

ФОРМУВАННЯ СПОРТИВНОЇ КУЛЬТУРИ ОСОБИСТОСТІ СТУДЕНТІВ НА ЗАНЯТТЯХ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

У статті аналізується поняття спортивної культури людини. Наведено характеристику впливу занять з фізичного виховання на формування спортивної культури студентів вищих навчальних закладів.

Ключові слова: ВНЗ, вплив, заняття, особистість, розвиток, спортивна культура, студент, формування, якість.

Актуальність проблеми

В сучасних студентів спостерігається помітний недолік фізкультурної й спортивної освіти, і як наслідок, байдужість до цінностей спортивної культури. Заняття спортом не тільки сприяють покращенню фізичного здоров'я й фізичному вдосконаленню студентів, такі заняття також включають широкий комплекс виховних, оздоровчих й профілактичних впливів, що сприяють індивідуально-особистісній орієнтації життєдіяльності студента. Проблеми, що пов'язані з формуванням спортивної культури студентів впродовж їх навчання у вищому навчальному закладі обговорюються у роботах В. К. Бальсевича (2003), Ж. К. Холодова, В. С. Кузнецова (2003), Л. П. Матвеева (1991) й ін.

Становлення культурного потенціалу суспільства й особистості студента як головного перетворювача соціуму є одним із найважливіших завдань сучасної вищої освіти. Одним з напрямків культурного перетворення студента можна вважати розвиток і придбання знань, що досягається в процесі навчальної діяльності з різних дисциплін у вищому навчальному закладі.

Заняття студентом фізичною культурою і спортом відіграють значну роль у становленні соціального й інтелектуального змісту його особистості [3], здійснює вплив на суспільно значимі відносини, організацію й моральну спрямованість – якщо даний факт не враховувати, то заняття фізичною культурою спортом будуть підвищувати тільки фізичні кондиції студента, але не реалізують формування його моральної й естетичної культури, творчого й інтелектуального потенціалу, що вплине на його потреби в спілкуванні з іншими людьми.

З метою виховання гармонійно розвиненої особистості студента, необхідно застосовувати відповідні засоби й методи, але багато студентів, особливо першокурсників, не знайомі із цінностями спорту. Культура людини це поняття складове, проте наявність в студента всіх видів культури є невід'ємною частиною процесу його соціалізації. У зв'язку з тим, що навчально-тренувальний процес з фізичного виховання передбачає всебічний розвиток особистості студента, тому поряд із придбанням рухових вмінь і навичок необхідно використовувати виховний компонент для формування в студента спортивної культури [7].

Дослідження виконувалось за планом науково-дослідної роботи кафедри фізичного виховання НТУУ "Київський політехнічний інститут".

Мета, завдання роботи, матеріал і методи

Мета дослідження – формування спортивної культури студента вищого навчального закладу протягом навчально-тренувального процесу на заняттях з фізичного виховання.

Методи дослідження включали вивчення й аналіз літературних джерел.

Результати дослідження

Культура людини розглядається як певний рівень її розвитку, й виражається в типах і формах організації життєдіяльності, у матеріальних і духовних цінностях, що створює людина впродовж життя.

Фізична культура і спорт створює культурні цінності [6], які органічно входять у зміст загальної культури, таким чином, під спортивною культурою варто розуміти частину загальної культури, що поєднує категорії, закономірності, а також установи й блага, які створені для інтенсивного використання фізичних вправ у рамках змагальної діяльності, що переслідує ціль першості або рекорду внаслідок фізичного й духовного вдосконалення людини, в нашому випадку студента ВНЗ. Говорячи про ціннісний потенціал фізичної культури й спорту сучасного соціуму, необхідно враховувати наявність механізму перетворення суспільних цінностей в особисте надбання кожної особистості.

