єдиноборств) / О. В. Горбенко // Науковий Часопис НПУ імені М. П. Драгоманова // Проблеми трудової та професійної підготовки : зб.

наукових праць. – К. : НПУ імені М. П. Драгоманова, 2010. – № 13. – С. 19-25.

2. Горбенко О. В. Мотивація студентів до занять східними бойовими мистецтвами / О. В. Горбенко // Науковий Часопис НПУ імені М. П. Драгоманова // Проблеми трудової та професійної підготовки : зб. наукових праць. – К. : НПУ імені М. П. Драгоманова, 2010. – №11. – С. 19-25.

3. Горбенко Е. В. К проблеме формирования системы профессиональных ценностей студентов Высших учебных заведений физической культуры в современных условиях / Е. В. Горбенко // Физическое воспитание студентов // Научный журнал. – Харьков, ХОНОКУ-ХГАДИ, 2011. – № 2. – С. 23-26.

4. Горбенко О. В. Процес інтеріоризації, ідентифікації, інтерналізації як складова частина психолого-педагогічного механізму вивчення східних єдиноборств серед студентської молоді / О. В. Горбенко // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту // Науковий журнал. – Харків, ХОНОКУ-ХГАДИ, 2011. – №4. – С. 55-57.

5. Горбенко О. В. Питання становлення цінностей у студентської молоді засобами східних єдиноборств в епоху глобалізації суспільства / О. В. Горбенко // Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. – Х. : ХНУ ім. В. Н. Каразіна. – № 951. – 2011. – С. 56-61. (Серія «Валеологія: сучасність і майбутнє» (теорія та методика навчання фізичній культурі та основам здоров'я).

Статті у зарубіжних фахових наукових виданнях:

6. Горбенко О. В. Проектування процесу виховання олімпійських цінностей та ціннісних орієнтацій студентської молоді засобами східних єдиноборств / О. В. Горбенко, В. О. Градусов // Педагогіка. Психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2013. – № 10. – С. 12-15. doi: 10.6084 / m9.firgshare.775316

Статті в інших виданнях, матеріали конференцій:

7. Горбенко О. В. Східні бойові мистецтва як синтез духовної і тілесної практик) / О. В. Горбенко // Молода спортивна наука України : зб. наук. праць з галузі фізичної культури та спорту. – Львів : НВФ «Українські технології», 2008. – Т. 4., № 12. – С. 51-54.

8. Горбенко Е. В. Значение ценностных ориентаций для мотивационной сферы в общественной жизни студентов, занимающихся восточными боевыми искусствами / Е. В. Горбенко // Слобожанський науково-спортивний вісник. – Харків : ХДАФК, 2008. – №4. – С. 174-176.

9. Горбенко О. В. Мотивація і її роль в розвитку особистості студентів, що займаються східними єдиноборствами / О. В. Горбенко // Слобожанський науково-спортивний вісник. – Харків : ХДАФК, 2009. – № 1. – С. 181-183.

10. Горбенко О. В. Вплив спорту на формування особистості спортсмена (соціально-філософський аспект) / О. В. Горбенко // Міжнародна наукова конференція «Сучасна україністика : наукові парадигми мови, історії, філософії / За заг. ред. канд. філол. наук, доц. О. С. Черемиської, канд. соц. наук, доц. О.М. Кузя. – Харків : Вид. ХНЕУ, 2008. – Ч. 6. – С. 27-32.

11. Горбенко О. В. Питання становлення цінностей особистості спортсмена в системі розвитку східних бойових мистецтв в епоху глобалізації суспільства) / О. В. Горбенко // Тези Міжнародної наукової конференції «Традиція і культура : вічні цінності в сучасній культурі». – Київ, 2008. – Ч. 2. – С. 6.

