

DOI: 10.12731/2218-7405-2014-9-5

УДК 159.95:338.24

ФОРМИРОВАНИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНО-ЭТИЧЕСКИХ ОТНОШЕНИЙ В ПРОЦЕССЕ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ В УСЛОВИЯХ СОВРЕМЕННОГО ВУЗА: ПРОБЛЕМА СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ПСИХОФИЗИЧЕСКИХ СПОСОБНОСТЕЙ

Герасимова И.А.

В статье рассматривается понятие феномена психологического благополучия личности, определена значимость создания душевного комфорта для студентов высшего учебного заведения. На примере демонстрации шести основных компонентов психологического благополучия, – независимости (автономии), возможности изменения окружающей среды, личностного развития человека, характеризующегося, в свою очередь, процессами стремления к совершенствованию, обучению, готовности к новому, позитивных межличностных отношений, самопринятия, цели в жизни, – рассматривается возможность использования методов, применяемых в процессе занятия физической культурой для формирования благоприятного психологического и нравственного климата на занятиях по физической культуре. В результате использования этих методов занятие по физической культуре приобретает новый характер и статус и становится физическим воспитанием.

Доказывается, что формирование благоприятного психологического климата в коллективе подразумевает распределение стандартных ролей между его участниками. Так, в процессе занятия определяется и выделяются такие роли как «неформальный лидер», «систематизатор» и «гармонизатор», что позволяет задействовать все возможные векторы психологической модальности.

В статье обрисовываются также перспективы использования авторской концепции. Так, использование вышеизложенных в статье методов не сводится только лишь к формированию эмоционально-этических отношений и подходящего психологического климата в группе, а направлено в конечном счете на формирование целостной личности и гармоничной душевно-телесной организацией.

Ключевые слова: психологическое благополучие; процесс физического воспитания; физические нагрузки; физическая культура; учебная деятельность; психоэмоциональная деятельность; эмоционально-этическое; психологический климат.

**FORMATION OF EMOTIONAL AND ETHICAL RELATIONS
IN THE PROCESS OF PHYSICAL CULTURE IN THE MODERN UNIVERSITY:
THE PROBLEM OF IMPROVING THE MENTAL AND PHYSICAL ABILITIES**

Gerasimova I.A.

The article discusses the concept of the phenomenon of psychological well-being of the person, the significance of creating peace of mind for students in higher education is determined. On the example of the demonstration of six major components of psychological well-being, – independence (autonomy), the possibility of changes in the environment, personal development of man, characterized, in turn, by processes, striving for improvement, training, readiness for a new, positive interpersonal relationships, self-acceptance, purpose in life – the possibility of using the methods used in the process of physical training for the formation of a favorable psychological and moral climate in the classroom for physical education is considered. By the use of these methods physical training acquires a new character and status and becomes physical education.

It is proved that the formation of a favorable psychological climate in the team assumes the distribution of the standard roles between the participants. Thus, during training such as «informal leader», «digester» and «harmonizer» are determined and allocated, which allows to use all possible vectors of psychological modality.

In the article the prospects for the use of the author's concept are also outlined. Thus, the use of the above mentioned in the article methods is not turned only into the formation of emotional and ethical relations and suitable psychological climate in the group, and is aimed ultimately to the formation of the holistic person and harmonious soul and body organization.

Keywords: *psychological well-being; the process of physical education; physical activity; physical education; educational activity; psycho-emotional activity; emotional and ethical; psychological climate.*

Физическая культура, являясь неотъемлемым элементом процесса непрерывного образования и подготовки студентов к последующей трудовой деятельности, выступает важнейшим условием формирования всесторонне развитой, психологически здоровой личности. Последнее невозможно без становления психологического здоровья молодых людей, как основного компонента здоровой личности. Вместе с тем, психологическое здоровье человека включает в себя

такое понятие как психологическое благополучие личности. Формирование благоприятного психологического климата в студенческом коллективе помогает создать дружеские отношения между учащимися, а так же выработать устойчивое позитивное отношение к физической культуре и спорту.