Сучасний стан вищої освіти характеризується нездатністю адекватно реагувати на наявні проблеми студентської молоді, головною з яких є проблема здоров'я [1]. Умови життя сьогодення затребують особистість студента із максимальним розвитком всіх людських сил: фізичних, емоційних,

психічних, інтелектуальних, наявність достатнього рівня здоров'я. Навчання у ВНЗ характеризується одержанням великого обсягу інформації й напруженою сенсорною системою організму, що відбувається на тлі низького рівня рухової активності студента, ці фактори призводять до зміни функціонального стану серцево-судинної системи, психоемоційним навантаженнями протягом навчання й під час здачі іспитів [2].

Навчання у вузі представляє собою важливий етап у становленні студента – майбутнього фахівця, придбання їм не тільки спеціальних знань, але й надбання культури особистості, що включає фізичне виховання, етику фізичних вправ, знання основ спортивної гігієни, вироблення стійких звичок до регулярних занять фізичними вправами. Фізична культура й спорт не тільки надзвичайно необхідні компоненти становлення студента, але й дають можливість розвинути в собі багато якостей, дозволяють включитись в широке коло спілкування, вносять у життя дух змагання. Правда, більша частина молодих людей обмежують заняття фізичною культурою тільки навчанням за розкладом, що забезпечує лише частину норми рухової активності для цього віку.

Фізична культура представлена у ВНЗ як навчальна дисципліна "Фізичне виховання" і є найважливішим компонентом формування загальної культури студента, вона сприяє гармонізації розвитку студента, забезпечує формування таких цінностей, як здоров'я, фізичне й психічне благополуччя, фізична досконалість.

Фізична культура є важливою гранню загальної культури будь-якого розвинутого суспільства, яка стає об'єктивною потребою суспільства й особистості студента, соціальною цінністю, важливою частиною культури, сприяє зміцненню здоров'я, як фізичного, так і духовного [4]. Саме інтегративні, духовно-фізичні можливості фізичної культури й освоєння студентом всього комплексу її потенціалу все частіше розглядається як потужний фактор оздоровлення студента, що, у подальшому, вплине на його самовизначення в сучасному суспільстві, самореалізації в сфері освіти й праці.

Спорт є сферою створення культурних цінностей, які органічно входять у загальний зміст культури, його можна з повною підставою віднести до тих видів людської діяльності, через які особистість проявляє свої цінності й створює їх [5]. Цінності тут можуть проявлятися у вигляді здоров'я, фізичного вдосконалення, як конкретні результати (зайняте місце, рекорд) або опосередковано – підвищення фізичної і розумової працездатності, продуктивності навчання або праці, загальної вихованості й культурності студента.

Спортивна культура представляє собою напрацьовані в суспільстві цінності, соціальні процеси й відносини, що складаються в ході змагань і спортивної підготовки до них. Участь у змаганнях має на меті досягнення першості або рекорду за допомогою фізичного й духовного вдосконалення людини. Формування спортивної культури студента є важливою складовою конкурентноздатності студентської молоді в умовах сучасного суспільства й виступає одним із критеріїв на всіх вікових етапах розвитку студента. У той же час погіршення стану здоров'я й рівня фізичної підготовленості студентської молоді в умовах соціальних, економічних й екологічних проблем сьогодення свідчить про необхідність корекції існуючого традиційного підходу у фізичному вихованні студентів у вищому навчальному закладі. Відсутність у більшості студентів необхідної мотивації до занять фізичними вправами погіршує положення, що створилося, таким чином, проблема активізації рухової діяльності й формування стійкої мотивації студентів до занять фізичною культурою й спортом у ВНЗ є більш значимою.

Студенти, які регулярно займаються фізичними вправами певної спрямованості навіть у період заліково-екзаменаційної сесії, більш благополучно для свого здоров'я проходять цей період свого студентського життя. Серед студентів, які систематично займаються фізичними вправами, спостерігається більш раціональне використання часу в режимі дня на відміну від студентів, які займаються за стандартною програмою. Це дає підставу рекомендувати організацію процесу фізичного виховання у ВНЗ з урахуванням інтересів й потреб студентів у руховій діяльності певної спрямованості, підвищуючи мотивацію й поліпшуючи динаміку рухової підготовленості студентів [8].

