

2. Тынянов, Ю. Н. О пародии / Ю. Н. Тынянов // Поэтика. История литературы. Кино / отв. ред. В. А. Каверин, А. С. Мясников. – М., 1977. – С. 284–310.

3. Фрейденберг, О. М. Происхождение пародии / О. М. Фрейденберг ; публ. Ю. М. Лотмана // Труды по знаковым системам. – Тарту. – Вып. 6. – 1973. – С. 490–497.

4. Холодинская, Т. О. Ремейк и пародия: критерии разграничения в исследовательской парадигме XIX–XX веков / Т. О. Холодинская // Филологические науки. Вопросы теории и практики. – Тамбов, 2016. – № 4. – С. 58–61.

Перелётова А. А., студент 312 группы
дневной формы обучения
Научный руководитель – Зайцева О. В.,
старший преподаватель

ВЛИЯНИЕ РЕГУЛЯРНЫХ ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ НА САМООРГАНИЗАЦИЮ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ

Современные социально-экономические тенденции развития Республики Беларусь подчеркивают ведущую роль личности в качестве действующего лица в преобразующей деятельности общества, а также выделяют молодежь как важного субъекта этого процесса, что отражается в следующих государственных программах: «Образование и молодежная политика» на 2021–2025 годы», «Стратегия развития

государственной молодежной политики Республики Беларусь до 2030 года» и др.

В данной статье объектом исследования будет студенческая молодежь, что обусловлено особым значением рассматриваемой нами темы для периода ранней юности. С целью изучения социально-психологических особенностей студенческой молодежи, обратимся к научной статье по специальности «Психологические науки», где изучены мотивы и ценностные ориентации студенческой молодежи, относящиеся к основным компонентам в структуре личности, позволяющие оценить уровень сформированности личности студента, а также характерные особенности процесса формирования сферы его мотивации [2].

В приведенном исследовании отмечено, что центральными психическими процессами у студенческой молодежи являются развитие сознания и самосознания, благодаря чему формируется целенаправленное регулирование личностного отношения к окружающей действительности, а также к своей деятельности. Отметим формулировку «целенаправленное регулирование своей деятельности», которая отражает суть процесса самоорганизации деятельности. Акцентируем внимание, что учебно-профессиональная деятельность – ведущий аспект периода ранней юности [2].

К неотъемлемым реалиям данного периода относится также развитие такого процесса, как самообразование, т.е. самопознание, суть которого – установка по отношению к самому себе, включающая развитие рефлексии, которая обуславливает возможную критическую переоценку сформированных к текущему моменту ценностей и смысла жизни и, как правило, их изменение и последующее развитие [2].

Таким образом, студенческая молодежь стремится к личностному самоопределению, при этом находится в поисках смысла жизни в процессе учебной, трудовой и общественной деятельности. В свою очередь, психологическое изучение формирования мотивации – это процесс воспитания мотивационной сферы целостности личности студента.

Активная жизненная позиция молодежи становится важнейшим элементом для развития личности. Эта позиция находит проявление в способности к саморазвитию, самостоятельной организации собственной продуктивной деятельности, а также в стремлении к самореализации. Общество 21 века требует от студентов и выпускников учреждений среднего и высшего образования высокой степени вовлеченности и проявления в профессиональных сообществах, что обуславливает необходимость формирования соответствующих как физических, так и психологических качеств, которые впоследствии могли бы повлиять на развитие способности к самостоятельному регулированию и организации индивидом своей деятельности. Одним из способов повышения самоорганизации деятельности является регулярное занятие физическими упражнениями [1].

Самоорганизация представляет собой процесс, в котором организация сложной динамической системы внутри жизни субъекта создается, воспроизводится или совершенствуется силами самого субъекта. Она осуществляется через формирование новых связей между различными элементами системы жизни личности, возможного перераспределения функций и приоритетов между ними, а также путем выстраивания качественно новых способов взаимодействия с окружающим миром. Самоорганизация является одним из ключевых факторов создания новых и оптимизации старых систем внутри жизни

субъекта. В процессе самоорганизации улучшается адаптация к меняющимся внешним факторам и инициируется индивидуальное саморазвитие личности [5, с. 15].

Степень сформированности самоорганизации можно отследить в процессе развития личности как сложной, динамичной, открытой системы не столько при взаимодействии с внешней средой, сколько во взаимоотношениях личности с индивидуальными параметрами, своей внутренней природой, стратегией развития. Личность как самоорганизующаяся система отличается внутренней активностью, которая проявляется в качествах устойчивости по отношению к внешним воздействиям, осуществлении самореализации, самообновления и саморазвития [5, с. 29].

В связи с приведенным выше тезисом, тенденцией последних лет являются исследования личностных качеств студенческой молодежи, самоорганизующейся в таком виде деятельности, как физическая активность. Физическая активность характеризуется мотивационной направленностью; повышенной требовательностью к улучшению двигательных навыков в процессе деятельности; повышенной требовательностью к психологическим состояниям и качествам личности, а также адекватным условиям, в которых проявляет себя индивид [5, с. 32].

Специфика физической активности, проявляющейся в регулярных занятиях физическими упражнениями в том числе, заключается в изменениях внутри личности, чему наиболее подвержены представители студенческой молодежи в силу социально-психологических особенностей. В процессе регулярного, систематического выполнения этих упражнений можно выявить определенные реакции, паттерны человека, отслеживая, осознавая и корректируя которые, личностное

состояние становится более стабильным, менее подверженным внешним изменениям и ориентирующимся на себя, что особенно необходимо в период студенчества и реализации себя как личности. Также специфика регулярных физических упражнений позволяет регулировать степень активности субъекта. Все это может стать причиной перехода в качественно новое состояние личности, положительно влияя тем самым на степень ее самопонимания, саморегуляции и, как следствие, самоорганизации иных видов деятельности.