12. Горбенко О. В. Роль ціннісних орієнтацій у розвитку особистості / О. В. Горбенко // Міжнародний науковий конгрес «Олімпійський спорт і спорт для всіх : тези доповідей, 5-8.10.2010 р. – К. : Олімпійська література, 2010. – С. 662.

13. Горбенко О. В. Олімпійські цінності та ціннісні орієнтації у системі виховання студентської молоді, що займається східними єдиноборствами / О. В. Горбенко / Проблемы и перспективы развития спортивных игр и единоборств в высших учебных заведениях // Сборник статей X международной конференции, 7-8 февраля 2014 года. – Белгород – Харьков – Красноярск : ХГАФК, 2014. – 238 с.

14. Горбенко О. В. Вплив східних єдиноборств на виховання ціннісних орієнтацій студентської молоді / О. В. Горбенко // Сборник статей научно-информационного центра «Знание» по материалам Международной научно-практической конференции : «Развитие науки в XXI веке» 2 ч., г. Харьков : сб. стат. (уровень стандарта, академический уровень). – Х. : Научно-информац. центр «Знание», 2017. – С. 3-7.

АНОТАЦІЇ

Горбенко О. В. Виховання ціннісних орієнтацій студентської молоді засобами східних єдиноборств. – Кваліфікаційна наукова праця на правах рукопису.

Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата педагогічних наук зі спеціальності 13.00.07 – теорія і методика виховання. – Державний заклад «Луганський національний університет імені Тараса Шевченка». – Старобільськ, 2018.

У дисертації визначено поняття «цінності» та «ціннісні орієнтації» студентської молоді в контексті занять східними єдиноборствами. Конкретизовано, що фізичне й особистісне самовдосконалення – це ціннісні орієнтації студентської молоді, які можуть бути сформовані засобами східних єдиноборств. Розкрито специфіку, обґрунтовано критерії та показники рівнів сформованості ціннісних орієнтацій у студентської молоді, проаналізовано їх реальний рівень сформованості. Розроблено,

теоретично обґрунтовано й експериментально перевірено педагогічні умови виховання ціннісних орієнтацій у студентської молоді, а саме: залучення студентів до опанування аксіологічних ідей традиційних східних учень, відповідно до яких практика бойових мистецтв гармонізує душу і тіло; стимулювання інтеріоризації кожною особистістю соціально значущих цінностей на тренуваннях зі східних єдиноборств; здійснення педагогічного супроводу самовиховної роботи студентів з відпрацювання власних ціннісних орієнтацій на основі використання виховного потенціалу східних єдиноборств. Експериментально доведено ефективність запровадження зазначених педагогічних умов в освітній процес для виховання ціннісних орієнтацій студентської молоді засобами східних єдиноборств.

Ключові слова: виховання, цінності, ціннісні орієнтації, студентська молодь, східні єдиноборства, фізичне і особистісне самовдосконалення.

Horbenko O. V. Value system development of young students by means of martial arts. - Qualification scientific work as the manuscript.

The dissertation is for the scientific degree of the candidate of pedagogical Sciences on a speciality 13.00.07 – theory and methodology of education. – State Establishment «Luhansk Taras Shevchenko National University». – Starobilsk, 2018.

In the dissertation the concepts of «values» and «value systems» of young students in the context of martial arts classes are defined. The fact that physical and personal self-improvement is the value system of young students, that can be formed by means of martial arts, is specified. The specific character of value system formation during martial arts classes is revealed. Criteria and indicators of levels of value system formation of young students are substantiated; their actual level of formation is analysed.

For the first time pedagogical conditions of value system development of young students are developed, theoretically substantiated and experimentally checked. They include: involving students in the acquisition of axiological ideas of traditional oriental doctrine, according to which the practice of martial arts harmonizes the soul and body; stimulating the interiorization of socially meaningful values during martial arts classes by each person; realization of pedagogical support of self-educational work of students on working out their own value systems on the basis of the educational potential of martial arts. The effectiveness of the introduction of these pedagogical conditions into the educational process for the value system development of young students by means of martial arts is experimentally proved.

