

ФОРМУВАННЯ СПОРТИВНОЇ КУЛЬТУРИ ОСОБИСТОСТІ СТУДЕНТІВ НА ЗАНЯТТЯХ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

У статті аналізується поняття спортивної культури людини. Наведено характеристики впливу занять з фізичного виховання на формування спортивної культури студентів вищих навчальних закладів.

Ключові слова: ВНЗ, вплив, заняття, особистість, розвиток, спортивна культура, студент, формування, якість.

Актуальність проблеми

В сучасних студентів спостерігається помітний недолік фізкультурної й спортивної освіти, і як наслідок, байдужість до цінностей спортивної культури. Заняття спортом не тільки сприяють покращенню фізичного здоров'я й фізичному вдосконаленню студентів, такі заняття також включають широкий комплекс виховних, оздоровчих й профілактичних впливів, що сприяють індивідуально-особистісній орієнтації життєдіяльності студента. Проблеми, що пов'язані з формуванням спортивної культури студентів впродовж їх навчання у вищому навчальному закладі обговорюються у роботах В. К. Бальсевича (2003), Ж. К. Холодова, В. С. Кузнецова (2003), Л. П. Матвеева (1991) й ін.

Становлення культурного потенціалу суспільства й особистості студента як головного перетворювача соціуму є одним із найважливіших завдань сучасної вищої освіти. Одним з напрямків культурного перетворення студента можна вважати розвиток і придбання знань, що досягається в процесі навчальної діяльності з різних дисциплін у вищому навчальному закладі.

Заняття студентом фізичною культурою і спортом відіграють значну роль у становленні соціального й інтелектуального змісту його особистості [3], здійснює вплив на суспільно значимі відносини, організацію й моральну спрямованість – якщо даний факт не враховувати, то заняття фізичною культурою спортом будуть підвищувати тільки фізичні кондиції студента, але не реалізують формування його моральної й естетичної культури, творчого й інтелектуального потенціалу, що вплине на його потреби в спілкуванні з іншими людьми.

З метою виховання гармонійно розвиненої особистості студента, необхідно застосовувати відповідні засоби й методи, але багато студентів, особливо першокурсників, не знайомі із цінностями спорту. Культура людини це поняття складове, проте наявність в студента всіх видів культури є невід'ємною частиною процесу його соціалізації. У зв'язку з тим, що навчально-тренувальний процес з фізичного виховання передбачає всебічний розвиток особистості студента, тому поряд із придбанням рухових вмінь і навичок необхідно використовувати виховний компонент для формування в студента спортивної культури [7].

Дослідження виконувалось за планом науково-дослідної роботи кафедри фізичного виховання НТУУ "Київський політехнічний інститут".

Мета, завдання роботи, матеріал і методи

Мета дослідження – формування спортивної культури студента вищого навчального закладу протягом навчально-тренувального процесу на заняттях з фізичного виховання.

Методи дослідження включали вивчення й аналіз літературних джерел.

Результати дослідження

Культура людини розглядається як певний рівень її розвитку, й виражається в типах і формах організації життєдіяльності, у матеріальних і духовних цінностях, що створює людина впродовж життя.

Фізична культура і спорт створює культурні цінності [6], які органічно входять у зміст загальної культури, таким чином, під спортивною культурою варто розуміти частину загальної культури, що поєднує категорії, закономірності, а також установи й блага, які створені для інтенсивного використання фізичних вправ у рамках змагальної діяльності, що переслідує ціль першості або рекорду внаслідок фізичного й духовного вдосконалення людини, в нашому випадку студента ВНЗ. Говорячи про ціннісний потенціал фізичної культури й спорту сучасного соціуму, необхідно враховувати наявність механізму перетворення суспільних цінностей в особисте надбання кожної особистості.