Многочисленные исследования феномена психологического благополучия личности свидетельствуют о том, что ощущение счастья и учебная деятельность сочетаются крайне редко. Однако практика доказывает, что студенты показывают наилучшие учебные результаты, когда они психологически благополучны. Исходя из факта данного взаимовлияния, можно сделать вывод о том, что образование и психологическое благополучие являются взаимосвязанными и взаимообусловленными процессами. Это должно стать не только основополагающим ориентиром, но и концептуальной основой реформ в сфере образования в будущем.

Итак, психологическое благополучие (душевный комфорт) – это устойчивое психическое свойство человека, состоящее в доминировании положительных эмоций, наличии тесных взаимоотношений, субъектной включенности в жизнедеятельность, осмысленности жизни и позитивной самомотивации. [2, с. 73] Душевный комфорт можно охарактеризовать как ощущение внутреннего равновесия и целостности.

Неблагополучие, в свою очередь, проявляется в ситуациях фрустрации, при монотонии исполнительного поведения и других подобных условиях.

Как известно, учебная деятельность студентов высшего учебного заведения характеризуется неоднородностью режима, стрессовыми ситуациями, значительными умственными и психологическими нагрузками.

Прежде всего, стоит отметить, что повышаются информационные нагрузки, характеризующиеся неравномерностью в работе. Усложняются также и межличностные отношения, возникают проблемы в связи с отдалением от родных, самостоятельным проживанием в чужом городе. Данные факторы являются причиной появления у студентов длительного эмоционального напряжения, нередко – чувства тревоги, страха, ощущения психологического дискомфорта. Особенно стоит отметить психологическое состояние студентов младших курсов, попадающих сразу после выпускных школьных экзаменов в новую социальную и учебную среду, функционирующую зачастую по совершенно другим правилам, характеризующуюся специфическими, новыми социальными отношениями и условиями деятельности. Для успешного преодоления этого состояния с целью продолжения процесса обучения данные студенты вынуждены за счёт дополнительного волевого напряжения аккумулировать ресурсы организма, так как на занятия они приходят уже в сниженном функциональном состоянии.

Доказано, что студенты, будучи подверженными различным социально-психологическим воздействиям, чаще подвергаются всевозможным заболеваниям, чем их сверстники из других социальных групп. В подавляющем большинстве случаев указанные болезни связаны с так называемой социальной дезадаптацией.

Вместе с тем, наибольшую важность для студентов-первокурсников представляют сферы учебной деятельности и межличностных отношений.

Период адаптации к обучению в высшем учебном заведении оказывает негативное воздействие на здоровье и успешность обучения студентов, косвенным образом влияет на нервно-психическое напряжение, характерное для начального этапа обучения. О срыве адаптационных механизмов говорит существенное увеличение распространения нервно-психических расстройств, которые служат главными причинами отчисления студентов, предоставления им академических отпусков.

Межличностные отношения – фактор, реально влияющий на степень эмоционального благополучия студентов ввиду того, что от качества взаимоотношений с другими людьми зависит удовлетворение собственных потребностей личности.

Как известно, молодежь, а особенно студенты являются наиболее динамичной и активной прослойкой общества. Студенческий возраст, диапазоном примерно от 17 до 22 лет, по своим психофизиологическим свойствам представляет собой наиболее активную возрастную фазу. В этот период происходит не только профессиональное становление, но и формируются ценностные ориентиры личности, определяются жизненные цели и смыслы.

Причиной возникновения психологического неблагополучия служат также высокая нагрузка студентов, достигающая по разным данным от 10 до 12 часов в сутки. Что касается периода экзаменационной сессии, этот показатель увеличивается до 14-16 часов. Установление жестких лимитов времени на выполнение различного рода учебных заданий – это фактор информационной перегрузки, который влечет за собой возможность развития невротических состояний.

Следовательно, приспособление к новым условиям учебной деятельности, жизнедеятельности, освоение новых социальных ролей и статусов приводит многих студентов к переживанию стресса, внутриличностного конфликта и даже – к переживанию психологического кризиса.

