

РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В СИСТЕМЕ ВОСПИТАНИЯ ЛИЧНОСТИ-СТУДЕНТА: КУЛЬТУРОЛОГИЧЕСКИЙ АСПЕКТ

В работе исследуется роль физической культуры в системе воспитания личности студента, формирования гуманистических ценностей и здорового образа жизни в условиях информатизации и глобализации общества.

Ключевые слова: физическая культура, физическая подготовка, самоподготовка, самовоспитание, здоровье.

Постановка проблемы. Технологии и вызовы XXI столетия предъявляют высокие требования к профессиональной подготовке специалиста в целом и налогового в частности. Современные технологии настоятельно требуют всевозрастающих возможностей по усвоению работником-налоговиком профессионального мастерства, физической и психологической подготовленности.

Изменения, которые происходят в современном мире и Украине свидетельствуют о том, что в условиях использования новых технологий существующая служебно-профессиональная подготовка все чаще сбивается с ритма, а значит, не может уже решать в полном объеме задачи, которые поставлены перед налоговиками Украины. Все больше противоречий возникает между системой физической и психологической подготовки, проблемами, действиями и ситуациями, которые возникают или могут возникнуть в их деятельности.

Анализ последних исследований и публикаций свидетельствует, что понимание в физкультурно-спортивной науке и культурологии имеет кардинально противоположное смысловое содержание, которое явно не выходит с методологических основ теории культуры, на которых ученые (особенно русские) строят теорию и методологию физической культуры. Так, Ю.Ф. Курамшин констатирует, что в годы советской власти в стране была разработана теория и методика физического воспитания, однако, культурологический бум XX столетия связан с разработкой в 1950-1960 годах зарубежными и отечественными учеными теории культуры, на основе которой в 1970-1980 годах в стране начинает разрабатываться и теория физической культуры (В.М. Выдрин, Б.В. Евстафьев, Л.П. Матвеев, Ю.М. Николаев, Н.А. Пономарев, Н.И. Пономарев, В.И. Столярков и другие) [1].

Связь работы с практическими задачами. Как известно, успешность обучения является показателем разумной работоспособности специалиста и зависит от многих факторов: состояния здоровья, физического развития, уровня валеологической осознанности, личных психологических качеств, уровня базового физического образования.

Физическая культура представляет собой часть культуры общества и определяется как вид деятельности, направленной на познание и преобразование физической природы человека. Достижимый с помощью такой деятельности результат выражается состоянием здоровья человека, его творческим долголетием, физическими возможностями, уровнем физической подготовленности к профессиональной деятельности, к разнообразным формам общественной жизни.

Цель физического воспитания и прогнозируемый результат предусматривает *всестороннее, гармоничное* и полное развитие личности и связана с программой подготовки студентов для профессиональной деятельности.

Цель физического воспитания конкретизируется в ее *прикладной направленности* и заключается во всесторонней физической подготовке студентов к творческому труду во время профессиональной деятельности. Также, распоряжением Кабинета Министров Украины от 31 января 2011 года № 828-р была принята концепция Общегосударственной целевой социальной программы развития физической культуры и спорта на 2012-2016 гг. В нем указывается, что способ жизни населения Украины, состояния сферы физической культуры и спорта находятся под угрозой и являются существенным вызовом для украинского государства на современном этапе.

В связи со сложностью феномена физической культуры в современных условиях возникает необходимость исследования формирования новой системы представления о физической культуре и ее ценностях для гармоничного воспитания личности в условиях информатизации и глобализации общества.

Целью работы является тщательное исследование физической культуры и физического воспитания в системе развития личности, формирования в ней ценностей гуманизма и здорового образа жизни.

Результаты исследования. В настоящее время все в большей степени проявляется потребность в изучении культуры двигательной деятельности в процессе формирования у студента необходимых для осуществления профессиональной деятельности физических качеств. Так, Ю.М. Николаев подчеркивает, что физическая культура должна не только трактоваться равноправным видом общей культуры человека, где все ее виды взаимно обуславливаются, поддерживают и проникают одна в одну, однако и ее составные характеристики должны обосновываться, исходя из философского понимания культуры. А поэтому сегодня необходима кардинальная смена мышления людей относительно сущности физической культуры на основе более широкого философско-культурологического подхода, что дает возможность сориентировать систему физкультурного образования на формирование и воспроизведения целостной сущности человека, единства развития как телесного, так и духовного [2, с. 22].

