ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА КАК ФАКТОР ФОРМИРОВАНИЯ ЛИЧНОСТИ СТУДЕНТА

Шабалин Р.А., студент ФТиППО
Алтайская государственная академия образования имени В.М. Шукшина, г. Бийск, Р.Ф.
E-mail: shabalinaep@mail.ru

В ходе развития общества физическая культура и спорт, наряду с другими социальными явлениями, постоянно расширяют границы своего влияния на образ жизни людей.

Физическая культура как феномен общей культуры уникальна. По мнению Н.Н. Визитей, она является самым первым и базовым видом культуры, который формируется в человеке [1, с. 89]. Физическая культура значительно влияет на состояние организма, психику и статус человека.

Исторически физическая культура складывалась, прежде всего, под влиянием практических потребностей общества в полноценной физической подготовке подрастающего поколения и взрослого населения к труду. Вместе с тем по мере становления систем образования и воспитания физическая культура становится базовым фактором формирования двигательных умений и навыков.

М.С. Коган считает, что физическая культура по праву называется культурой, поскольку она является способом и результатом преобразования человеком его собственной природной деятельности [2, с. 68].

По мнению В.А. Сластенина, физическое воспитание направлено на решение следующих задач: содействие правильному физическому развитию личности, повышение работоспособности, охрана здоровья; помощь в правильном и полном развитии опорно-двигательного аппарата, что достигается путем гармонического развития всех физических качеств [4, с. 278].

И.П. Подласый выделяет следующие задачи физического воспитания: укрепление здоровья, содействие правильному физическому развитию школьников; овладение физкультурно-спортивными знаниями; выработка двигательных умений и навыков; воспитание нравственных качеств (смелости, настойчивости, дисциплинированности, коллективизма и т.д.); формирование эстетических качеств (осанки, культуры движений и т.д.); выработка привычки к систематическим занятиям физкультурой и спортом [3, с. 94].

Воспитание физической культуры студента – важный и весьма сложный элемент внутреннего управления. Оно осуществляется и направляется совместными скоординированными усилиями всего педагогического коллектива, руководителей, органов студенческого самоуправления при активной поддержке и помощи родителей.

Значение физической культуры и спорта для здоровья, развития и общего состояния человека трудно преувеличить. Спорт помогает встретится с интересными людьми, наладить дружеские взаимоотношения, испытать радость общения и чувствовать себя уверенным. Вместе с этим приходит и необходимость самостоятельной оценки своих физических возможностей и, в соответствии с этим, реально рассчитывать свои силы.

Одна из серьезных воспитательных задач в процессе занятий спортом заключается в том, чтобы обеспечить освоение специальных норм и правил поведения, предусматриваемых «спортивной этикой». В спортивной деятельности и в связи с ней проявляются и формируются многообразные этические отношения: отношения между тренером и студентом, между студентом – членами спортивного коллектива и спортивными соперниками. Эти отношения регламентируются правилами состязаний и другими установками, входящими в понятие «спортивной этики». Так же не менее важным является воспитание спортивного трудолюбия, способности к преодолению специфических трудностей на пути к спортивным достижениям, сильной воли и других личностных качеств и свойств «спортивного характера».

Воспитание спортивного трудолюбия предусматривается в числе центральных задач физического воспитания и реализуется (с опорой на соответствующую мотивацию) через систематическое выполнение тренировочных заданий, связанных с возрастающими нагрузками.

Существенное значение в физическом воспитании студентов имеет воспитание устремленности к спортивной победе, инициативности, настойчивости, смелости, самообладания и других волевых качеств. Спорт называют школой воли. В обыденных ситуациях не так часто приходится сталкиваться с высокими запросами к волевым качествам, как в условиях спортивных состязаний, тренировочных занятий и связанного с ним режимом жизни. Постоянно возникающие в этих условиях объективные и субъективные трудности, самоограничения, вызванные требованиями спортивного режима, которые обязывают противостоять соблазнам обыденных «житейских радостей», необходимость систематически преодолевать инерцию покоя и мобилизовать себя на активные действия вопреки негативным переживаниям – все это непрерывно воспитывает и закаляет волю студента, формирует «спортивный характер», приучает к определенному распорядку дня, вырабатывает в нем целеустремленность.

Литература

1. Визитей Н. Теория физической культуры: к корректировке базовых представлений. М.: Советский спорт, 2009. 189 с.
2. Коган М. С. Психолого-педагогические основы формирования у студентов культуры межэтнического общения : диссертация ... кандидата педагогических наук : 13.00.01 Майкоп, 2002 189 с.
3. Подласый И. П. Педагогика: Новый курс: Учебник для вузов: в 2-х кн.: Кн.2. Процесс воспитания. М.: Владос 2001. 256 с.
4. Сластенин В. А., Исаев И. Ф., Шиянов Е. Н. Педагогика: Учебное пособие для вузов / под ред. В.А. Сластенина. М.: Академия, 2002. 576с.