Эмоциональное напряжение, тревога, растерянность, дезорганизация познавательной активности и поведения – таковы проявления психологического кризиса, весьма затрудняющие мобилизацию личностных ресурсов, необходимых для его разрешения. [3, с. 100]

Основным выводом из вышесказанного должно стать то, что на психологическое благополучие личности, а особенно студента в период обучения, необходимо воздействовать. Это одна из основных задач современного педагога в ВУЗе, вытекающая из возможности использования различных средств и методов физического воспитания.

Можно выделить шесть основных компонентов психологического благополучия: независимость, возможность изменения окружающей среды, личностное развитие, позитивные межличностные отношения, самопринятие, жизненные цели.

1. Независимостью (автономией) называют способность личности быть самодостаточной, отсутствие страха собственных оппозиционных мнению большинства взглядов. Автономия это также предрасположенность к нестандартному образу мыслей, поведению. Отсутствие минимальной степени независимости приводит к конформизму, избыточной зависимости от мнения посторонних.

2. Возможность изменения окружающей среды – управление ею, подразумевающее наличие свойств, которые ведут к успешному овладению разными видами деятельности, способность достигать желаемого результата, проходить через трудности на пути воплощения собственных целей. В случае, если этой компоненты недостаточно, неминуемо возникает чувство неудовлетворенности, собственной недостаточности, непрофессионализма.

3. Личностное развитие человека, которое характеризуется процессами стремления к совершенствованию, обучению, готовности к новому, непознанному, а также наличием ощущения собственного прогресса. При отсутствии по каким-либо причинам личностного роста вероятным следствием становится чувство апатии, стагнации, уменьшается интерес к жизни.

4. Позитивные межличностные отношения, под которыми подразумевается умение сочувствовать окружающим, быть коммуникабельным, общительным, а также наличие способностей, способствующих поддерживать и устанавливать контакты с другими людьми, навыков быть мобильным во взаимоотношениях с другими людьми. Отсутствие данного качества констатирует состояние одиночества, замкнутости, нежелания устанавливать и поддерживать доверительные отношения, неспособности искать компромиссы.

5. Самопринятие – это самостоятельное позиционирование личностью себя в своей жизни в целом, включающее осознанное принятие как положительных характеристик, так и недостатков. В противоположность самопринятия идет такая категория как чувство собственной неудовлетворенности, отличающееся неприятием отдельных качеств личности, конкретных событий в прошлом.

6. Цель в жизни, которая коррелирует с переживанием осознанности собственного существования, ценности прошлого, настоящего и будущего. Отсутствие жизненных целей является причиной ощущения бессмысленности, апатии, грусти [3, с. 99].

В контексте всего вышеизложенного мы утверждаем: современные методы управления групповыми занятиями физической культурой стоит включать более тесное совместное взаимодействие преподавателя и студентов, мотивацию к проявлению активности, инициативы.

Организуемая ценностно-ориентационная деятельность должна включать следующие компоненты: когнитивный (формирование научных знаний о человеке, средствах и методах укрепления здоровья, развитие рефлексивных способностей самоанализа, самопознания, самооценки); ценностно-мотивационный, включающий эмоциональную составляющую (оказание помощи в выборе лично значимой системы ценностей и идеалов, формирование личностных мотивов физкультурно-оздоровительной деятельности); деятельностно-практический (развитие способностей, освоение умений и навыков, позволяющих самостоятельно заботиться о сохранении и укреплении как своего здоровья, так и здоровья других людей, умения планировать свою деятельность); диагностический (диагностика уровней физической и функциональной подготовленности, оздоровительных умений и навыков, уровня и характера отношения к здоровью) [6].

Каждый студент в группе должен хорошо понимать, чем обусловлена необходимость физкультурных занятий для него самого, стремиться к развитию возможностей своего тела, своей личности с помощью физической культуры. Эмоциональная атмосфера в группе и сам процесс занятия должны предполагать не вынужденное следование инструкции учащимся, а осознанное действие, обусловленное сложившимися в итоге формирования эмоционально-этических отношений потребностями, переходящими в устойчивое желание быть вовлеченным в физкультурную деятельность.