Также необходимо отметить работу И.И. Докучаева "Ценность и экзистенция. Основоположения исторической аксиологии культуры", в которой детально анализируются ценностные модели всех предыдущих исторических эпох. Сегодня культурой исследователь называет креативную (добавим, что всего выделяют два типа культуры – традиционную и креативную), атрибутами, свойствами и ценностями которой являются рациональность, творчество, а еще нестабильность, где за непрерывным переходом "одно положение, не успев утвердиться, изменяется другим, что содержит опять-таки и в самом себе элементы будущего положения" [3].

Современные изменения в образовании последовательно позволяют убедиться в том, что интерактивные технологии обучения могут создать необходимые условия как для становления и развития компетентных специалистов, так и для воспитания активных граждан с определенной системой ценностей. Сегодня особенно важным вопросом является ориентация обучения на личность, что предусматривает создание оптимальных условий использования разных источников информации для каждого обучающегося.

Как известно, личностно-ориентированное обучение – это обучение, центром которого является личность, ее самостоятельность, самооценочность. Это определение является главной фигурой всего образовательного процесса.

Определяя цель и задания личностно-ориентированного обучения, можно определить процесс психолого-педагогической помощи личности в становлении ее субъективности, культурной идентификации, социализации, жизненном самоопределении. В условиях обучения особой важности приобретает осуществление и развитие таких неотъемлемых качеств личности, как рефлексивность, спонтанность, критичность мышления, умение работать с информацией, общаться и нести ответственность за последствия своих действий.

Одним из основных объектов, на котором сконцентрировано внимание большинства специалистов разных научных отраслей, является взаимосвязь двигательных возможностей человека и состояния его здоровья. При этом здоровье рассматривается как психофизическое состояние организма, которое характеризуется отсутствием патологических изменений, функциональным резервом, достаточной для полноценной биосоциальной адаптации и сохранения физической и психической трудоспособности в условиях природной среды существования. В связи со сложностью феномена физической культуры в сегодняшних условиях появляются исследования, где главное внимание уделяется формированию новой системы представлений про физическую культуру и ее ценности. Отличительная черта таких исследований – философско-культурологический подход, который, прежде всего, предусматривает смещение акцента в сторону улучшения этого направления.

Так, Б. Шьян обозначает, что в процессе культурного развития человек действует последовательно в таких направлениях: осваивает культуру как объект ее влияния; создает новые культурные ценности как субъект творческой деятельности; функционирует в культурной среде как носитель социальных и личностных ценностей ("...культура интегрируется в сущность самой личности...") [4].

В. Якимович и О. Кондрашов отмечают интеграцию человека в культуру как единое возможное средство решения споров ее развития. Авторы рассматривают модель человека физически культурной. Этот человек свободен, способен на саморазвитие в мире культуры, гуманен, духовен, творческая и активная личность [5]. Мы видим, что физическая культура направляет человека на выбор оптимальных вариантов действий и активную жизненную деятельность.

Деятельность – способ бытия человека в мире, способность ее вносить в действительность изменения. Основные компоненты деятельности: субъект с его проблемами; цель, которая способствует преобразованию предмета на объект деятельности; средство реализации цели; результат деятельности. Культурная деятельность – социальная деятельность людей, которая направлена на создание, освоение, сохранение, расширение культурных ценностей общества [6].

Так, интерактивная форма деятельности личности на занятиях по физической культуре – это специфическая социально-педагогическая структура (система организации) процесса формирования физической культуры личности (ребенок, ученик, студент (курсант), взрослый человек, в т. ч. специалист), который совершается путем взаимодействия с целью обогащения индивидуального и специального опыта в контексте физического и духовного усовершенствования. *Прогнозируемый результат* физического воспитания заложен в требованиях комплекса подготовки студента-налоговика и в программе по физическому воспитанию, а в спорте – в нормах спортивной классификации.

Преобразующий процесс двигательной деятельности в физическом воспитании составляет суть учебно-воспитательной работы, включающей обучение двигательным действиям, воспитание физических качеств, а также овладение знаниями основ теории физической культуры.

Основными средствами физического воспитания студентов являются *физические упражнения*, с помощью которых у них формируются жизненно важные умения и навыки, воспитываются физические качества, развиваются физические способности, повышаются адаптивные свойства организма, восстанавливаются ранее утраченные его функции.

В практике физического воспитания студентов физические упражнения классифицируют по виду *состязательной деятельности* (гимнастические, легкоатлетические, игровые и т. д.) и по их *структурным особенностям* (циклические и ациклические). *Циклические упражнения* представляют собой двигательные действия с повторяющимися циклами движений (бег, ходьба и т. д.). В *ациклических* упражнениях движения постоянно изменяются (прыжки, метания, кувырки и т. д.).

