

РАЗВИТИЕ КАЧЕСТВ ЛИЧНОСТИ СТУДЕНТОВ В ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

Айвазова Е.С.¹, Бошкова П.А.²

¹Айвазова Елена Сергеевна - кандидат педагогических наук, доцент;

²Бошкова Полина Андреевна – студент,

факультет государственного и муниципального управления, кафедра физического воспитания
Южно-Российский институт управления, филиал Российской академии народного хозяйства и государственной службы при Президенте Российской Федерации,
г. Ростов-на-Дону

Аннотация: в данной статье мы рассмотрим влияние физической культуры на развитие качеств личности студента в рамках вузовского образования. А так же определим средства достижения главной цели с помощью физического воспитания – образование волевых личностных качеств, которые, несомненно, оказывают большое влияние на успешное функционирование человека в социуме.

Ключевые слова: физическая культура, физическое воспитание, физические упражнения, качества личности, волевые качества.

DEVELOPMENT OF PERSONALITY TRAITS OF STUDENTS IN THE PROCESS OF PHYSICAL EDUCATION

Aivazova E. S.¹, Boshkova P. A.²

¹Aivazova Elena Sergeevna - Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor;

²Boshkova Polina Andreevna – student,

FACULTY OF STATE AND MUNICIPAL ADMINISTRATION, DEPARTMENT OF PHYSICAL EDUCATION
SOUTH RUSSIAN INSTITUTE OF MANAGEMENT, BRANCH RUSSIAN PRESIDENTIAL ACADEMY OF NATIONAL ECONOMY AND PUBLIC ADMINISTRATION,
ROSTOV-ON-DON

Abstract: in this article we will consider the influence of physical culture on the development of student personality traits within the framework of university education. And we will also determine the means to achieve the main goal with the help of physical education – the formation of strong-willed personal qualities, which undoubtedly have a great impact on the successful functioning of a person in society.

Keywords: physical culture, physical education, physical exercises, personality qualities, strong-willed qualities.

Прежде чем перейти к рассмотрению качеств личности, которые развиваются и совершенствуются в процессе физического воспитания, остановимся на основном термине, который будет встречаться нам не один раз. **Физическое воспитание** – это одно из основных направлений воспитания, в основе которого лежат формирование и развитие физических кондиций человека, а так же овладение знаниями в области физической культуры и спорта и четкое понимание необходимости их использования.

Физическое воспитание в наибольшем объеме присутствует именно в школьный и вузовский периоды. Выделим основные направления педагогической работы в высших учебных заведениях:

- во-первых, деятельность физкультурной и спортивной направленности;
- во-вторых, формирование, развитие и совершенствование личностных качеств;
- в-третьих, создание рационально - организованного свободного времени обучаемого;
- в-четвертых, обучение и развитие навыков психологической подготовки.

Физическая культура в любом вузе – это обязательный предмет, который оказывает огромное влияние на формирование полноценной личности, воспитывая как физические, так и психические кондиции.

Актуальность данной темы заключается в диссонансе между могуществом и возможностями такой дисциплины в теории и неполноценной реализации ее на практике.

На данный момент выделяют две основных функции физической культуры:

1. общекультурная;
2. специфическая.

Если говорить про их сущность, то следует обратить внимание и отметить, во-первых, степень значимости самой физической культуры в жизни, как отдельного современного человека, так и всего общества.

Во-вторых, стоит сказать, что сущность можно рассмотреть через призму содержания самой физической культуры. Содержание, в свою очередь, состоит из: задач физической культуры, методов

реализации данных задач, основных целей, благодаря которым и создаются задачи, а так же разрабатываются методы.

Проведя анализ функций, мы выявили, что к общекультурным относятся такие функции как: общеобразовательная, социальная, нормативная, нравственная, эстетическая, коммуникативная.

Каждая из этих функций показывает высокий уровень тесноты связи разных типов культур. Но более точно отразить неповторимость физической культуры можно только через специфические функции. Именно специфические функции помогают раскрыть физическую культуру личности гораздо точнее и ярче.