Эмоционально-этическое отношение формируется на основе восприятия ключевых человеческих ценностей. Набор ценностей человеку прививается с детства, в процессе воспитания родителями, с учетом окружающей социальной среды.

Попадая в учебную группу, каждый уже представляет собой определенную, пусть не до конца сформированную, личность. Вовлекая студента в процесс занятия, стоит учитывать уже заданные параметры его характера, отношение к определенным ценностям для формирования общего эмоционального фона на занятии. В процессе физкультурной деятельности существует возможность активного развития ценностных установок.

Формируется эмоционально-этическое отношение студентов к своему здоровью. Систематические занятия физической культурой в благоприятном нравственном климате формируют у студентов устойчивое желание заниматься, потребность поддерживать свое здоровье, совершенствовать свое физическое состояние. Значительность ценности здоровья для молодежи в настоящий момент обусловлена во многом тем, что многие молодые люди не считают необходимым заботиться о своем здоровье сейчас, принимая его как нечто данное, откладывая все на потом. Задача преподавателя состоит в корректировке отношения группы студентов к ценности здоровья, обучении основным положениям здорового образа жизни, акцентировании на важности физической культуры в условиях постоянной загруженности и стресса.

Эмоционально-этическое отношение к физкультурной деятельности в группе студентов неразрывно связано с эмоциональным фоном в самой группе. Индивидуальные занятия ФК, несомненно, имеют свои значительные плюсы, но они не могут выявить дружеские отношения, обеспечить поддержку, научить студентов устанавливать и поддерживать социальные связи. Занятия в группе позволяют человеку удовлетворить свои социальные потребности, поэтому очень важно создать благоприятный психологический климат в процессе физкультурного взаимодействия между студентами, а так же между студентами и преподавателем. Благоприятный нравственный и психологический климат в группе позволяет каждому студенту развивать себя в личностном плане. Занятия физической культурой подразумевают и соревновательный характер, что помогает обучающимся формировать свою личность, развивать силу воли, ведь человеку проще пробовать что-то новое для себя и достигать новых высот в окружении единомышленников, разделяющих его интересы. Поэтому в благоприятной психологической обстановке эффективность занятия будет выше.

Для формирования благоприятного психологического и нравственного климата в процессе занятия физической культурой можно использовать следующие методы:

1. Определение общих интересов и ценностей. Нельзя представить группу без общих стремлений. В процессе занятия по физической культуре, как и в занятиях другой деятельностью, необходимы фундаментальные положения, которые помогут установить тесную связь между участниками группы, станут прочной основой для их отношений. В качестве ориентира для занятия ФК можно выделить стремление быть здоровыми людьми. Эта цель объединит группу, задаст направление дальнейшего развития.
2. Создания ситуации коллективного сопереживания значимых событий. Этот метод эффективен в создании благоприятного психологического климата, так как позволяет студентам узнать друг друга лучше, создает менее формальную атмосферу, которая необ-

ходима для занятия, а так же позволяет преподавателю оценить нравственно-психологический климат, сложившийся в группе на данном этапе. С помощью данного метода создается ситуация общей вовлеченности каждого студента в текущую активную деятельность, устанавливаются связи между участниками группы. Важно, чтобы ситуация коллективного сопереживания была актуальна хотя бы для большей части студенческого коллектива, а также для преподавателя.

