(cc) BY

Автор:

Кудинов Сергей Сергеевич

студент

Научный руководитель:

Бурякова Татьяна Сергеевна

старший преподаватель

ФГБОУ ВО «Ростовский государственный университет путей сообщения»

г. Ростов-на-Дону, Ростовская область

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В СИСТЕМЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

Аннотация*: на сегодняшний день система высшего образования выдвигает учащимся новые стандарты и множество новых дисциплин для освоения ими учебной программы выбранной специальности. Все это повышает интенсивность процесса обучения и требует от студента выдерживать большие психоэмоциональные нагрузки. На основе этого рассматривается роль дисциплины «физическая культура» в образовательном процессе высшего профессионального образования.*

Ключевые слова*: физическая культура, высшее образование, спорт.*

За последние годы физическую культуру в высших учебных заведениях отодвинули на второй план и вследствие этого около 50% студентов российских вузов имеют отклонения в состоянии опорно-двигательного аппарата, 20% имеют избыточный вес, а интенсивность заболеваний непрерывно увеличивается.

Давно известен факт: физическое здоровье является связующим звеном интеллектуального, эмоционального и духовно-нравственного воспитания личности. Для того чтобы решать сложные аналитические задачи необходимо иметь способность преодолевать эмоциональные и физические перегрузки. Физическая культура имеет все средства для воспитания у студентов таких способностей, а значит, есть необходимость обратить на эту дисциплину должное внимание.

Цель статьи: Рассмотреть роль дисциплины «Физическая культура» в образовательном процессе высшего профессионального образования.

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Для достижения поставленных целей необходимо дать ответы на следующие вопросы:

Какую роль и какое место должна занимать данная дисциплина, и из каких условий должна исходить физическая культура в высших учебных заведениях?

Как физическая культура влияет на духовно-нравственное воспитание студентов?

Физическая культура – это часть общей культуры общества, направленная на укрепление и повышение уровня здоровья, всестороннее развитие физических способностей и использование их в общественной практике и повседневной жизни.

Очень важно проводить занятия по физической культуре, и это связано с тем, что возрастает и изменяется характер нагрузок на организм, из-за усложнения общественной жизни, увеличения рисков техногенного, экологического, политического и военного характера, которые провоцируют негативные сдвиги в состоянии здоровья.

Главной целью воспитания в рамках физической культуры студентов вуза считается проведение комплекса организационно-методических, пропагандистских и воспитательных мер, которые способны обеспечить оздоровление студентов средствами физической культуры и спорта.

Физическое воспитание – это вид воспитания, специфическим содержанием которого являются обучение движениям, воспитание физических качеств, овладение специальными физкультурными знаниями и формирование осознанной потребности в физкультурных занятиях.

Очень важную роль для формирования здоровья, мышления, которое ориентировано на студентов, занимает личность преподавателя физического воспитания, который является не только сторонником здорового образа жизни, но и хорошо владеет такой технологией, которая позволит сформировать у студентов практические навыки профилактического толка. Условием для развития личности студентов становятся инновационные педагогические подходы, которые

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

позволяют осуществлять воспитание для сохранения и укрепления здоровья, как ценности.

В системе высшего образования предмет физической культуры должен иметь такое содержание, которое бы соответствовало некоторым условиям:

– предмет физическая культура должен способствовать всестороннему физическому развитию студентов, при этом соответствуя интересам социума, т.е. общества;

– предмет физическая культура должен стимулировать студентов поддерживать здоровый образ жизни;

– предмет физическая культура должен помочь укрепить здоровье каждого из студентов, развить культуру собственного тела способствовать развитию культуры собственного тела и направлять на участие в спортивной жизни университета;

– предмет физическая культура должен заинтересовать студентов и мотивировать их принимать участие в спортивных мероприятиях, проходящих в университете;

– предмет физическая культура должен сформировать определенные знания, навыки и умения в данной области.