Советский и российский учёный Лев Павлович Матвеев отмечает такие специфические функции, как: образовательные, оздоровительные, спортивные, реабилитационные и профессионально-прикладные. Хотим отметить, что профессионально – прикладная функция более детально и углубленно изучает степень оказываемого влияния средств физической культуры на совершенствование качеств личности студента. Именно поэтому этой функции мы уделим большее внимание. Следует подчеркнуть, что профессионально-прикладная функция дает возможность и позволяет подготовить студента по выбранной специальности наиболее качественно. Кроме того, именно во время такой подготовки и осуществляется процесс совершенствования качеств личности студента, которые помогут ему в работе по выбранной им специальности. С каждым днем мир модернизируется, поддается изменению. Для того чтобы современный человек мог соответствовать и развиваться без ущерба для себя и своего будущего, от него требуется постоянная работа над собой. То есть развитие и применение физических, психических качеств [4, 5]. В современном мире обычному человеку, который занимается какой-либо профессиональной деятельностью, приходится сталкиваться с абсолютно разными, непохожими друг на друга трудными ситуациями. Для того чтобы справиться с ними достойно, без вреда для себя и своей карьеры, приходится подключать свои сильные стороны, которые выражаются исключительно через физические, психические, личностные качества. Изучив проведенные исследования о формировании качеств личности человека, можем сделать однозначный вывод - физическое воспитание, оказываемое в рамках вузовского образования, формирует нужные личностные качества для дальнейшего успешного функционирования в социуме. Одним из желаемых компонентов любой трудовой деятельности составляет комфорт. Возможность чувствовать себя как «в своей тарелке» добавляет уверенности в себе. Это, несомненно, отражается на качестве выполненной работы. Как мы уже выяснили, физическое воспитание в высшем учебном заведении дает возможность развить данные чувства. Остается понять, как именно и почему происходит данное развитие.

Во-первых, в процессе занятий студентам приходится преодолевать физические трудности, которые сопровождаются ощущением усталости, возможно даже болью и страхом. Но преодоление этих чувств и эмоций как раз и формирует в человеке те самые нужные и важные качества, тренирующие силу воли, как основу мотива долженствования.

Во-вторых, моделирование ситуаций в процессе занятий так же дает возможность научиться реагировать на меняющуюся ситуацию, и в последующем полноценно погрузиться в возможные жизненные ситуации. А такая тренировка поможет человеку преодолеть их в жизни безболезненно. Резюмируя, хотим отметить, что физические упражнения тренируют не только тело, но и дух. И именно благодаря им, человек обретает необходимые качества для жизни. Методике формирования волевых качеств отводится огромное внимание в педагогике и психологии. Ученые в области теории и методики физического воспитания подчеркивают огромное значение средств физической культуры и спорта в воспитании волевых качеств. Многообразные физические упражнения и виды спорта в разной степени воспитывают и формируют такие волевые качества, как: настойчивость, целеустремленность, самообладание, инициативность, решительность, смелость, упорство, самостоятельность и др. [1]. Волевые усилия представляют собой внутреннее состояние, связанное с преодолением какой-либо трудности, или препятствия. Эти трудности в физкультурной и спортивной деятельности могут быть совершенно разными по своему характеру. Они могут быть связаны с преодолением чувства усталости, страха, с нежеланием соблюдения режима и т.п.



Рис. 1. Волевые качества личности.

Физическая культура и спорт посредством физических упражнений влияет на биологическую сущность человека (на его здоровье, физическое развитие, воспитание двигательных кондиций), на духовную сферу, как на одно из действенных средств интеллектуального, нравственного и эстетического воспитания, воспитания патриотизма и гражданственности, активной жизненной и профессиональной позиции [3]. Эффективность физических упражнений обусловлена совокупностью физиологических, психологических и биомеханических процессов, происходящих в организме человека во время выполнения этого упражнения. Показателем уровня сформированности волевого качества является их сила проявления и сфера распространности.

В завершении хочется подчеркнуть, что в процессе и в результате занятий физической культурой и спортом происходит гармоничное сочетание физического и духовного, идейного и трудового, нравственного и эстетического воспитания, что влияет на развитие жизненно-необходимых личностных качеств и повышение уровня социальной зрелости занимающихся [2].

Список литературы

1. Айвазова Е.С., Дорофеева Е.Н. Нравственно-волевая сфера как компонент системы профессионально-значимых качеств личности госслужащих. // Государственное и муниципальное управление. Ученые записки СКАГС. 2015. № 4. С. 194-198.
2. Айвазова Е.С., Селиванов О.И., Прядченко В.В. Социализация студентов средствами физической культуры и спорта в процессе физического воспитания в вузе. // Государственное и муниципальное управление. Ученые записки. 2018. № 1. С. 166-170.
3. Айвазова Е.С. Формирование нравственно-волевой сферы студентов средствами физической культуры/диссертация кандидата педагогических наук: 13.00.04 / Адыгейский государственный университет. Майкоп, 2013.
4. Ковалёв А.Г. Психология семейного воспитания. Минск.: Народная асвета, 1980.
5. Шувалова Н.Н. Служебное поведение государственного гражданского служащего: моральные основы // Учебно-практическое пособие. Ростов н/Д: Феникс, 2006. С. 26 – 29