3. Формирование традиций группы и обязательное их соблюдение. Работая с этим методом, не стоит формировать традиции, которые в будущем могут быть сложными для исполнения. К примеру, можно согласовать со студентами вылазку на природу раз в месяц для активных игр на свежем воздухе. Хорошей традицией для студенческой группы может стать поздравление именинника с вручением в качестве подарка какого-либо атрибута любимого вида спорта. Студенты с удовольствием примут участие в процессе придумывания традиции, что станет еще одним шагом в формировании благоприятного эмоционального климата. Но не стоит выбирать в качестве традиции, например, поездку в какой-то конкретный город один раз квартал, так как подобные события часто с трудом поддаются планированию.
4. Умение видеть и решать конфликтные ситуации среди студентов. Любая группа является открытой системой взаимодействия разных по определению личностей, и конфликтная ситуация является только лишь нормальным этапом развития этой системы. Для создания благоприятного климата в коллективе необходима адекватная реакция на любую ситуацию, в том числе и на конфликтную. Успешное разрешение конфликтной ситуации во время занятия во многом зависит от преподавателя. Предположим, во время игры в баскетбол один студент случайно задевает другого мячом. У преподавателя, как и у любого другого человека, в данной ситуации есть выбор: проигнорировать этот жест, либо стать участником этого случая. Оставляя ситуацию без вмешательства, лидер может дать возможность участникам группы самим выйти из сложившегося положения, либо допускает дальнейшее развитие конфликта, которое может оказать существенное влияние на сформированный нравственно-психологический климат. Вовлекая себя в данный конфликт, преподаватель может изменить отношение к себе у участников конфликта и у остальных членов группы в лучшую или худшую стороны, в зависимости от конкретной ситуации. Поэтому для становления правильных отношений лидер обязан четко реагировать на изменения отношений в группе, а так же уметь качественно анализировать имеющий место конфликт.

5. Знание и уважение чужих мнений. Здоровые отношения в коллективе строятся на взаимном уважении личности и интересов друг друга, что является нормальным состоянием сформированного в моральном плане человека. Из этого метода так же вытекает необходимость адекватного реагирования студента на критику в свой адрес. Задача преподавателя сводится к объяснению ценности мнения других членов коллектива, полезности конструктивной критики для развития личности. Здоровое общество объединяет своих участников общими интересами, но не вынуждает их становиться одинаковыми и перенимать все ценности и приоритеты друг друга.
6. Умение разделять и передавать ответственность. Лидер, конечно, контролирует всю деятельность студентов, ее результаты, организует взаимодействие, но ни один человек не в состоянии управлять сразу всеми аспектами деятельности и контролировать все. В процессе занятия физической культурой можно и нужно делегировать некоторые полномочия студентам. Например, благоприятное воздействие на психологический климат окажет поручение студенту организовать какую-либо игру со своей группой, или провести разминку в начале занятия. С помощью этого метода студенты смогут проявить инициативу, более свободно пообщаться в коллективе, а значит, сосредоточиться в большей степени именно на физической стороне деятельности. Преподаватель, делегируя полномочия, освобождает время для не менее важных занятий.
7. Разработка системы поощрения студентов. Для каждого человека важно понимать, какая именно цепочка причинно-следственных связей складывается в результате определенных его действий. Повторяющиеся действия, влекущие за собой заранее определенное поощрение, позволяют выработать определенный стереотип поведения. Любой человек с большей охотой выполняет задание, если за достижением требуемого результата следует гарантированное вознаграждение. К примеру, за соблюдение дисциплины во время занятия группе будет разрешено час поиграть в любимую игру. Коллективное достижение цели и получение определенного бонуса еще больше сплотит коллектив, а предсказуемость действий студентов позволит преподавателю планировать дальнейшую совместную деятельность.
8. Использование коллективных игр. Это, пожалуй, самый логичный и простой способ формирования благоприятного нравственно-психологического климата в процессе занятия ФК. С его помощью можно вовлечь всех членов группы в активную деятельность, что само по себе создает хорошие условия для дальнейшего развития климата группы.

Стоит отметить, что выбор метода формирования благоприятного климата в процессе занятия физической культурой и формирования эмоционально-этического отношения у студентов к занятиям является строго индивидуальным для каждого конкретного преподавателя. Данные методы могут использоваться самостоятельно или в комбинации, могут быть дополнены или по-иному адаптированы для определенной ситуации [1].

Формирование благоприятного психологического климата в коллективе подразумевает распределение стандартных ролей между его участниками.