Key words: development, values, value systems, young students, martial arts, physical and personal self-improvement.

Горбенко Е. В. Воспитание ценностных ориентаций студенческой молодежи средствами восточных единоборств. – Квалификационная научная работа на правах рукописи.

Диссертация на соискание ученой степени кандидата педагогических наук по специальности 13.00.07 – теория и методика воспитания. – Государственное учреждение «Луганский национальный университет имени Тараса Шевченко». – Старобельск, 2018.

В диссертации дано определение понятий «ценности» и «ценностные ориентации» студенческой молодежи в контексте занятий восточными единоборствами. Ценностные ориентации – это сложный психологический феномен, характеризующий направленность личности и определяющий поступки, поведение и образ жизни человека; он формируется и изменяется в течение жизни и является частью системы отношений личности и общества. Становление ценностных ориентаций происходит под влиянием внешних (социальные условия, референтная группа, семья, образование, спорт и др.) и внутренних (личный и культурный опыт, мотивация и интересы, индивидуальные психологические особенности и др.) факторов. Одним из внешних факторов, влияющим на формирование ценностных ориентаций личности является спорт, как вид деятельности, направленный на физическое и личностное совершенствование человека. В диссертации раскрыта специфика формирования ценностных ориентаций студентов средствами восточных единоборств.

Установлено, что занятия восточными единоборствами позволяют формировать волевые (решительность, дисциплинированность, самообладание, смелость и др.) и моральные (честность, справедливость, трудолюбие, скромность и др.) качества личности, а также способствуют развитию многих физических качеств (сила, скорость, выносливость, гибкость, ловкость и др.); удовлетворяют потребность молодого человека в активности и стимулируют его физическое развитие и др.

Обоснованы педагогические условия, реализация которых способствует формированию ценностных ориентаций средствами восточных единоборств. Первое педагогическое условие – привлечение студентов к овладению аксиологическими идеями традиционных восточных учений, согласно которым практика боевых искусств гармонизирует душу и тело – связана с формированием у студентов знаний о ценностях и ценностных ориентациях человека; о факторах, влияющих на их формирование; определение роли ценностных ориентаций в выборе образа жизни, профессии, отношении к себе и окружающим. С этой целью был разработан механизм усвоения студентами аксиологических знаний и учений, который реализовывался поэтапно при изучении социально-гуманитарных дисциплин.

Второе педагогическое условие – стимулирование интериоризации каждой личностью социально значимых ценностей на тренировках по

восточным единоборствам – предусматривала преобразование и усвоение студентами социально значимых ценностей и ценностных ориентаций на занятиях восточными единоборствами. Для стимулирования интериоризации социально значимых ценностей при организации работы секций восточных единоборств (тхэквондо, дзюдо, каратэ-до) учитывали следующие направления воспитания студентов: физическая подготовка, психологическая подготовка; спортивная подготовка.

Третье педагогическое условие – осуществление педагогического сопровождения самовоспитательной работы студентов по закреплению собственных ценностных ориентаций на основе использования воспитательного потенциала восточных единоборств – реализовывалась путем педагогического сопровождения тренировочного процесса по восточным единоборствам в двух направлениях: 1) учет физиологических, психологических и физических особенностей студенческой молодежи при организации тренировок; 2) построение тренировочных занятий путем выбора методов и средств, адекватных поставленной цели – воспитанию ценностных ориентаций студентов.

Для проведения диагностики были определены критерии (когнитивный, мотивационно-ценностный, деятельностный) и показатели уровней сформированности ценностных ориентаций.

Экспериментально доказано, что данные педагогические условия способствуют воспитанию у студенческой молодежи ценностных ориентаций средствами восточных единоборств.

Ключевые слова: воспитание, ценности, ценностные ориентации, студенческая молодежь, восточные единоборства, физическое и личностное самосовершенствование.