Именно поэтому регулярные физические упражнения играют особую роль в самоорганизации деятельности студенческой молодежи, ее целостности, а также оказывают существенное влияние на формирование устойчивости, высокой степени адаптации к изменениям во внешнем мире. Физические упражнения участвуют в поддержании и укреплении психологического состояния и психического здоровья человека, способствуют раскрытию внутреннего потенциала личности представителей студенческой молодежи для самоорганизации собственной деятельности и достижения, благодаря этому, поставленных целей.

Примером реализации такого вида самоорганизации деятельности студентов, как регулярные физические упражнения, является Белорусский государственный университет культуры и искусств (далее – БГУКИ). Базой для выполнения такого рода упражнений являются спортивные залы Спортивно-культурного центра Белорусского государственного университета культуры и искусств (далее – СКЦ БГУКИ), а гарантией регулярности выполнения физических упражнений – учебный план, в котором предусмотрено посещение студентами учебной дисциплины «физическая культура». Специфика физической культуры как учебной дисциплины заключается в том, что, представляя

собой часть общей культуры, физическая культура как учебная дисциплина является обязательным разделом и выступает как гуманитарный компонент образования, ценность которого заключается и проявляется путем гармонизации духовных и физических сил личности [4].

В качестве инструмента для выявления уровня самоорганизации деятельности студенческой молодежи мы предлагаем использовать авторскую психодиагностическую методику, созданную при переводе и расширенной адаптации англоязычного опросника структуры времени (Time Structure Questionnaire, TSQ). Данная методика предназначена для диагностики, выявления сформированности навыков тактического планирования и стратегического целеполагания, особенностей структурирования деятельности, самоорганизации. Авторами тестирования являются Е. Ю. Мандрикова (2010); М. Bond, N. Feather (1988). Методика представляет собой тестирование, состоящее из 25 вопросов и, как отмечено в описании методики, прохождение тестирования занимает около 3 минут. В результатах опросника отражены 3 уровня самоорганизации деятельности: высокий, средний, и низкий. В зависимости от того, какой уровень самоорганизации выявлен у субъекта, предлагается подробное описание специфических особенностей, присущих ему при организации своей деятельности [3].

Прохождение такого рода тестирования позволит студенческой молодежи лучше понять себя, определить свой уровень самоорганизации, а также может выступить мотивирующим фактором для коррекции самоорганизации своей деятельности, что впоследствии может отразиться на степени активности и мотивации личности в учебной деятельности. На наш взгляд, изучение студентами БГУКИ особенностей самоорганизации и роли регулярных физических

упражнений для повышения самоорганизации деятельности, а также выполнение ими предлагаемой диагностики, может стать эффективным способом для повышения мотивации студентов к развитию физической культуры, в том числе на базе СКЦ БГУКИ, мотивации к самопознанию, самообразованию, саморазвитию, повышению представителями студенческой молодежи степени самоорганизации деятельности для достижения поставленных целей и последующих профессиональных успехов.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Влияние физических упражнений на работоспособность студентов [Электронный ресурс] / Л.А. Иванова [и др.]. // Ученые записки университета Лесгафта. – 2022. – №3 (205). – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/vliyanie-fizicheskikh-uprazhneniy-na-rabotosposobnost-studentov>.

2. Карелкин, Е. Н. Социально-психологические особенности студенческой молодежи [Электронный ресурс] / Е. Н. Карелкин // Вестник КРУ МВД России. – 2014. – №4 (26). – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/sotsialno-psihologicheskie-osobennosti-studencheskoy-molodezhi>.

3. Мандрикова, Е. Ю. Разработка опросника самоорганизации деятельности (ОСД) / Е.Ю. Мандрикова // Психологическая диагностика. – 2010. – № 2. – С. 59 – 83.

4. Рукавицын, Д. Б. Специфика физической культуры как учебной дисциплины в БГУКИ / Д. Б. Рукавицын // Теоретические аспекты совершенствования системы профессионально-прикладной физической подготовки студентов творческих вузов : материалы

научной сессии по итогам НИР за 2017 год «Научное обоснование физического воспитания, и совершенствования системы подготовки студентов не профильного вуза» / Белорусский государственный университет культуры искусств ; [сост. Д. Б. Рукавицын]. – Минск, 2017. – С. 60 – 66.

5. Уваров, Е. А. Психология самоорганизации личности как субъекта двигательной деятельности: автореферат дис. ... доктора психологических наук: 13.00.04 / Е. А. Уваров // С.-Петербург. гос. акад. физ. культуры им. П.Ф. Лесгафта. – Санкт-Петербург, 2007. – 50 с.

Перелётова А. А., студент 312 группы
дневной формы обучения
Научный руководитель – Рогачёва О. В.,
кандидат педагогических наук, доцент

СУЩНОСТЬ ИНДИВИДУАЛЬНЫХ ДОСУГОВЫХ СТРАТЕГИЙ МОЛОДЕЖИ КАК СОЦИАЛЬНО-КУЛЬТУРНОГО ЯВЛЕНИЯ

Досуг сегодня – неотъемлемый элемент жизни современного человека. Ежедневный поток информации, мобильная социокультурная среда, ускорение темпа жизни – это те условия, в которых пребывает личность на текущем этапе развития общества. Для того, чтобы организовать свободное время качественно и подходящим для конкретной личности образом, необходимо понимать, что для индивида значит досуг, что побуждает его к досуговой деятельности, является ее движущей силой. Знание о досуге и его проявлениях в жизни отдельных