Важно определить неформального лидера, который будет двигателем группы. Такой человек должен быть динамичным и работоспособным, полным энергии и желания проявить себя в какой-либо активной деятельности. В процессе занятия двигатель группы будет проявлять инициативу в организации различных игр, проведении эстафет, в других элементах занятия. Этот человек в нужной ситуации поможет мобилизовать силы всей группы и настроит остальных на рабочий лад.

Систематизатор в коллективе играет очень важную роль, так как он помогает контролировать те или иные действия членов группы с точки зрения организатора системы.

Гармонизатор в любой группе играет роль определенного стабилизатора отношений. В его негласные обязанности входит нейтрализация конфликта на уровне коллектива, поддержание уютной психологической атмосферы.

Любой коллектив является сложной слаженной системой, каждый элемент которой выполняет определенные функции в соответствии со своей ролью. Благоприятный нравственно-психологический климат формируется в результате правильного применения методов его формирования, а так же правильного распределения ролей между участниками студенческой группы. Стоит отметить, что формирование благоприятного климата в процессе занятий физической культурой характеризуется определенной спецификой, связанной с активностью деятельности. Многие другие сферы деятельности не требуют от студентов проявления своих физических возможностей, что может являться причиной выполнения в разных ситуациях разных ролей в коллективе. В связи с этим, для более достоверной оценки ситуации в группе преподавателю требуется больше усилий.

Сделать вывод о установлении благоприятного психологического климата в студенческой группе можно с учетом следующих критериев:

- занятие физической культурой проходит в бодром расположении духа, отношения в процессе взаимодействия строятся на принципах взаимопомощи, сотрудничества, доброжелательности;

- в группе действуют нормы справедливого и уважительного отношения, более сильные помогают слабым;
- такие черты, как честность, дружелюбие, ответственность, готовность прийти на выручку высоко ценятся членами группы;
- успехи или неудачи отдельных студентов вызывают искреннее участие всего коллектива;
- отдельные участники группы быстро откликаются на предложение сделать что-либо для общего блага.

В то же время отметим критерии, подтверждающие низкий уровень организации благоприятного психологического климата:

- в отношениях между студентами присутствует конфликтность, агрессивность, неспортивное соперничество. Имеет место нетерпимость к мнению остальных;
- в группе отчетливо выделяется категория «привилегированных» лиц;
- неудачи или успехи отдельных членов группы вызывают злорадство и зависть остальных.

Формирование эмоционально-этических отношений и благоприятного психологического климата в процессе занятий физической культурой является задачей крайне сложной, требующей осознанного системного подхода. Большая часть ответственности за атмосферу на занятии ложится на преподавателя, задачей которого является формирование целостного коллектива и управление им с целью достижения поставленных задач.

Исходя из всего вышеизложенного, можно сделать следующие выводы: необходимый нравственно-психологический климат в группе студентов в процессе занятия формируется под воздействием ряда факторов. К этим факторам можно отнести: сложившиеся отношения в коллективе, распределение социальных ролей, отношения к определенным видам физической активности, воспитание и образ жизни каждого студента, способность к взаимодействию в команде, возможность обратной связи с преподавателем, принятые в группе традиции, важные для студентов ценности и идеалы. Свою роль в организации психологического климата занятия ФК играет и окружающая обстановка: оборудованность помещения, в котором проводится само занятие, музыкальное сопровождение тренировки, а так же поэтапный план.

Физическая культура является значимым воспитательным фактором. Проявляя активность, человек раскрывает свои лучшие качества и воспитывает в себе новые. Такие черты характе-

ра как целеустремленность, упорство в достижении целей, способность поддержать и подать руку помощи ближнему, готовность к действию активнее всего развиваются именно в процессе физического совершенствования личности.

Физкультурная деятельность уникальна, так как позволяет параллельно генерировать личность одного конкретного человека и развивать позитивные отношения в коллективе в целом.

Использование вышеизложенных в статье методов не сводится только лишь к формированию эмоционально-этических отношений и подходящего психологического климата в студенческой группе. Они включают в себя и обучение основам двигательной активности, управлению своим телом, и воспитание личным примером лидера, возможность поделиться позитивным жизненным опытом и многие другие аспекты совместной деятельности. Результатом правильно сформированного эмоционально-нравственного отношения к физической культуре является сплоченный коллектив студентов, каждый из которых является хорошо развитой, в нравственном и физическом смысле, личностью. Таким образом, рассмотренные методы способствуют формированию в целом – психофизиологических способностей как выражению душевно-телесной целостности.

