

## РОЛЬ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ПРОЦЕССЕ САМОВОСПИТАНИЯ ЛИЧНОСТИ СТУДЕНТА

Левкевич В.Г., Ножка И.А., Шило О.В.

---

*Барановичский государственный университет,  
Барановичи, Республика Беларусь  
E-mail: olgashilo@rambler.ru*

**Резюме.** Формирование личности будущего специалиста в высшем учреждении образования — сложный и многогранный процесс, успех которого обеспечивается, прежде всего, его организацией и планированием, созданием внешних и внутренних условий для развития и интенсивного проявления необходимых качеств, обогащения знаний, навыков и умений, их системного единства и гармоничного сочетания.

**Ключевые слова:** здоровье, личность, физическая культура, физическое воспитание.

## THE ROLE OF PHYSICAL EDUCATION IN THE PROCESS OF THE SELF-FORMATION OF STUDENT'S INDIVIDUALITY

Levkevich V.G., Nojka I.A., Shiloh O.V.

---

*Baranovich State University,  
Baranovich, Republic of Belarus*

**Summary.** The formation of personality of a future specialist in the higher institution of education is a complex and multifaceted process, the success of which is ensured, first of all, by its organization and planning, creation of external and internal conditions for the development and intensive display of required qualities, the development of knowledge, skills and abilities, their system of unity and harmonious combination.

**Key words:** health, personality, physical culture, physical education.

**Введение.** Формирование личности будущего специалиста в вузе — сложный и многогранный процесс, успех которого обеспечивается, прежде всего, его организацией и планированием, созданием внешних и внутренних условий для развития и интенсивного проявления необходимых качеств, обогащения знаний, навыков и умений, их системного единства и гармоничного сочетания. Для управления процессом развития и формирования личности студентов необходимо правильно определять особенности качеств личности каждого из них, тщательно анализировать условия их жизни и деятельности, перспективы и возможности самосовершенствования.

Образовательный процесс начинается с деятельности, которая в свою очередь является основой развития личности. Многочисленные исследования подтверждают тот факт, что значительное место в развитии личности занимает работа над собой [2].

В социально значимом понимании человек становится личностью, лишь в том случае, когда он расширяет свои знания, вырабатывает и приобретает новые навыки, умения, может внутренне измениться, развить свои способности, духовные потребности, выработать волевые качества. Внутренние причины развития личности человека заключаются в особенностях его психики, в мотивах его поведения и индивидуальных качествах.

Умение оценить свои силы и способности, достоинства и недостатки, определить свое место и роль в коллективе, в обществе, наметить цели жизненного пути — основывается на стремлении к самосовершенствованию, на осознании собственной личности, познании методов самовоспитания.

*Цель работы.* Проанализировать роль физического воспитания в процессе самовоспитания личности студента.

*Материалы и методы.* Теоретические: анализ, обобщение, систематизация научных сведений по теме работы. Работа выполнена на основе анализа научной литературы по исследуемой проблеме.

*Результаты и обсуждение.* Высшее профессиональное образование и его гуманитарная составляющая — физическая культура — направлены на приоритетное совершенствование личных способностей, развитие самовоспитательной и самообразовательной функции студента, совершенствование личности, воспитание гражданина, формирование профессионала [6].

Физическая культура является важнейшим фактором развития, совершенствования естественных жизненно важных возможностей, качеств человека, его способностей преобразовывать свое «я» и окружающий мир. Физическая культура представляет собой сложное общественное явление, которое не ограничено решением задач физического развития человека, а выполняет и другие социальные функции общества в области морали, воспитания, этики.

В настоящее время физическая культура исследуется на социально-педагогическом уровне, в рамках которого, она предстает как деятельность, направленная на «социальное преобразование тела человека, его физическое состояние, включающее в себя социально сформированные средства, механизмы и результаты этой деятельности,

связанные с ней нормы и правила поведения, эмоциональные реакции, знания, интересы, потребности, ценностные ориентации и другое» [4].

Мировой опыт показывает, что средства физической культуры обладают универсальной способностью в комплексе решать проблемы повышения уровня здоровья населения и формирования здорового морально-психологического климата в коллективе и обществе в целом. Грамотное использование средств физической культуры является одним из действенных способов решения обозначенных выше проблем. С помощью соответственным образом организованных занятий по физическому воспитанию можно направленно изменять целый ряд показателей физического развития и функциональной подготовленности и психофизиологических возможностей человеческого организма. В определенной степени в процессе таких занятий можно формировать личностные качества, что будет являться залогом успешной профессиональной деятельности [1].

По мнению В.А. Коваленко, приобщение студентов к различным формам физкультурно-спортивной деятельности — важное слагаемое в формировании здорового образа жизни. Так как здоровье студента и его обучение взаимосвязаны и взаимообусловлены. Чем крепче здоровье студента, тем продуктивнее обучение, иначе конечная цель обучения утрачивает подлинный смысл и ценность [3].

Вузам и кафедрам физического воспитания предоставлены широкие возможности для творческих инициатив, использования инноваций с учетом специфики учебного заведения, контингента студентов, преподавателей и климато-географических условий.

В обучении и воспитании студентов в настоящее время применяется комплекс мер, средств, методов и форм физической культуры, направленных на всестороннее развитие и физическое совершенствование студентов в соответствии с требованиями к современному образовательному процессу.

Для эффективного развития студентов в процессе обучения преподаватели физической культуры в своей практике должны использовать:

- оптимизацию и интенсификацию обучения на основе применения современных психолого-педагогических и психолого-физиологических технологий;
- деятельностный подход к формированию гармонично развитой личности.

Учитывая мнение исследователей и собственный опыт работы мы считаем, что процесс физического воспитания обладает достаточно мощным потенциалом для самовоспитания личности.

*Выводы.* Таким образом, процесс физического воспитания в образовательном пространстве современного вуза должен приобрести такую направленность, которая сможет переориентировать деятельность студента с традиционной, направленной лишь на приобретение двигательных умений, навыков и развитие физических качеств на деятельность, направленную на накопление опыта творческой и познавательной деятельности; освоение знаний и методов управления своим физическим развитием и физическим состоянием; коррекцию своего физического состояния в зависимости от профессиональных и жизненных задач; формирование активно-преобразующего отношения к получаемой информации; проектирование стратегии индивидуального образа жизни; использование методов самовоспитания [5].

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Беликов, В.А. Образование. Деятельность. Личность: монография / В.А Беликов — М.: Академия Естествознания, 2010 — 340 с.
2. Дьяченко, М.И. Психология высшей школы / М.И. Дьяченко, Л.А. Кандыбович, С.Л. Кандыбович — Минск: Харвест, 2006 — 416 с.
3. Коваленко, В.А. Физическая культура: учебное пособие / В.А. Коваленко — М.: Изд-во АСВ, 2000 — 342 с.
4. Николаев, Ю.М. Физическая культура и основные сферы жизнедеятельности человека и общества в контексте социокультурного анализа. / Ю.М. Николаев // Теория и практика физической культуры — 2003 — № 8 — С. 2 — 9.
5. Соловьев, Г.М. Культура здорового образа жизни (теория, методика, системы): учебное пособие / Г.М. Соловьев, Н.И. Соловьева — М.: Илекса, 2009 — 432 с.
6. Столяренко, Л.Д. Педагогическая психология / Л.Д. Столяренко — Ростов н/Д: Феникс, 2008 — 541 с.