Сучасний стан вищої освіти характеризується нездатністю адекватно реагувати на наявні проблеми студентської молоді, головною з яких є проблема здоров'я [1]. Умови життя сьогодення затребують особистість студента із максимальним розвитком всіх людських сил: фізичних, емоційних, психічних, інтелектуальних, наявність достатнього рівня здоров'я. Навчання у ВНЗ характеризується одержанням великого обсягу інформації й напруженою сенсорних систем організму, що відбувається на тлі низького рівня

рухової активності студента, ці фактори призводять до зміни функціонального стану серцево-судинної системи, психоемоційним навантаженнями протягом навчання й під час здачі іспитів [2].

Навчання у вузі представляє собою важливий етап у становленні студента – майбутнього фахівця, придбання їм не тільки спеціальних знань, але й надбання культури особистості, що включає фізичне виховання, етику фізичних вправ, знання основ спортивної гігієни, вироблення стійких звичок до регулярних занять фізичними вправами. Фізична культура й спорт не тільки надзвичайно необхідні компоненти становлення студента, але й дають можливість розвинути в собі багато якостей, дозволяють включитись в широке коло спілкування, вносять у життя дух змагання. Правда, більша частина молодих людей обмежують заняття фізичною культурою тільки навчанням за розкладом, що забезпечує лише частину норми рухової активності для цього віку.

Фізична культура представлена у ВНЗ як навчальна дисципліна "Фізичне виховання" і є найважливішим компонентом формування загальної культури студента, вона сприяє гармонізації розвитку студента, забезпечує формування таких цінностей, як здоров'я, фізичне й психічне благополуччя, фізична досконалість.

Фізична культура є важливою гранню загальної культури будь-якого розвинутого суспільства, яка стає об'єктивною потребою суспільства й особистості студента, соціальною цінністю, важливою частиною культури, сприяє зміцненню здоров'я, як фізичного, так і духовного [4]. Саме інтегративні, духовно-фізичні можливості фізичної культури й освоєння студентом всього комплексу її потенціалу все частіше розглядається як потужний фактор оздоровлення студента, що, у подальшому, вплине на його самовизначення в сучасному суспільстві, самореалізації в сфері освіти й праці.

Спорт є сферою створення культурних цінностей, які органічно входять у загальний зміст культури, його можна з повною підставою віднести до тих видів людської діяльності, через які особистість проявляє свої цінності й створює їх [5]. Цінності тут можуть проявлятися у вигляді здоров'я, фізичного вдосконалення, як конкретні результати (зайняте місце, рекорд) або опосередковано – підвищення фізичної і розумової працездатності, продуктивності навчання або праці, загальної вихованості й культурності студента.

Спортивна культура представляє собою напрацьовані в суспільстві цінності, соціальні процеси й відносини, що складаються в ході змагань і спортивної підготовки до них. Участь у змаганнях має на меті досягнення першості або рекорду за допомогою фізичного й духовного вдосконалення людини. Формування спортивної культури студента є важливою складовою конкурентоздатності студентської молоді в умовах сучасного суспільства й виступає одним із критеріїв на всіх вікових етапах розвитку студента. У той же час погіршення стану здоров'я й рівня фізичної підготовленості студентської молоді в умовах соціальних, економічних й екологічних проблем сьогодення свідчить про необхідність корекції існуючого традиційного підходу у фізичному вихованні студентів у вищому навчальному закладі. Відсутність у більшості студентів необхідної мотивації до занять фізичними вправами погіршує положення, що створилося, таким чином, проблема активізації рухової діяльності й формування стійкої мотивації студентів до занять фізичною культурою й спортом у ВНЗ є більш значимою.

Студенти, які регулярно займаються фізичними вправами певної спрямованості навіть у період заліково-екзаменаційної сесії, більш благополучно для свого здоров'я проходять цей період свого студентського життя. Серед студентів, які систематично займаються фізичними вправами, спостерігається більш раціональне використання часу в режимі дня на відміну від студентів, які займаються за стандартною програмою. Це дає підставу рекомендувати організацію процесу фізичного виховання у ВНЗ з урахуванням інтересів й потреб студентів у руховій діяльності певної спрямованості, підвищуючи мотивацію й поліпшуючи динаміку рухової підготовленості студентів [8].