Список литературы

1. Васькевич М.А. Формирование благоприятного психологического климата в ученическом коллективе // IV студенческая международная заочная научно-практическая конференция «Молодежный научный форум: гуманитарные науки»: матер. конф. 2013.
2. Водяха С.А. Предикторы психологического благополучия студентов // Педагогическое образование в России. 2013. №1. С. 70-74.
3. Григоренко Е.Ю. Психологическое благополучие студентов и определяющие его факторы // Проблемы развития теории. 2009. №2 (48). С. 98-105.
4. Ильина Н.Л. Влияние физической культуры на психологическое благополучие человека // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. 2011. № 12 (70). С. 69-74.
5. Ильина, Н.Л. Отношение к физическому здоровью современных студентов // Психология здоровья: новое научное направление: материалы круглого стола с международным участием. – СПб., 2009. С. 119-124.
6. Пашин А.А., Кабачков В.А. Эффективность технологии формирования ценностного отношения к здоровью в физическом воспитании подростков // Вестник спортивной науки. 2011. №5. С. 47-50.

7. Хусаинов Б.А. Прогностические аспекты повышения у студентов мотивационно-ценностного отношения к физической культуре // Молодой ученый. 2013. №1. С. 378-381.

References

1. Vaskevich M.A. Formirovanie blagoprijatnogo psihologicheskogo klimata v uchenicheskom kollektive [Create a favorable psychological climate in pupils group]. *IV Student International extramural scientific-practical conference «Youth Scientific Forum: Humanities»*. 2013.
2. Vodyaha S. Prediktory psihologicheskogo blagopoluchija studentov [Predictors of psychological well-being of students] // *Teacher education in Russia*. 2013. №1. Pp. 70-74.
3. Grigorenko E.Y. Psihologicheskoe blagopoluchie studentov i opredeljajushhie ego factory [Psychological well-being of students and its determinants] // *Problems of development of the theory*. 2009. №2 (48). Pp. 98-105.
4. Ilyina N.L. Vlijanie fizicheskoj kul'tury na psihologicheskoe blagopoluchie cheloveka [Effect of physical training on the psychological well-being] // *Scientific notes University P.F. Lesgaft*. 2011. № 12 (70). Pp. 69-74.
5. Ilyina, N.L. Otnoshenie k fizicheskomu zdorov'ju sovremennyh studentov [Relation to the physical health of today's students] // *Health Psychology: a new research direction: round table discussion with international participation*. – SPb., 2009. Pp. 119-124.
6. Pashin A.A., Kabachkov V.A. Jeffektivnost' tehnologii formirovanija cennostnogo otnoshenija k zdorov'ju v fizicheskom vospitanii podrostkov [The effectiveness of the technology of formation of the valuable relation to the health of adolescents in physical education] // *Journal of Sports Science*. 2011. №5. Pp. 47-50.
7. Husainov B.A. Prognosticheskie aspekty povyshenija u studentov motivacionno-cennostnogo otnoshenija k fizicheskoj kul'ture [Prognostic aspects of improving students' motivation and valuable relation to physical education] // *Young scientist*. 2013. №1. Pp. 378-381.

ДАнные ОБ АВТОРЕ

Герасимова Ирина Александровна, к. пс. н., доцент кафедры социально-гуманитарных дисциплин

Воронежский филиал Российского Экономического Университета им. Г.В. Плеханова

ул. Карла Маркса, 67А, г. Воронеж, Россия
kortunov@bk.ru

DATA ABOUT THE AUTHOR

Gerasimova Irina Aleksandrovna, PhD in Psychology, assistant professor of humanities and social

Voronezh branch of the Russian Economic University
ul. Karla Marksa, 67A, Voronezh, Russia
kortunov@bk.ru