

Бабенко Н.О.

*Научный руководитель: ст. преподаватель О.Н. Уколова
Муромский институт (филиал) федерального государственного образовательного
учреждения высшего образования «Владимирский государственный университет
имени Александра Григорьевича и Николая Григорьевича Столетовых»
602264, г. Муром, Владимирская обл., ул. Орловская, 23
E-mail: lady.babencko2015@yandex.ru*

Современные научные подходы к физическому воспитанию студентов

Современные реалии развития мирового сообщества выдвигают новые требования к системе высшего профессионального образования, а именно к подготовке специалиста, который был бы ориентирован на развитие и укрепление своего здоровья. Существует необходимость получения в высшем учебном заведении не только профессиональных знаний, но и формирование потребности у студентов в регулярном занятии физической культурой. В настоящий момент особую важность и актуальность приобретают вопросы, касающиеся состояния здоровья учащихся, формирование у молодежи ценностной ориентации и мышления относительно укрепления своего здоровья, не только в стенах вуза, но и за его пределами. Все более очевидной становится зависимость системы подготовки специалистов от социальных условий. В период перехода к динамическому развитию общества, когда социальные условия кардинально меняются, требуется обеспечить выпуск всесторонне образованных специалистов широкого профиля, в том числе и в области физической подготовки.

Физическое воспитание личности – это процесс формирования физической культуры, посредством физических упражнений. На сегодняшний день существует программа физического воспитания в вузах, которая направлена в основном на развитие у студентов определенных физических качеств и физическую подготовленность. Такая направленность физического воспитания не в полной мере соответствует требованиям современного общества, так как физическая подготовленность личности сохраняется лишь в период обучения в вузе, либо если условия будущей профессиональной деятельности специалиста требуют от него определенных физических качеств и навыков. По той причине, что условия труда выпускников вузов не могут быть заранее спрогнозированы в связи с постоянно меняющейся технологией производства, физическое воспитание во время учебы должно создавать предпосылки для дальнейшего самовоспитания и самосовершенствования. М.Я. Виленский и А.П.Внуков под физическим самосовершенствованием понимают совокупность приемов и видов жизнедеятельности, определяющих и регулирующих позицию человека в отношении своего физического развития, подготовленности и состояния здоровья.

Обязательным условием физического воспитания является включение специальных процедур самонаблюдения, самооценки и самоанализа, которые называются рефлексией. Физическое воспитание студентов осуществляется не только на основании знаний, умений и навыков, но и за счет самовоспитания и самосовершенствования личности. Чтобы этого достичь, особое внимание требуется уделить формированию духовной сфере личности студента, его самосознанию. Этого добиться не так просто, ведь деятельность студента в сфере свободного времяпровождения не поддается регулированию. Возможно лишь косвенное регулирование через субъективные цели самого человека. Таким образом, физическая культура превращается в активный фактор становления личности студента только тогда, когда она приобретает личностно-индивидуальную ценность для него.

В связи с повышением социально-экономического значения качества профессиональной подготовки специалистов, физическое воспитание в системе высшего образования должно опираться на новые технологии преподавания. Также необходимо избегать технократизации, которая проникает в физическую культуру. Технократизация физического воспитания основывается на подчинении человека развитию научно-технического прогресса. Сам индивид начинается рассматриваться в качестве живой машины, у которой необходимо повысить запас физической прочности, сделать ее более выносливой и работоспособной. Поэтому в условиях современного постиндустриального общества не следует забывать о гуманистическом

направлении физической культуры, которое является противопоставлением техническому. Данное направление подразумевает единство человека и природы, гармонию и целостность социального и биологического, физического и психологического.

Существует также такое понятие, как непрофессиональное физкультурное образование. Оно подразумевает более глубокое освоение достижений физической культуры в условиях физкультурной деятельности, когда человек может осваивать уже существующие и даже создавать новые способы использования средств физической культуры в зависимости от меняющихся ситуаций жизнедеятельности. При этом у человека формируется ценностное отношение к физической культуре, к целям ее использования, а также к способности проектировать и реализовывать программы физкультурных занятий. Непрофессиональное физкультурное образование отражает в сознании индивида результаты и перспективы использования средств физической культуры и спорта как лично им, там и в его окружении: в кругу семьи, друзей, родственников.

В педагогической литературе наибольший акцент уделяется особенностям передачи знаний и формированию умений и навыков. Наименьшее внимание уделяется рассмотрению проблемы способностей индивида. Способности проявляются лишь в процессе человеческой деятельности. Физические способности – это предпосылка для успешного овладения тем или иным видом деятельности. Ведь только тогда у человека будет сформирована физическая культура, когда он овладеет специальными навыками, умениями и качествами. Но в чем же все-таки проявляется физическая культура личности? Это качественное состояние характеризуется 3мя признаками. Первый признак заключает в себе наличие специальных знаний в области всестороннего физического развития. Следующий компонент – это специальные двигательные навыки и умения, которые человек получает при рождении, но при этом развивать он их начинает только в процессе обучения и воспитания. И наконец, третий признак – это осознанное отношение личности к своим физическим возможностям.

Физкультурное образование человека следует рассматривать как способ формирования физических способностей и собственных представлений об укреплении и поддержании здорового образа жизни. Таким образом, физическое воспитание можно считать сформированным только тогда, когда студент начинает сам понимать как ему создавать свою собственную систему занятий.

Литература

1. Григорьев В. И., Давиденко Д. Н., Малинина С. В. Фитнес-культура студентов: теория и практика : учеб. пособие. СПб., 2010.
2. Русакова Н.Г. Индивидуально-типологические особенности становления организованности у студентов как условия успешности их обучения. монография / Н.Г. Русакова; Восточная экономико-юридическая гуманитарная акад. (Акад. ВЭГУ). Уфа, 2012.
3. Семенова М. А., Кузнецова Т. И. Роль физической культуры в формировании здоровьесберегающих установок учащейся молодежи // Среднее профессиональное образование. — 2006. — № 9. — С. 64–65.