(cc) BY

Большаков Герман Павлович
студент
Белянкин Даниэль Владиславович
студент
ФГБОУ ВО «Кубанский государственный
аграрный университет им. И.Т. Трубилина»
г. Краснодар, Краснодарский край

РОЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ВЫСШЕМ ОБРАЗОВАНИИ В РФ

Аннотация*: в статье рассматривается роль физической культуры в образовательных программах высших учебных заведений в РФ. Особое внимание уделяется таким видам спорта, которые способны повысить общий уровень физического и психического здоровья обучающихся, а также обеспечить высокий уровень их профессиональной подготовки и адаптации.*

Ключевые слова*: высшее образование, спорт, физическая культура, физическая подготовка, профессиональная подготовка, профессионализм.*

На данный момент физическая культура является непосредственной частью высшего образования в РФ. Однако во многих высших учебных заведениях РФ физическая культура отодвинута на второй план, что может привести к различным отклонениям. По данным статистики, около 50% студентов российских вузов имеют отклонения в состоянии опорно-двигательного аппарата, 20% имеют избыточный вес, а интенсивность заболеваний непрерывно увеличивается. На основании этого, можно сделать вывод, что занятия физической культурой необходимы в вузах, т. к. они способны повысить общий уровень здоровья обучающихся.

Как известно, физическое здоровье для человека является связующим звеном, от которого зависит также эмоциональное состояние человека, интеллектуальное развитие и воспитание в нем положительных, с точки зрения морали и нравственности, социально полезных качеств. Поэтому, важно отметить, что занятия спортом необходимы для студентов высших учебных заведений, т. к. они

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

способствуют не только улучшению состояния физического здоровья, но и помогают учащимся расслабиться, получить моральную разгрузку, а также формируют в них качества, которые обязательно пригодятся в их будущей профессиональной деятельности [1].

Для развития физической культуры личности студента, в высших учебных заведениях проводятся лекционные занятия, для изучения студентами теории физической культуры, а также практические занятия, где учащиеся выполняют различные упражнения для развития физического здоровья.

Для развития социально и профессионально полезных качеств, студенту необходимо заниматься такими видами спорта как: футбол, баскетбол, гандбол и т. д. Таким образом, для развития полезных при взаимодействии с другими людьми качеств, студентам необходимо заниматься именно командными видами спорта, где работа в команде и взаимодействие между товарищами является ключом к победе. Что касается выносливости, ловкости, скорости и мышечной силы, студент может выбрать любой вид спорта, который ему придется по душе: акробатика, гимнастика, плавание, силовые упражнения и тренировки и т. д [2].

Занятия физической культурой развивают в студентах множество полезных качеств. В зависимости от вида спорта, которым увлекается студент, у него развиваются качества, наиболее часто используемые в данном виде спорта. На лекционных занятиях по физической культуре студенты изучают множество наук, способствующих их приобщению к здоровому образу жизни и формированию убеждения о необходимости занятий спортом [3].

Также профессионал обязан обладать рядом психологических и моральных качеств, такими как: дисциплинированность, принципиальность, уравновешенность, эмоциональная устойчивость. Все эти навыки развиваются на занятиях физической культурой. Таким образом, физическая культура способна привить студенту желание развивать в себе большое количество полезных навыков, которые имеют первостепенное значение не только в профессиональной деятельности, но и в повседневной жизни.

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Следует отметить особую важность физической культуры в юридической деятельности, т. к. существует необходимость сформировать физическую культуру личности будущего специалиста в юриспруденции. Особенное внимание к физической культуре уделяется в МВД, что можно объяснить непосредственно характером работы. Практически каждый работник ОВД может оказаться в опасных для жизни условиях и ему потребуется ряд физических навыков, например, самооборона. Такие обстоятельства сплачивают работников МВД и делает обязательным развитие таких навыков, как физическая сила, выносливость и т. д. Физическая подготовка – важный составляющий элемент для профессиональной подготовки сотрудников органов внутренних дел. Физическая культура и спорт является эффективным способом развития не только физического, но также и нравственного, морального состояния человека. Занятия физкультурой формируют качества, необходимые для служебной деятельности.

В процессе занятия физической культурой обучающиеся также начинают включаться в психологические процессы. Благодаря физической культуре, студенты познают себя и влияют на свое самосознание путем изучения и совершенствования своего физического состояния. Уровень физических способностей организма также влияет и на его психическое состояние. Таким образом, Студенты непосредственно принимают участие в процессе самочувствия, занимаясь спортом и общаясь с людьми, обладающими схожими интересами.

