

Тихонова Мария Сергеевна

студентка

Симоненкова Светлана Игоревна

студентка

Айвазова Елена Сергеевна

канд. пед. наук, доцент

Южно-Российский институт

управления (филиал)

ФГБОУ ВПО «Российская академия народного

хозяйства и государственной

службы при Президенте РФ»

г. Ростов-на-Дону, Ростовская область

ФОРМИРОВАНИЕ СОЦИАЛЬНО-ДУХОВНЫХ ЦЕННОСТЕЙ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЁЖИ В ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

***Аннотация:** данная статья посвящена месту и роли физического воспитания как дисциплины в процессе обучения студентов в системе российского образования. В статье предложены пути и обозначены задачи, способствующие повышению духовных и социальных ценностей современной молодежи.*

***Ключевые слова:** физическая культура, физическое воспитание, государственные служащие, молодёжь, спорт, здоровый образ жизни, личность.*

Физическая культура определена в высших учебных заведениях как учебная дисциплина, и, безусловно, как важнейший компонент целостного развития личности. Для того чтобы исследовать основные аспекты влияния физической культуры на развитие личности человека, следует разобраться, в каких сферах человеческой жизни она задействована, какое место занимает в общественном сознании, и особенно, в сознании и восприятии молодёжи.

«В здоровом теле – здоровый дух!» – это крылатое латинское выражение подразумевает, что, оставаясь здоровым физически, мы обретаем и душевную гармонию, уравновешенность и ясность мысли.

Являясь составной частью общей культуры и профессиональной подготовки студента в течение периода обучения, занятия физической культурой входят в структуру образования обязательно. Ее значимость проявляется через гармонизацию духовных и физических сил, а также через формирование общечеловеческих ценностей [1], например таких, как здоровье, физическое и психическое благополучие, духовное и физическое развитие. Кроме того, многие профессии требуют хорошей физической подготовки.

Культура физическая должна всемерно способствовать росту экономического и оборонного потенциала страны, удовлетворению духовных потребностей людей, быть действенным средством всестороннего гармонического развития личности, формирования активной жизненной позиции. Являясь особым подвидом культуры и, исходя из этого, физическая культура является огромной сферой творческой деятельности по созиданию физической готовности людей к жизни [2].

В современности общество признает важность и необходимость здорового образа жизни, это направление развивается, и в основном, на наш взгляд, главным двигателем здорового образа жизни общества является молодое поколение. Студенчество – период жизни человека, когда у него есть возможность посвящать значительную часть свободного времени своим интересам, новым возможностям, развитию. Можно даже сказать, что быть здоровым, в хорошей физической форме, заниматься в спортзале – стало модным. А благодаря активности в социальных сетях все больше людей узнает о положительном влиянии спорта, правильном питании, что делает это направление популярным. Как ни странно, люди, занимающиеся физической культурой, всегда хорошо выглядят, и многие хотят быть на них похожими.

Кроме того, молодость – это период, когда человек наиболее активно овладевает целым комплексом социальных функций взрослого человека. Это профессиональные компетенции, гражданственность, общественная активность, политические убеждения. В частности, от состояния здоровья, физического развития, физической подготовленности, степени работоспособности будущих специалистов во многом зависит выполнение ими социально-профессиональных функций. То есть выпускник вуза должен стать комплексно саморазвивающейся личностью [4].

Важно понимать, что физическая культура – это не что иное, как общественное явление, которое всегда находится в тесной взаимосвязи с экономической сферой, культурой, общественно-политическим строем, состоянием здравоохранения, воспитанием людей. Культура физическая представляет собой сложное общественное явление, функции которого не ограничиваются решением задач физического развития, а выполняет и другие социальные функции общества в области морали, этики, нравственного развития. Она дисциплинирует и создает фундамент личности, характер. В этом и состоит, по нашему мнению, ее значимость и роль в процессе формирования личности.

На собственном примере хотелось бы отметить, что занятия физической культурой, разными видами спорта воспитывают в нас такие важные качества личности, как целеустремленность, усердие, тренируют силу воли. Кроме того, физкультура помогает чувствовать себя бодро посреди учебной недели, и даже помогает снять чувство усталости, утомленности. Это значит, что занятия физкультурой носят не только фундаментальный общественный, но и локальный характер, улучшая настроение и состояние каждого из тех, кто ею занимается.

