

**И.А. Букас, А.В. Клочков, А.М. Решетовский**

Могилевский государственный университет имени А. А. Кулешова, г. Могилев,  
Республика Беларусь

Одним из главных видов жизнедеятельности человека является его физическое, интеллектуальное и нравственное самосовершенствование, а также его самовоспитание. Физическая культура является необходимым и значимым общественным явлением в жизни каждого человека. Как педагогическая дисциплина, физическая культура неотъемлемый компонент учебно-воспитательного процесса. Всестороннему развитию личности, которое соответствует предъявляемым требованиям современной культуры общества, помогает целенаправленное, правильно организованное физическое воспитание.

Студенты, которые овладевают в процессе обучения научными знаниями, трудовыми навыками, элементами культуры поведения и деятельности, готовятся к трудовой форме деятельности, для того чтобы самим внести свой вклад в создание материальных и духовных ценностей всего нашего общества. Занятия физическими упражнениями, а также спортом непосредственно способствуют интеллектуальному совершенствованию и умственному развитию студентов. Под воздействием физического воспитания их интересы и потребности, а также умственные, физические способности и моральные качества приобретают полезную общественную значимость.

Физическая культура, оказывает положительное воздействие на все стороны воспитания личности, и, прежде всего на укрепление здоровья, развитие своих способностей, нравственное воспитание, потребность в занятиях физическими упражнениями. Она решает свои особенные задачи, одновременно с разных сторон. Физическая культура помогает осуществлять идейно-политическое воспитание студенческой молодежи. Активные занятия физической культурой в вузах и особенно спортом требуют больших знаний в различных областях, активизируя к изучению их влияния на организм студентов, умения грамотно пользоваться средствами и методами физического воспитания, которые можно применить к своим индивидуальным способностям. Нравственное воспитание в области физической культуры в вузе целенаправленно формирует нравственные качества как коллективизм, патриотизм, умение подчинить личные интересы интересам коллектива, чувство ответственности за свое поведение, и др. Основной задачей нравственного воспитания студентов является воспитание волевых качеств личности. Целеустремленность, самостоятельность и инициативность, выдержка и самообладание, настойчивость и упорство, смелость и решительность, способность преодолевать трудности, дисциплинированность и другие черты характера молодежи успешно формируются в процессе занятий физической культурой и спортом.

Развитие в области физической культуры и интеллектуальное воспитание характеризуется двумя особенностями. Во-первых, положительно влияет на активизацию интеллектуальной деятельности. Во-вторых, умственная деятельность, требует необходимых знаний, как общего, так и конкретного характера. А физкультурно-спортивная деятельность непосредственно требует технических, конструкторских и других, немаловажных умений и навыков, которые связаны с умственной деятельностью. Физическая культура в вузах включает в себя огромный материал для творчества во всех видах искусства, являющийся главной формой отражения прекрасного в обществе и природе: в литературе, скульптуре,

живописи, архитектуре, музыке, графике. В этом есть естественная неразрывная связь физической культуры с культурой всего нашего общества в целом [1]. Перед физической культурой ставятся конкретные задачи предполагающие: успешную социализацию, улучшение гражданской позиции, самоподготовка к дальнейшей жизни, готовность к социально-профессиональной деятельности. Эффективное влияние занятий физической культурой и ее роль в вузе зависит от оптимизации и сочетания оздоровительного и развивающего компонентов. Предъявляются повышенные требования к уровню физического здоровья студентов и их работоспособности. Низкая двигательная активность современной молодежи и их низкий уровень отношения к своему здоровью приводит к увеличению заболеваемости большого количества студентов. Более 55% студенческой молодежи имеют заболевания опорно-двигательного аппарата, 30% имеют избыточный вес. В деле профилактики заболеваний и укрепления здоровья, а также в совокупности эффективных психорегулирующих и воспитывающих средств и методов огромная роль отводится физической культуре в вузе.

