

Шишкина Анастасия Валерьевна

студентка

Кузнецова Ирина Борисовна

преподаватель

Южно-Российский институт управления (филиал)
ФГБОУ ВО «Российская академия народного хозяйства
и государственной службы при Президенте РФ»
г. Ростов-на-Дону, Ростовская область

ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ НА ЛИЧНОСТЬ СТУДЕНТА

***Аннотация:** в данной работе приведено влияние занятий физической культуры на личность студента. В статье также показано воздействие занятий физкультуры на формирование определенных качеств характера студента.*

***Ключевые слова:** формирование личности, физическая культура.*

Основными тенденциями образовательной политики являются направления на развитие потенциала личности студентов, обеспечение качества их образования и, конечно же, их физического развития.

Студенты могут раскрыть и проявить свои индивидуальные качества и способности, развить интерес к физической культуре.

Цель физического воспитания заключается в формирование личности студента, формирования интереса к занятиям физической культурой, здоровому образу жизни и стремлению к спортивному мастерству.

Формирование личности под влиянием физической культуры [3] рассматривается как субъективное формирование человека, где создаются условия формирования интереса, мотивов, целеустремленности.

Обучение предмету «Физическая культура» способствует определению потенциала студента, развивает творческие, интеллектуальные и физические возможности.

При рассмотрении вопроса формирования личности под влиянием физической культуры можно руководствоваться теоретическими обоснованиями, сформированными в педагогической науке:

1. Физическая культура способствует развитию здорового образа жизни людей, что будет влиять на прогресс общества в целом.
2. Физическая культура позволяет в педагогической практике выделить и реализовать качества личности студента [1].
3. Важным компонентом формирования здоровьесориентированной направленности личности выступает деятельный компонент, что предполагает активное включение студентов в физкультурно-спортивную деятельность вуза.

Спорт и физическая культура, помимо того, что определенным образом влияют на множество сторон человеческой жизни, таких как: ценностные ориентиры, эстетические идеалы, нравственно-интеллектуальные характеристики, трудовая деятельность, положение в обществе и авторитет, стали важным средством, способствующим развитию мышечного скелета, укреплению и охране его здоровья. При этом спорт и физическая культура затрагивает сферу общения, в которой люди проявляют свою социальную активность.

Физкультура способствует отражению широкой гаммы человеческих эмоций, заставляя человека огорчаться при поражении и ликовать при победе. Благодаря спорту, студенты чувствуют сопричастность к спортивной деятельности. Это помогает им реализоваться в социуме, а также дает возможность для выражения собственного «Я».

Социальный феномен физической культуры выражается в стремлении студентов широко ее использовать во благо себе и обществу.

Эта часть культуры является средством воспитания в человеке наиболее важных качеств, помогает развить способности к труду, что является неотъемлемой частью жизнедеятельности человека.

Спорт помогает раскрывать студенту свой потенциал, познавать свои скрытые способности, благодаря чему развиваются такие качества личности, как:

уверенность в себе, смелость, желание преодолевать трудности, решительность и т. д.

Физическая культура является важнейшим инструментом, при формировании здорового студента, который гармонично сочетал бы в себе физические и духовные (моральные) аспекты. Она оказывает влияние на социальную, трудовую и экономическую активность.

При занятиях физической культурой у студента развивается множество моральных волевых качеств: товарищество, смелость, организованность, находчивость, честность, дисциплинированность и решительность.

Некоторые считают, что физическая культура никак не может повлиять на личность студента. Но это совсем не так, и мы это доказали. Занятия физической культурой тренируют не только наше тело, но и наш характер, мозг, душу и личность в целом. Любой студент, занимаясь спортом, может изменить свою жизнь к лучшему. Например, избавиться от вредных привычек, изменить свое отношение к людям и к окружающему миру в положительную сторону и многое другое. Главное начать!

Список литературы

1. Айвазова Е.С. Технология формирования нравственно-волевой сферы студентов средствами физической культуры / Е.С. Айвазова, Е.Н. Дорофеева // Образование. Наука. Инновации: Южное измерение. – Ростов н/Д, 2015. – №3 (41). – С. 104–112.

2. Валетов М.Р. Формирование здоровьесориентированной направленности личности студентов в процессе физического воспитания: Автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / М.Р. Валетов. – Челябинск, 2006. – 17 с.

3. Коржак А.В. Формирование личностных характеристик будущих сотрудников таможенных органов посредством физической культуры / А.В. Коржак, А.Д. Селиванов, Е.С. Айвазова // Научные исследования: теория, методика и практика: Материалы Междунар. науч.-практ.конф. (Чебоксары, 21 мая 2017 г.): В 2 т. Т. 1 / Редкол. О.Н. Широков [и др.]. – Чебоксары: ЦНС «Интерактив плюс», 2017. – С. 130–132.

4. Рыжков П.А. Развитие физической культуры и спорта приоритетное направление социальной политики государства // Теория и практика физической культуры. – 2002. – №1. – С. 2–8.

5. Сафронов Д. Влияние физической культуры и спорта на становление творческого стиля профессиональной деятельности студента / Д. Сафронов, Л.Н. Слепова, Л.Б. Дижонова, Т.Н. Хаирова // Успехи современного естествознания. – 2013. – №10 – С. 189.