У теоретико-методологічному плані програма з фізичного виховання студентів повинна ґрунтуватись на принципах гуманістичної педагогіки й психології. З метою виховання у студентів *спортивної культури* в основу програми повинні бути покладені найважливіші принципи виховно-освітнього процесу, при цьому цілями повинні бути:

- закладення основ знань про спорт;
- розвиток спорту в країні (знання про літні й зимові види спорту, про розмаїтість спортивних споруджень, про різновиди спортивної форми й спортивного інвентарю, поняття про змагання й тренування тощо);
- формування інтересу до систематичних занять фізичною культурою і спортом;
- формування рухових вмінь і навичок, що відповідають психомоторному розвитку студентів й обраному виду спорту, для вдосконалення їхнього фізичного стану і різних його параметрів (здоров'я, фізичного розвитку, розвитку рухових здатностей).

Висновки

1. Важлива роль у вихованні в студентів спортивної культури належить мотивації, необхідно домогтись того, щоб студенти сприймали спорт не тільки як засіб для фізичного розвитку і відпочинку й розваги, але і як засіб для всебічного розвитку їх особистості.

2. Простежується певна закономірність того, що з курсом навчання знижується інтерес студентів до спортивної діяльності й більшість з них не розглядають спорт як засіб для гармонійного розвитку власної особистості.

3. Існує необхідність створення мотиваційної сфери у навчально-тренувальному процесі студентів, основними компонентами якої повинно бути розвиток комунікативних функцій, психічне задоволення від спортивної діяльності, самовираження, участь у змагальній діяльності, підготовка до майбутньої професійної діяльності, високий спортивний результат, цілеспрямований розвиток фізичних якостей, придбання вмій й навичок, розширення кругозору.

Подальші дослідження планується провести з метою характеристики стану лікарсько-педагогічного контролю проведення занять з фізичного виховання зі студентами ВНЗ.

Використані джерела

1. Ахмерова С. Г. Здоровий образ жизни и его формирование в процессе обучения / С. Г. Ахмерова // Профилактика заболеваний и укрепление здоровья. – 2001. – № 2 – С. 37–40.
2. Бережанський В. О. Актуальні проблеми фізичної культури та спорту в сучасних соціально-економічних і екологічних умовах. – Запоріжжя 2007. – 294 с.
3. Матвеев Л. П. Теория и методика физической культуры (общие основы теории и методики физического воспитания; теоретико-методические аспекты спорта и профессионально-прикладных форм физической культуры): учеб. для ин-тов физ. культуры / Л. П. Матвеев. – М.: Физкультура и спорт, 1991. – 543 с.
4. Решетников Н. В., Кислицын Ю. Л. Физическая культура. – М.: Академия, 2005. – 152 с.
5. Теорія спорту / Під ред. В. Н. Платонова. – К.: Высшая школа, 2007. – 208 с.
6. Физическая культура: Учебное пособие / Под ред. В.А. Коваленко. – М.: Изд-во АСВ, 2000. – 432 с.
7. Теорія і методика фізичного виховання: [підруч. для студ. вищ. навч. закл. фіз. вих. і спорту: у 2 т. / за ред. Круцевич Т. Ю.]. Т.1 / Загальні основи теорії і методики фізичного виховання. – К.: Олімпійська література, 2008. – 391 с.
8. Физическая культура: учебник для студ. сред. проф. учеб. заведений / Н. В. Решетников, Ю. Л. Кислицын, Р. Л. Палтиевич, Г. И. Погодаев. – 10-е изд., стер. – М.: Академия, 2010. – 176 с.

Shishac'ka V. I., Scheglov E. M.

FORMING OF STUDENT' PERSONALITY SPORTING CULTURE ON PHYSICAL EDUCATION STUDIES

The concept of man' sporting culture is analyzed in the article. Description of physical education employments' influence on forming of sporting culture of high school students is adduced.

Key words: *development, forming, influence, high school, personality, quality, sporting culture, student, study.*

Стаття надійшла до редакції 07.09.2013 р.