На основе статистических данных педагогики, физиологии и психологии, можно сделать вывод о том, что при низком уровне физического развития и подготовленности трудно добиться значимых результатов только лишь в занятиях по учебной программе, поэтому необходимо активно и регулярно заниматься самостоятельно. Благодаря самостоятельным занятиям физической культурой, раскрывается ее значимость как действенного средства воспитания духовности и нравственности в человеке. Ведь благодаря тренировкам, улучшается не только физическое состояние и физические показатели, но и сила воли, умение преодолевать трудности. Таким образом, физическая культура в учебных заведениях

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

высшего профессионального образования формирует личностные качества студентов: трудолюбие, стремление добиваться своих целей, быть активным в общественной жизни, не отставать и даже вести за собой других; учит ответственности и самоконтролю. Кроме того, физическая культура способствует формированию духовно-нравственных ценностей в человеке, что непосредственно подчеркивает значимость данного предмета и говорит о его месте в системе образования. Если специалисты и преподаватели физической культуры смогут сформировать у студентов желание непрерывно развиваться и самосовершенствоваться, то им будет гораздо легче принимать в жизни ответственные решения, решать сложные задачи в разных областях жизнедеятельности.

Физическая культура прямо и косвенно охватывает такие свойства и ориентации личности, которые позволяют ей развиваться в единстве с культурой общества, достигать гармонии знаний и творческих действий, чувств и общения, физического и духовного, разрешать противоречия между природой и производством, трудом и отдыхом, физическим и духовным. Достижение такой гармонии личностью обеспечивает ей социальную стабильность, продуктивную вовлеченность в жизнь и работу, создает для нее душевный комфорт.

Изучение социальных функций физкультуры в вузе позволит глубже понять содержание учебной дисциплины «Физическая культура», зафиксированной в примерной программе для вузов в соответствии с государственным образовательным стандартом. Примерной она названа потому, что отражает только требования «Стандарта», но в каждом вузе может быть расширена и дополнена с учетом регионально-территориальных, социокультурных, климатических факторов, а также особенностей подготовки профессиональных кадров, материально-технических условий.

Подводя итог сказанному, можно сделать вывод, что физическая культура как учебная дисциплина играет немаловажную роль в высшем профессиональном образовании в Российской Федерации. Данная учебная дисциплина способна развить огромное количество полезных как в профессиональном, так и в

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

личностном плане навыков. В университетах «Физическая культура» преподносится как академическая дисциплина и важнейший компонент целостного развития личности. Являясь составной частью общей культуры, психофизического формирования и профессиональной подготовки студентов на протяжении всего периода обучения, физическая культура входит в число обязательных дисциплин. Физическая культура наиболее полно выполняет свои воспитательные и развивающие функции в целенаправленном педагогическом процессе физического воспитания.

Укрепление здоровья на занятиях физической культурой способствует также и улучшению положительных качеств личности. Целью системы физического воспитания студентов университета является: комплекс организационных, методических, пропагандистских и воспитательных мер, которые могут обеспечить совершенствование студентов средствами физической культуры и спорта. Оказывать содействие в подготовке всесторонне развитых специалистов высокопроизводительного труда по выбранной профессии и защите Родины, способных использовать и внедрять основы здорового образа жизни в условиях будущей производственной деятельности.

Список литературы

1. Федосова Л.П. Занятия по физической культуре в вузе как путь совершенствования профессиональной физической подготовки / Л.П. Федосова, Г.В. Федотова, Л.У. Удовицкая // Физическая культура и спорт в высших учебных заведениях: актуальные вопросы теории и практики: материалы национальной научно-практической конференции. – 2021. – С. 621–626.

2. Федосова Л.П. Сравнительный анализ методов физической культуры, направленных на развитие выносливости и силы в контексте здоровья / Л.П. Федосова, З.В. Кузнецова, Г.В. Федотова, Л.У. Удовицкая // Ученые записки Университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2021. – №3 (193). – С. 448–450.

3. Николаева Е.В. Основные качества студентов, формируемые в процессе занятий физической культурой / Е.В. Николаева, Г.В. Федотова, Л.П. Федосова

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

// Актуальные проблемы физической культуры и спорта в современных социально-экономических условиях: материалы Международной научно-практической конференции. – 2022. – С. 443–446.

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)