

НЕКОТОРЫЕ АСПЕКТЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ УЧРЕЖДЕНИЙ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

SOME ASPECTS OF PHYSICAL EDUCATION OF STUDENTS OF HIGHER EDUCATION INSTITUTIONS

К. С. ВАШКЕВИЧ

K. S. VASHKEVICH

Белорусский государственный университет

Минск, Беларусь

Belarusian state university

Minsk, Belarus

e-mail: vashkevich.kseniya@gmail.com

Актуальность физического воспитания на современном этапе связана с изменением отношений в обществе, в частности, планомерной цифровизацией, уменьшение межличностных непосредственных контрактов, а, следовательно, и сокращение двигательной активности людей. Особенно данная проблема актуальна для подрастающего поколения в среде студентов учреждений высшего образования, статический образ жизни которых ставит новые задачи в физическом воспитании, ввиду характерного для них ухудшения здоровья в результате снижения двигательной активности.

Ключевые слова: образование, физическое воспитание, спорт, студенты, университет, учреждения высшего образования.

The relevance of physical education at the present stage is associated with a change in society relations, in particular, systematic digitalization, a decrease in interpersonal direct contracts, and, consequently, a reduction in people's motor activity. This problem is especially relevant for the younger generation among higher education institutions' students, whose static lifestyle poses new challenges to their physical education due to their characteristic deterioration in health as a result of reduced motor activity.

Keywords: education, physical education, sports, students, university, higher education institutions.

В современном мире существенно нарастает осознание роли физической культуры как фактора совершенствования человека и общества. Здоровый образ жизни, физическая культура и спорт становятся социальным феноменом, способствующим развитию сильного государства и здорового общества.

В условиях интенсивно развивающейся экономики и мира в целом, студенты – будущие молодые специалисты – должны воплощать свои творческие и профессиональные способности как в новых социально-экономических условиях, так и в различных географических условиях ввиду существующей мобильности кадров [4, с. 205]. В этой связи студенты должны обладать не только фундаментальными знаниями, умениями и навыками в своей профессиональной сфере, но и совокупностью устойчивых свойств, которые обуславливают пригодность к профессиональной деятельности и отвечают качественно новым требованиям работодателей, таким как хороший уровень здоровья и необходимый диапазон функциональных возможностей организма [3, с. 130–132, 138–139; 4, с. 205]. Представляется, что данные качества возможно выработать непосредственного воздействия физического воспитания.

Стоит отметить, что под физическим воспитанием понимается комплексный процесс, направленный на физическое развитие человека, приобретение им учений, навыков и знаний в сфере физической культуры и спорта в целях формирования всесторонне развитого и физически здорового человека, включающий физическую подготовку; в этой связи физическая подготовка включает в себя процесс использования средств, методов, форм и условий занятий физическими упражнениями, позволяющий направленно воздействовать на физическое развитие человека [1, абз. 32, 33 п. 1 ст. 1].

Всякая педагогическая деятельность имеет свою специфику в зависимости от сферы ее реализации.

Главная особенность воспитательной (педагогической) деятельности при работе со студентами в ходе занятий физической культурой заключается в том, что освоение ими новых знаний происходит на основе практики. При этом ведущая роль в процессе воспитания сохраняется за самим студентом, несмотря на то, что воспитание – это совместная деятельность субъектов образовательного процесса [6, с. 167].

Таким образом, с аксиологической точки зрения физическое воспитание выступает в качестве процесса, т.е. деятельности, носящей воспитательный (педагогический) характер, для которой характерна направленность на совершенствование форм и функций организма студента, на формирование двигательных умений, навыков и связанных с ними знаний, на развитие физических качеств.

При физическом воспитании личности студента преподаватель физической культуры и спорта должен учитывать ряд специфических факторов, таких как: индивидуальные особенности психики студента; его интересы; уровень культуры; активность; направленность (система мо-

тивов) студента; степень его осознанности отношений с миром; развитие его самосознания; самооценка студента; устойчивость его психических качеств; его мотивация; самореализация и др. [5, с. 244; 6, с. 170].

Представляется, что особенно важным фактором в физическом воспитании студента учреждения высшего образования выступает его тип темперамента. Зная тип темперамента студента, преподаватель по физической культуре и спорту может подбирать индивидуальные методы и средства его физического воспитания.

Выбирая методы физической культуры для меланхолика, следует учитывать, что это человек ранимый и склонный к постоянному и особому переживанию различных событий, происходящих в его жизни; он мало реагирует на внешние факторы и свои астенические переживания не может сдерживать усилием воли, т.к. он сильно впечатлителен, легко раним [5, с. 244].

Что касается флегматика, можно говорить о том, что он достаточно медлителен, невозмутим, внешне скуп на проявление эмоций и чувств; однако он проявляет упорство, настойчивость в работе, при этом оставаясь спокойным и уравновешенным, является производительным, прилежным работником [5, с. 244].

Сангвиник характеризуется как живой, горячий, подвижный человек, с частой сменой настроения, впечатлений, довольно легко примиряющийся со своими неудачами и неприятностями, с быстрой реакцией на все события, происходящие вокруг него; он довольно продуктивен в работе, когда ему интересно, – в противном случае он относится к ней безразлично из-за скуки [5, с. 244].