Как известно, важными средствами физического воспитания студентов являются также *естественные силы природы и гигиенические факторы*. Естественные силы природы – это *солнце, воздух и вода*. Распорядок дня студентов должен быть составлен так, чтобы максимально способствовать круглый год систематическому и планомерному использованию *солнечных, воздушных ванн* и водных процедур, которые благотворно влияют на здоровье, повышают защитные функции организма. Сочетание их с физическими упражнениями позволяет достигнуть наибольшего эффекта в процессе совершенствования физической природы человека.

Среди гигиенических факторов, содействующих укреплению здоровья, стимулирующих развитие адаптивных свойств организма, выделяют: четкое выполнение режима дня и режима питания; соблюдение правил личной и общественной гигиены (уход за своим телом, санитарно-гигиеническое состояние мест занятий, инвентаря и т. д.).

В общем эффективность этих занятий да их влияние на показатели физического здоровья, физической подготовленности и на развитие психофизиологических качеств зависит от большинства факторов и условий (мотивация, условия жизнедеятельности, уровень физической подготовленности, состояния функциональных систем). Среди факторов, которые влияют на эффективность самостоятельной физической подготовки можно выделить наявность регулярного (всеобщего) информационного контроля и самоконтроля.

Необходимо отметить, что предметом самоконтроля в физическом воспитании является состояние организма и психики во время выполнения физических упражнений, собственная деятельность и ее результативность. Самоконтроль и самоподготовка в процессе физического воспитания усложняются тем, что в массовой физической культуре отсутствует единый критерий (то есть, никем не оспаривается единый показатель, например, в спорте – спортивный результат). К сожалению, другой проблемой при создании оптимального самоконтроля за физическим воспитанием студентов есть отсутствие научно обоснованной структуры самоконтроля за индивидуальными физическими нагрузками в процессе жизнедеятельности. Все выше перечисленное актуализирует задание – обозначить основные подходы к самоконтролю физического воспитания студентов и рассмотреть взаимосвязь его наиболее значимых структурных элементов.

Выводы. Анализ, проделанный автором, показывает, что в специальной литературе под самоконтролем в процессе физического воспитания имеется в виду совокупность операций (самонаблюдение, анализ, оценка собственного состояния, поведения, реагирования), которое осуществляется индивидуально как в процессе занятия физическими упражнениями, так и в общем режиме жизни. Однако ряд авторов, в т. ч. А.И. Вржесневская, И.И. Вржесневский и др., говорят и пишут, что в теоретическом аспекте самооценка может существовать на основе субъективных собственных чувств и убеждений. Но, на наш взгляд, такое разделение непродуктивно и неоправданно в существующей практике физического воспитания студентов. По мысли некоторых специалистов, самооценку можно рассматривать как апелляцию к субъективным факторам – самочувствию, настроению, утомленности, готовности к деятельности.

Таким образом, формирование готовности к профессиональной деятельности – это длительный процесс в становлении специалиста. Этот процесс обеспечивается подготовкой к профессиональному обучению (профессиональная ориентация); выявлении способных к овладению определенной специальностью (профессиональный отбор); обучением соответствующим профессиям (профессиональной подготовкой); приобретением профессионально значимых качеств личности и мастерства.

Использованные источники

1. Теория и методика физической культуры: учебник / под ред. проф. Ю.М. Курамшина. – 3-е изд., стереотип. – М.: Сов. Спорт, 2007. – С. 9-10
2. Николаев Ю.М. Физическая культура и основные сферы жизнедеятельности человека и общества в контексте социокультурного анализа / Ю.М. Николаев // Теория и практика физ. культуры. – 2003. – № 8. – С. 22.
3. Докучаев И.И. Ценность и экзистенция. Основоположения исторической аксиологии культуры / И.И. Докучаев. – СПб.: Наука, 2009. – 555 с.
4. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Частина 1 / Б.М. Шиян. – Тернопіль: Навчальна книга. – Богдан, 2001. – 269 с.
5. Якимович В.С., Кондрашов А.А. Цель физкультурного воспитания – человек культуры / В.С. Якимович, А.А. Кондрашов // Теория и практика физической культуры, № 2. – 2003. – С. 6-9.
6. Соціолого-педагогічний словник / За ред. В.В. Радула. – К.: Ексоб, 2004. – 304 с.

Malin J. I.

THE DEVELOPMENT OF PHYSICAL CULTURE AND SPORTS IN THE EDUCATION OF THE INDIVIDUAL-STUDENT: THE CULTURAL ASPECT

This paper investigates the role of physical education in the education of the individual student, the formation of humanistic values and a healthy lifestyle in the information society and globalization.

Key words: *physical education, physical training, self-study, self-education, health.*

Стаття надійшла до редакції 12.09.2013 р.