

## **Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов**

С.Н.КРИВИЧ

*Харьковская национальная академия городского хозяйства*

Понятие «культура» можно определить как степень раскрытия потенциальных возможностей личности в различных областях деятельности. Культура представлена в результатах материальной и духовной деятельности человека; он познает культуру, зафиксированную в духовных и материальных ценностях, действует в социальной среде как носитель культурных ценностей, создает новые ценности, необходимые для развития культуры последующих поколений.

Физическая культура — органическая часть общечеловеческой культуры, ее особая самостоятельная область. Вместе с тем это специфический процесс и результат человеческой деятельности, средство и способ физического совершенствования личности. Физическая культура воздействует на жизненноважные стороны индивида, полученные в виде задатков, которые передаются генетически и развиваются в процессе жизни под влиянием воспитания, деятельности и окружающей среды. Физическая культура удовлетворяет социальные потребности в общении, игре, развлечении, в некоторых формах самовыражения личности через социальноактивную полезную деятельность.

В своей основе физическая культура имеет целесообразную двигательную деятельность в форме физических упражнений, позволяющих эффективно формировать необходимые умения и навыки, физические способности, оптимизировать состояние здоровья и работоспособность. Физическая культура представлена совокупностью материальных и духовных ценностей. К первым относятся спортивные ооружения, инвентарь, специальное оборудование, спортивная экипировка, медицинское обеспечение. К вторым можно отнести информацию, произведения искусства, разнообразные виды спорта, игры, комплексы физических упражнений, этические нормы, регулирующие поведение человека в процессе физкультурно-спортивной деятельности, и др. И развитых формах физическая культура продуцирует эстетические ценности (физкультурные парады, спортивно-показательные выступления и др.).

Результатом деятельности в физической культуре является физическая подготовленность и степень совершенства двигательных умений и навыков, высокий уровень развития жизненных сил, спортивные достижения, нравственное, эстетическое, интеллектуальное развитие.

Итак, физическую культуру следует рассматривать как особый род культурной деятельности, результаты которой полезны для общества и личности. В социальной жизни в системе образования, воспитания, в сфере организации труда, повседневного быта, здорового отдыха физическая культура проявляет свое воспитательное, образовательное, оздоровительное, экономическое и общекультурное значение, способствует возникновению такого социального течения, как физкультурное движение, т.е. совместная деятельность людей по использованию, распространению и умножению ценностей физической культуры.

**Цель исследования:** совершенствование воспитательного процесса студентов по дисциплине «физическая культура» в системе высшего профессионального образования не физкультурного профиля.

**Объект исследования:** физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов вуза нефизкультурного профиля.

**Предмет исследования:** культууроформирующая технология физического воспитания студентов вуза нефизкультурного профиля.

**Задачи исследования:**

1. Определить динамику состояния культурнофизического развития студентов вуза нефизкультурного профиля.

2. Разработать культууроформирующую технологию на основе занятий физической культуры для студентов вуза нефизкультурного профиля.

3. Экспериментально апробировать модель культууроформирующей технологии на основе занятий физической культуры для студентов вуза нефизкультурного профиля.

Гипотеза исследования: предполагалось, что внедрение в воспитательный процесс по дисциплине «Физическая культура» культууроформирующей технологии для студентов вуза нефизкультурного профиля будет способствовать повышению уровня культурного, психического и социально-нравственного состояния студентов.

**Методическую и теоретическую основу исследования составили:** теория физической культуры (Виленский М.Я., 1979; Ашмарин Б.А., 1990; Минаев Б.Н., Шиян Б.М., 1989; Матвеев Л.П., 2002; Холодов Ж.К.,

2003; Гурвич Т.Ю., 2003; Максименко А.М., 2005 и др.); медико-биологические основы физической культуры (Мильнер Е.Г., 1990; Никитюк Б.А., Гладышева А.А., 1989); теория адаптации (Никитюк Б.А., 1989; Андропова М.В., 1982; Фомин Н.А., 2003); социологическая концепция физической культуры и спорта (Лубышева Л.И., 2001); идеи концепции физического здоровья (Мильнер Е.Г., 1990; Хутиев Т.В., 1991; Солодков А.С., Сологуб Е.В., 2001 и др.); теория оздоровительной физической культуры учащейся молодежи (Лаптев А.П., 1986; Виноградов П.А., 1996; Бальсевич В.К., 1997; Любимова Г.И., 1999; Селуянов В.Н., 200; Опейник М.В., 2008; Рязанцев А.А., 2009).

### **Научная новизна исследования:**

- получены новые данные о состоянии культурного, психического и социально-нравственного состояния студентов, обучающихся в вузе нефизкультурного профиля, в частности Харьковской академии городского хозяйства;

- разработана культурноформирующая технология на основе занятий физической культурой для студентов, обучающихся в вузе нефизкультурного профиля;

- экспериментально обоснована программа, представленная в виде культуроформирующей технологии на основе занятий физической культурой, позволяющая повысить уровень культурного, психического и социально-нравственного состояния студентов в процессе обучения в вузе.

