

УДК 378.1

ББК 74.00

Рецензенты:

Зав. кафедрой «Физическая культура» ФГБОУ ВО «Оренбургский
государственный медицинский университет», к. п. н., доцент
М. А. Ермакова

Зав. отделением ЭСТТ и АТП в Оренбургском филиале РГУ нефти
и газа им. И. М. Губкина, к.т.н., доцент
В. В. Борисов

Попов А. Н., Архипов А. А., Струков И. Г.

НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ФОРМИРОВАНИЯ
ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОЙ ГОТОВНОСТИ СТУДЕНТОВ К
САМОРАЗВИТИЮ В УСЛОВИЯХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОСТРАНСТВА
ВУЗА: учебно-методическое пособие [Текст] / А. Н. Попов, А.А. Архипов, И.
Г. Струков. – Оренбург: Изд-во ОрИПС – филиала СамГУПС, 2018. – 120 с.

Предлагаемое учебно-методическое пособие представляет собой
сборник научно-практических материалов по формированию
психоэмоциональной готовности к саморазвитию у студентов высших
учебных заведений с использованием базовых и вариативных форм
физкультурного образования, что значительно расширяет ценностный
потенциал двигательной активности в решении воспитательных задач по
формированию личности студента.

СОДЕРЖАНИЕ

	С.
ПРЕДИСЛОВИЕ.....	4
Глава 1. Теоретико-методологические основания формирования психоэмоциональной готовности студентов к саморазвитию в условиях образовательного пространства вуза.....	6
1.1. Саморазвитие личности-студента как социально-педагогическая потребность в освоении социокультурных ценностей.....	6
1.2.Телесность как феномен личностного саморазвития и нетрадиционные компоненты психологии физического воспитания и спорта..	11
1.3.Диагностика сформированности основных компонентов психоэмоциональной готовности студентов вузов к саморазвитию.....	22
Глава 2. Моделирование психолого-педагогических процессов в формировании психоэмоциональной готовности студентов вузов к саморазвитию с использованием ценностей физической культуры.....	30
2.1.Ценностный и дидактический потенциал базовой части физического воспитания в формировании психоэмоциональной готовности студентов к саморазвитию.....	30
2.2. Научно-методические компоненты вариативной части физического воспитания и физической культуры в режиме дня в управлении психоэмоциональным состоянием студентов.....	33
2.3.Психофизический тренинг по саморазвитию в системе досуга и рекреации.....	40
2.4.Коллективные игры и упражнения в формировании психоэмоциональной готовности студентов к саморазвитию	58
2.5.Психофизический тренинг в системе самовоспитания и индивидуальных занятий студентов.....	63
Заключение.....	115
Список использованной и цитируемой литературы.....	117