У теоретико-методологічному плані програма з фізичного виховання студентів повинна ґрунтуватись на принципах гуманістичної педагогіки й психології. З метою виховання у студентів *спортивної культури* в основу програми повинні бути покладені найважливіші принципи виховно-освітнього процесу, при цьому цілями повинно бути:

- закладення основ знань про спорт;
- розвиток спорту в країні (знання про літні й зимові види спорту, про розмаїтість спортивних споруджень, про різновиди спортивної форми й спортивного інвентарю, поняття про змагання й тренування тощо);
- формування інтересу до систематичних занять фізичною культурою і спортом;
- формування рухових вмінь і навичок, що відповідають психомоторному розвитку студентів й обраному виду спорту, для вдосконалення їхнього фізичного стану і різних його параметрів (здоров'я, фізичного розвитку, розвитку рухових здатностей).

Висновки

1. Важлива роль у вихованні в студентів спортивної культури належить мотивації, необхідно домогтись того, щоб студенти сприймали спорт не тільки як засіб для фізичного розвитку і відпочинку й розваги, але і як засіб для всебічного розвитку їх особистості.

2. Простежується певна закономірність того, що з курсом навчання знижується інтерес студентів до спортивної діяльності й більшість з них не розглядають спорт як засіб для гармонійного розвитку власної особистості.

3. Існує необхідність створення мотиваційної сфери у навчально-тренувальному процесі студентів, основними компонентами якої повинно бути розвиток комунікативних функцій, психічне задоволення від спортивної діяльності, самовираження, участь у змагальній діяльності, підготовка до майбутньої професійної діяльності, високий спортивний результат, цілеспрямований розвиток фізичних якостей, придбання вмінь й навичок, розширення кругозору.

Подальші дослідження планується провести з метою характеристики стану лікарсько-педагогічного контролю проведення занять з фізичного виховання зі студентами ВНЗ.

Використані джерела

1. Ахмерова С. Г. Здоровый образ жизни и его формирование в процессе обучения / С. Г. Ахмерова // Профилактика заболеваний и укрепление здоровья. – 2001. – № 2 – С. 37–40.
2. Бережанський В. О. Актуальні проблеми фізичної культури та спорту в сучасних соціально-економічних і екологічних умовах. – Запоріжжя 2007. – 294 с.
3. Матвеев Л. П. Теория и методика физической культуры (общие основы теории и методики физического воспитания; теоретико-методические аспекты спорта и профессионально-прикладных форм физической культуры): учеб. для ин-тов физ. культуры / Л. П. Матвеев. – М.: Физкультура и спорт, 1991. – 543 с.
4. Решетников Н. В., Кислицын Ю. Л. Физическая культура. – М.: Академия, 2005. – 152 с.
5. Теорія спорту / Під. ред. В. Н. Платонова. – К.: Высшая школа, 2007. – 208 с.
6. Физическая культура: Учебное пособие / Под ред. В.А. Коваленко. – М.: Изд-во АСВ, 2000. – 432 с.
7. Теорія і методика фізичного виховання: [підруч. для студ. вищ. навч. закл. фіз. вих. і спорту: у 2 т. / за ред. Круцевич Т. Ю.]. Т.1 / Загальні основи теорії і методики фізичного виховання. – К.: Олімпійська література, 2008. – 391 с.
8. Физическая культура: учебник для студ. сред. проф. учеб. заведений / Н. В. Решетников, Ю. Л. Кислицын, Р. Л. Палтиевич, Г. И. Погодаев. – 10-е изд., стер. – М.: Академия, 2010. – 176 с.

Shishac'ka V. I., Scheglov E. M.

**FORMING OF STUDENT' PERSONALITY SPORTING CULTURE
ON PHYSICAL EDUCATION STUDIES**

The concept of man' sporting culture is analyzed in the article. Description of physical education employments' influence on forming of sporting culture of high school students is adduced.

Key words: *development, forming, influence, high school, personality, quality, sporting culture, student, study.*

Стаття надійшла до редакції 07.09.2013 р.