**Практическая значимость исследования** заключается в том, что предложенная технология позволяет повысить уровень культурного, психического и социально-нравственного состояния студентов в процессе обучения в вузе. Результаты исследования могут быть использованы:

- профессорско-преподавательским составом кафедр физического воспитания при разработке программного материала по дисциплине «Физическая культура» для студентов, обучающихся в вузах нефизкультурного профиля;

- в педагогической практике преподавателей физической культуры;

- на курсах повышения квалификации преподавателей вузов и колледжей.

### **Выводы**

**Физическая культура** — основа социально-культурного бытия индивида, основополагающая модификация его общей и профессиональной культуры. Как интегрированный результат воспитания и профессиональной подготовки она проявляется в

отношении человека к своему здоровью, физическим возможностям и способностям, в образе жизни и профессиональной деятельности и предстает в единстве знаний, убеждений, ценностных ориентации и в их практическом воплощении.

Физическая культура выступает как интегральное качество личности, как условие и предпосылка эффективной учебно-профессиональной деятельности, как обобщенный показатель профессиональной культуры будущего специалиста и как цель саморазвития и самосовершенствования. Она характеризует свободное, сознательное самоопределение личности, которая на разных этапах жизненного развития из множества ценностей избирает, осваивает те, которые для нее наиболее, значимы.

### **Физическая культура студента**

Мотивационно-ценностный компонент отражает активно положительное эмоциональное отношение к физической культуре, сформированную потребность в ней, систему знаний, интересов, мотивов и убеждений, организующих и направляющих волевые усилия личности, познавательную и практическую деятельность по овладению ценностями физической культуры, нацеленность на здоровый образ жизни, физическое совершенствование.

Кругозор личности в сфере физической культуры определяют знания. Их можно разделить на теоретические, методические и практические. Теоретические знания охватывают историю развития физической культуры, закономерности работы организма человека в двигательной деятельности и выполнения двигательных действий, физического самовоспитания и самосовершенствования. Эти знания необходимы для объяснения и связаны с вопросом «почему?» Методические знания обеспечивают возможность получить ответ на вопрос: «как использовать теоретические знания на практике, как самообучаться, саморазвиваться, самосовершенствоваться в сфере физической культуры?» Практические знания характеризуют ответ на вопрос: «как эффективно выполнять то или иное физическое упражнение, двигательное действие?» Знания необходимы для самопознания личности в процессе физкультурно-спортивной деятельности. Прежде всего это относится к самосознанию, т.е. осознанию себя как личности, осознанию своих интересов, стремлений, переживаний. Переживание различных эмоций, сопровождающих самопознание, формирует отношение к себе и образует самооценку личности. Она имеет две стороны — содержательную (знания) и эмоциональную (отношение). Знания о себе соотносятся сознаниями о других и с идеалом. В результате

выносится суждение, что у индивида лучше, а что хуже, чем у других, и как соответствовать идеалу. Таким образом, самооценка — это результат сравнительного познания себя, а не просто констатация на личных возможностях. В связи с самооценкой возникают такие личностные качества, как самоуважение, тщеславие, честолюбие. Самооценка имеет ряд функций: сравнительного познания себя (чего я стою); прогностическая (что я могу); регулятивная (что я должен сделать, чтобы не потерять самоуважение, иметь душевный комфорт). Студент ставит перед собой цели определенной трудности, т.е. имеет определенный уровень притязаний, который должен быть адекватным его реальным возможностям. Если уровень притязаний занижен, то это может сковывать инициативу и активность личности в физическом совершенствовании; завышенный уровень может привести к разочарованию в занятиях, потере веры в свои силы. Убеждения определяют направленность оценок и взглядов личности в сфере физической культуры, побуждают ее активность, становятся принципами ее поведения. Они отражают мировоззрение студента и придают его поступкам особую значимость и направленность.

Потребности в физической культуре — главная побудительная, направляющая и регулирующая сила поведения личности.

В соответствии с государственным образовательным стандартом высшего профессионального образования физическая культура с 1994г. объявлена обязательной дисциплиной гуманитарного образовательного цикла.

Гуманитарные знания дают возможность преодолеть технократическое и узкопрофессиональное мышление будущего, специалиста, воспитывают духовно богатую личность, обладающую развитым чувством социально-профессиональной и нравственной ответственности. Системная и целенаправленная гуманитарная подготовка и формируемая в ее процессе личностная культура студента определяют свойства его адаптивности, самообучаемости, самостоятельности и инициативности как будущего специалиста, закладывая тем самым основы его высокого профессионализма.

#### **Список литературы:**

1. Адаптация организма учащихся к учебной и физическим нагрузкам Текст. / под ред. А.Г. Хрипковой, М.В. Андроповой// Научно-исслед. ин-т физиологии детей и подростков АПН СССР. М: Просвещение, 1982. - 240 с.
2. Актуальные направления и методы научных исследований по физической культуре в вузе Текст.: методическое пособие / под общ.ред. В.А. Щеголева, В.Г. Щербакова. СПб., 1999. - 128 с.
3. Физическая культура студента: учебник под общ.ред. профессора В.И. Ильинича. Москва 2000., 14-35с.