Холерика можно описать как быстрого, страстного, порывистого, с резко меняющимся настроением, эмоциональными вспышками, быстро истощаемого типа; при этом у него нет равновесия нервных процессов [5, с. 244].

Таким образом, в области физической культуры и спорта педагогическая деятельность имеет свои особенности ввиду специфической сферы ее реализации и объекта воздействия – студента высшего учреждения образования.

Для успешного и качественного выполнения работы по физическому воспитанию перед преподавателем по физической культуре и спорту ставятся определенные задачи.

В качестве таковой выступает, в частности, задача преподавателя физической культуры по оказанию положительного воспитательного воздействия на студентов: способствованию формированию сильной личности, интеллекта, чувства прекрасного, этики поведения, мужества,

настойчивости, терпения, а психологическая атмосфера занятий способствовала подавлению эгоизма, лицемерия, нечестности [2, с. 107].

Для выработки данных качеств используются определенные методы физического воспитания.

Отмечается, что наиболее эффективными из них являются методы одобрения, поддержки, поощрения, воспитания ответственности за успешное выполнение группового задания [6, с. 170]. В ходе тренировки (как особого средства для развития воли, преодоления усталости, жалости к себе, умение сохранять самообладание, и, в конечном итоге, – формирования личности) для достижения целей физического воспитания характерно видоизменение метода [2, с. 107]. В ходе данной деятельности используются следующие методы: непосредственного влияния педагога на воспитанника; создания нужных условий и обстоятельств для изменения воспитанником своего отношения, выражения своей позиции, проявления характера; совместной деятельности воспитателя с воспитанником; процессов обучения и саморазвития в ходе дружеского и профессионального общения [2, с. 107].

Таким образом, можно говорить о том, что методы физического воспитания выступают в качестве способов достижения его целей. Выбор данных методов преподавателем физической культуры и спорта должен зависеть от вида физкультурно-спортивной деятельности.

В литературе также отмечается важность занятия массовой физкультурно-спортивной деятельностью как особого средства физического воспитания студентов: при одинаковом уровне педагогического управления она создает более благоприятные условия для приобретения студентами необходимых физических и других социально значимых качеств, умений, навыков и связанных с ними знаний [6, с. 170].

Таким образом, занятие массовой физкультурно-спортивной деятельностью как особое средство физического воспитания способствует достижению цели физического воспитания студента – формированию всесторонне развитой и физически здоровой личности. Таким образом, физическое воспитание выступает в качестве процесса, носящего воспитательный (педагогический) характер, направленного на совершенствование формы и функций организма человека, формирования двигательных умений, навыков, связанных с ними знаний и развития физических качеств, т.е. формирование всесторонне развитого и физически здорового человека. При этом особенность физического воспитания студента заключается в освоении им новых знаний в результате решения проблем и задач, возникающих в ходе практической деятельности, а также в его ведущей роли в процессе физического воспитания.

Физическое воспитание по сравнению с воспитанием в общем смысле (т.е. педагогической деятельности) имеет свои особенности: специфическую сферу ее реализации и объект воздействия. Данные особенности воспитания должны учитываться преподавателем физической культуры и спорта при реализации физического воспитания.

Методы, выступая в качестве способов достижения целей физического воспитания, должны избираться преподавателем физической культуры и спорта исходя из вида физкультурно-спортивной деятельности (средств физического воспитания) и особенностей студента.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Закон Республики Беларусь о физической культуре и спорте [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://pravo.by/document/?guid=3871&p0=N11400125>. Дата доступа: 10.03.2023.
2. *Зарипов, Р. У.* Психолого-педагогические аспекты развития физической культуры и спорта / Р. У. Зарипов, Л. Ф. Садретдинова, С. А. Асаинова // Приоритеты педагогики и современного образования : материалы VI Международной научно-практической конференции, 10 мая 2019 г., Пенза. – Пенза : МЦНС «Наука и просвещение», 2019. – С. 106–109.
3. *Кезин, А. С.* Инновационное образование как условие социальной адаптации и мобильности личности в условиях рынка / А. С. Кезин // Вестник ТОГУ, 2007. № 3 (6). С. 125–142.
4. *Панжинский, Э. Н.* Психолого-педагогические проблемы физической культуры студенческой молодежи в вузах РФ/ Э. Н. Панжинский, И. И. Панжинская // «Ученые заметки ТОГУ», 2016. № 2 (7). С. 204–211.
5. *Панчук, Н. С.* Психолого-педагогические аспекты формирования физической культуры студентов [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologo-pedagogicheskie-aspekty-formirovaniya-fizicheskoy-kultury-studentov>. – Дата доступа: 10.03.2023.
6. *Ханевская, Г. В.* Психолого-педагогические аспекты физического воспитания студенческой молодежи / Г. В. Ханевская // Акмеология профессионального образования : материалы 14-й Всероссийской научно-практической конференции, 14–15 марта 2018 г., Екатеринбург. – Екатеринбург : Издательство РГППУ, 2018. – С. 167–171.