Огромное влияние физической культуры личности на формирование ее мировоззрения, общей культуры и характера общественных отношений, являясь фундаментальным базовым слоем всех культур человечества, сквозным фактором, важнейшим условием, которое определяет самодостаточность личности, неукоснительно растет. Обязательным условием нормального функционирования всех систем организма студентов, включая интеллектуальную и эмоциональную сферы является непосредственно оптимальная двигательная активность [4]. Игнорирование профессионально обусловленных особенностей физической деятельности приведет к неподготовленности студентов в вопросах здоровья и в дальнейшем может стать причиной его ухудшения. Как правило, профессиональная деятельность специалиста с высшим образованием предполагает минимум физических действий, однако в некоторых отраслях производства развитие тех или иных физических качеств носит профессионально важное значение. Студенты различных направлений подготовки в вузе получают единое образование в области физической культуры. Такой универсальный подход к организации учебно-воспитательного процесса по физической культуре для различных направлений подготовки не совсем правильный, так как многие профессии разнятся по объему и типу физической активности человека. Образовательная роль физической культуры в вузах, исходя из сущности данной дисциплины, целиком раскрывается через феномен физического развития человека, который предусматривает как физические, так и психологические задачи в деятельности педагогов и студентов.

Высшее образование состоит не только в общекультурном развитии студентов и овладении им профессиональными знаниями, оно так же детерминирует внутрилличностные изменения будущего специалиста. Несмотря на внедрение компетентного подхода в системе образования, многие его положения остаются спорными и на практике, реализуются формально. Поэтому ни педагог, ни студент не осознают главного значения физической культуры в целом. Участники Всемирного саммита (Берлин, 3—5 ноября 1999 г.) по физической культуре под патронажем МОК, ЮНЕСКО и ВОЗ были единодушны во мнении об огромной социальной роли физической культуры. Физическая активность молодежи приводит к значительному сокращению отрицательных явлений среди подрастающего поколения (гиподинамия, стресс, наркомания и т. п.). Физическая культура вносит существенный вклад в общий процесс образования студентов, воспитание гармонически развитой личности и является интегративным предметом в вузовской программе. Происходит активное усвоение индивидуумом социально значимых ценностей, норм и знаний, реализуется процесс самопознания, идет формирование собственного "я" по укреплению здоровья, повышению самооценки и чувства самодостаточности через эмоционально окрашенное общение в процессе занятий физической культурой [3]. Посредством введения в образовательный процесс дополнительного источника двигательной активности решаются задачи развития информационных технологий современного

государства, социума и каждой отдельной личности, проблемы сохранения здоровья, положительного тонаса жизнедеятельности обучающихся. Появилась необходимость совершенствовать содержание, организацию физкультурно-оздоровительной работы во всех образовательных учреждениях, которая была вызвана современными тенденциями образования, возрастанием роли духовно-нравственного фактора в сфере материального производства. А также появилась большая необходимость ограничить и конкретизировать в содержании образования описательный материал, расширить знания и умения, которые помогли бы выпускнику вуза самостоятельно профессионально самосовершенствоваться в соответствии с современными требованиями жизни.

Таким образом, образовательная роль физической культуры в вузе неоспоримо высока и учебный процесс должен включать в себя комплексную, специализированную физическую подготовку студентов к предстоящей им трудовой и социальной деятельности.

#### Список литературы

- 1 Барчуков И.С., Нестеров А.А. Физическая культура и спорт. Методология, теория, практика. /М., 2006. С. 528.
- 2 Бондарь А. И. Концептуальные принципы подготовки кадров в системе физического воспитания // Человек, здоровье, физическая культура на пороге XXI столетия: Матер, междунар. научно-практич., конф. Брест, 1999. С. 120.
- 3 Железняк Ю.Д., Минбулатов В.М. Теория и методика обучения предмету Физическая культура: Учебное пособие для студентов высших учебных заведений. М.. 2004. С. 272.
- 4 Евсеев С.П. Физическая культура в системе высшего профессионального образования: реалии и перспективы. СПб. 2007. С. 144.
- 5 Фохтин В.Г. Теория и организация адаптивной физической культуры. В 2 томах. Том 2. Содержание и методики адаптивной физической культуры и ее основных видов. М.. 2007. С. 448.
- 6 Букас, И.А. Самоконтроль при занятиях физической культурой / И.А. Букас, А.В. Клочков // Романовские чтения – 13: сборник статей Международной научной конференции, посвященной 105-летию МГУ имени А.А. Кулешова, Могилев, 25-26 октября 2018г./ под общ. ред. Мельниковой. - Могилев: МГУ имени А.А. Кулешова, 2019. - С.268-269 [2].