В интересах своего совершенствования человек использует такие средства физической культуры как физические упражнения, естественные силы природы, гигиенические факторы. Огромное значение имеют режим труда, быта, питания и отдыха. Еще одной важной особенностью физической культуры как института формирования социально-духовных ценностей молодежи является факт, что она

является одной из тех областей социальной деятельности, в которой формируется и реализуется социальная активность людей. Она отражает состояние общества в целом, служит одной из форм проявления его социальной, политической и моральной структуры. Все это свидетельствует о том, что физическая культура является естественной частью культуры общества. К духовным ценностям физической культуры личности относятся специальные знания в области внутреннего развития человека, идеалы физического совершенства (спортивного мастерства), к которым стремится каждый конкретный человек. Кроме того, среди духовных ценностей физической культуры и представления о способах их достижения высоких результатов, и знание истории и особенностей того или иного вида спорта и возможные перспективы его развития [5].

Физическая культура должна способствовать проявлению лучших свойств личности студента, реализуя при этом на высоком эмоциональном уровне одну из важнейших общественных потребностей – общение с людьми. Таким образом, развивается коммуникативный навык, немаловажный для будущего каждого человека. Преимущества культуры физической как социального явления заключаются в том, что её «язык» доступен и понятен каждому человеку. А пользу для здоровья сложно переоценить. Физическая культура занимает одно из центральных мест в культурной жизни общества по силе воздействия на человека и как одна из сфер социальной деятельности она является важным средством обогащения культуры [6] этого общества.

Потенциальные возможности в области двигательной деятельности, которыми человек наделен от природы и которые он в течение жизни использует недостаточно, физическая культура позволяет раскрыть, развить в полной мере. При этом расширяются представления о возможных резервах и «пределах» развития физических качеств. Зачастую, когда человек открывает для себя подобную возможность развития, это побуждает к действию, к стремлению добиться успеха в данной сфере, что также положительно сказывается на здоровье и личностных качествах.

Многогранный характер физической культуры ставит ее в число областей общественно полезной деятельности, в которых формируется социальная активность и проявляется творчество студенческой молодежи. Многочисленные наблюдения ученых позволяют утверждать, что навыки общественной и профессиональной деятельности, приобретенные благодаря занятиям физической культурой, успешно переносятся на другие виды деятельности. Физическая культура и спорт способствует воспитанию и проявлению в специфических формах и направлениях некоторые аспекты сущности человека – характер, волю, решительность, создает условия общественной деятельности.

Комплексность решений задач физического воспитания в вузе обеспечивает готовность его выпускников к более активной трудовой деятельности, способность быстрее овладевать профессиональными навыками, осваивать новые специальные знания и умения.

В процессе физического воспитания вырабатываются навыки здорового образа жизни. Соблюдение таких гигиенических норм как правильная организация рабочего времени, режим труда и отдыха, создание хорошего психологического климата в студенческих коллективах, систематические занятия физической культурой – необходимые условия здорового образа жизни [6]. Огромное значение имеет сознательное отношение к занятиям физическими упражнениями. Необходимо всегда помнить, что регулярные занятия физической культурой и спортом способствуют сохранению молодости, укреплению здоровья, активному долголетию, что в свою очередь является залогом плодотворной трудовой деятельности. Важнейшая роль физического воспитания проявляется в решении задач трудового воспитания, формировании деятельной, общественно полезной личности [3].

Процесс физического воспитания способствует формированию целостной личности, способной адекватно действовать в изменяющемся социокультурном мире. Социально-духовные ценности является многогранным феноменом безопасности, здоровьесформирующей деятельности, включающей в себя совокупность философских, культурных, научных, образовательных, эстетических и

нравственных идеалов. То есть эти ценности являются стержнем и основой человеческой жизни и её безопасности.

Список литературы

1. Евсеев В.В. Формирование физической культуры студентов в образовательном процессе вуза: Дисс. канд. пед. наук. – СПб., 2004. – 210 с.
2. Ковалева О.И. Личностно ориентированное обучение студентов современных вузов как фактор сохранности здоровья: Дис. канд. пед. наук. – Ставрополь, 2004. – 160 с.
3. Лукьяненко В.П. Физическая культура: основы знаний: Учебное пособие / В.П. Лукьяненко. – Ставрополь: Изд-во СГУ, 2003. – 224 с.
4. Соловьёв Г.М. Формирование социально-духовных ценностей здоровьесберегающей жизнедеятельности студенческой молодёжи средствами физической культуры: Монография / Г.М. Соловьёв, И.Р. Тарасенко. – М.: Илекса, 2010. – 194 с.
5. Тарасенко И.Р. Формирование социально-духовных ценностей средствами физической культуры в процессе профессиональной подготовки студенческой молодежи: Автореф. дис. канд. пед. наук / И.Р. Тарасенко. – Ставрополь: СГУ, 2005. – 22 с.
6. Общие понятия теории физической культуры [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://otherreferats.allbest.ru/sport/00102135_0.html