А как же физкультура влияет на духовно нравственное воспитание студентов? Для духовно-нравственного возрождения российского общества необходимо образованное, физически развитое, нравственно чистое, духовно богатое поколение. Вместе с тем, воспитание молодежи в современном обществе реализуется в период политических и экономических реформ, которые препятствуют улучшению культурной жизни людей. Негативные процессы в социальной жизни сопровождаются разрушением нравственно-этических норм; уклада семьи; ухудшением здоровья людей и снижением уровня их физической подготовленности; распространением социально обоснованных болезней, ростом депрессий, агрессивности, стрессов. На таком социальном фоне высокие духовные и нравственности ценности, такие как: любовь к Родине, забота о ближних, само

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

ценность личности, стремление к доброте и отвержение насилия по отношению к другим утрачивают свое былое значение.

В процессе занятий физической культурой студенты включаются в процесс самопознания и самосознания. Эти процессы организовываются относительно изучения своего физического состояния и сферы духовно-нравственной жизни. Уровень развития физических способностей характеризуется показателями телосложения и показателями здоровья, отражающих функциональное состояние физиологических систем организма. Физическая подготовленность как результат физической подготовки выражается в показателях развития физических качеств (силы, скоростно-силовых, скоростных, выносливости, координационных и так далее), определяется в процессе сдачи тестовых упражнений. Студенты непосредственно принимают участие в процессе самопознания. Например, оценка физического состояния происходит до, и после выполнение физических упражнений и по общему самочувствию и частоте сердечных сокращений представляется возможным определить реакцию организма. Самооценка своего физического состояния и умение находить причины несовершенства, тем заметнее способствует осознанию недостаточно высокого уровня знаний в области физического самовоспитания и необходимой работы над собой и физически самосовершенствоваться.

Самопознание духовно-нравственной сферы осуществляется относительно знаний отечественной культуры, истории и духовного наследия родного края. Физическая культура направляет человека на подражание великим спортсменам, воинам, которые благодаря своей физической развитости смогли стать известными личностями и войти в историю. Наряду с желанием быть физически здоровым, появляется стремление и к совершенствованию в духовно-нравственной стороне жизни, а соответственно возникает желание учиться, развиваться и непрерывно стремиться к познанию мира как единой системы.

Проанализировав вышеперечисленные условия, можно еще раз отметить, что физическая культура очень важна и ее роль достаточно велика в образовательном процессе. Следовательно, в структуре высшего образования предмет

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

физическая культура должен занимать одно из ведущих мест среди других предметов; немаловажную роль должен играть при решении важных общепедагогических задач и способствовать формированию у студентов правильного и здорового образа жизни.

Следует отметить, что предмет физическая культура оказывает влияние на воспитание студентов духовно-нравственно. Также на занятиях по физической культуре студенты включаются в процесс самопознания и самосознания, т. е. это подразумевает собой физическое состояние каждого студента и сферу духовно-нравственной жизни.

Таким образом, физическая культура в учебных заведениях высшего профессионального образования способствует формированию таких личностных качеств студентов как трудолюбие, стремление к своей цели, активная деятельность в общественной жизни, учит принимать на себя ответственность и контролировать себя. Также, физическая культура формирует духовно-нравственные ценности, что непременно подчеркивает важную роль данного предмета и его место в системе образования. Если преподаватели физической культуры в вузах смогут сформировать у студентов желание развиваться и самосовершенствоваться, то им будет намного проще принимать ответственные решения и решать сложные задачи в разных областях жизнедеятельности.

Список литературы

1. Барчуков И.С. Физическая культура и спорт. Методология, теория, практика / И.С. Барчуков, А.А. Нестеров. – М., 2007. – С. 584.

2. Кайнова Э.Б. Общая педагогика физической культуры и спорта. – СПб., 2007. – С. 144.

3. Решетников Н.В. Физическая культура / Н.В. Решетников, Ю.Л. Кислицын, Р.Л. Палтиевич, Г.И. Погадаев. – М., 2008. – С. 176.

4. Теория и организация адаптивной физической культуры. Содержание и методики адаптивной физической культуры и ее основных видов. В 2 т. Т. 2. – М., 2007. – С. 448.

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

5. Цветков И.С. Роль и место физической культуры в системе высшего образования [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://www.scienceforum.ru/2014/496/1234 (дата обращения: 12.04.2018).

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)