

Черненко Артём Алексеевич

студент

Научный руководитель

Александров Спартак Геннадьевич

канд. пед. наук, доцент

Краснодарский филиал

ФГБОУ ВО «Российский экономический

университет им. Г.В. Плеханова»

г. Краснодар, Краснодарский край

ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВАНИЯ ФОРМИРОВАНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ЛИЧНОСТИ СТУДЕНЧЕСТВА КУБАНИ

Аннотация: в статье рассмотрен вопрос теоретических оснований формирования физической культуры личности студенчества Кубани. Приведены условия для повышения эффективности процесса формирования физической культуры личности российского студенчества.

Ключевые слова: студенты вузов, физическая культура, спорт, личность, молодежь, физическое воспитание, мотивационно-потребностная сфера, физические качества, двигательные умения, двигательные навыки.

В современных условиях глобальных военно-политических вызовов недружественных государств социальный заказ российского общества к высшей школе значительно трансформировался. Сформулирована актуальная задача – обеспечить подготовку высококвалифицированных специалистов, способных к эффективной обороне государства и качественной производственной деятельности в условиях острой конкуренции. Назрела необходимость формирования физической культуры личности студенческой молодежи Кубани с учетом современных тенденций, ориентированной на половозрастные особенности и состояние здоровья студенческой молодежи, специфику обучения в вузе, особенности региона, интересы, мотивы и потребности занимающихся [2].

Результаты исследования и их обсуждение.

В современном российском обществе происходит значительное возрастание роли физической культуры и спорта, как важнейших составляющих, обеспечивающих здоровье и социальное благополучие этносов. Активные и целенаправленные занятия физической культурой и спортом укрепляют здоровье, содействуют гармоничному развитию, способствуют воспитанию необходимых физических, психологических и духовно-нравственных качеств, необходимых будущим выпускникам в профессиональной деятельности [4, 7].

Ценность физической культуры для профессиональной подготовки студента трудно переоценить. Она призвана гармонизировать духовный и физический потенциал личности занимающихся, способствовать реализации творческих возможностей, формированию «физического здоровья», психологического и социального благополучия личности и общества [3].

Целью физического воспитания студентов в вузе должно выступать формирование физической культуры личности, в условиях поддержания высокого уровня соматического здоровья, прививание потребности в «здоровом стиле жизни», становление прикладных двигательных качеств и специальных «физкультурных знаний», необходимых в предстоящей профессиональной деятельности бакалавра (специалиста) [5, 6].

Обозначенная цель должна предусматривать:

- знание теоретико-методических и прикладных основ физической культуры, здорового образа и «стиля» жизни;
- понимание значения физкультурно-спортивной деятельности в становлении гармоничной личности, её подготовка к предстоящей профессиональной деятельности, в т.ч. на производстве;
- развитие мотивационно-ценностного отношения личности студентов к физкультуре и спорту.

В целом в условиях «университетского образования», установка на здоровый образ жизни, физическое совершенствование и «психологическое самовоспитание» личности, осознанная потребность в систематических занятиях физическими упражнениями и спортом должна реализовываться:

– в овладении занимающимися инновационными технологиями формирования практических умений и навыков, сохранения и укрепления здоровья, создания психического благополучия, развитие и совершенствование психофизических способностей и качеств, профессионально-ориентированное самоопределение личности;

– в обеспечении профессионально-прикладной физической подготовки студенчества, определяющей способность выпускников вузов (бакалавров, специалистов) к будущей профессиональной деятельности;

– в приобретении опыта применения физкультурно-спортивной деятельности для достижения позитивно-ориентированных профессиональных и личностных целей.

К сожалению, регулярные занятия физкультурой и спортом для студентов не превалируют среди основных личностных интересов.

Вовлечение студенческой молодёжи в активные занятия физкультурой и спортом представляют собой важнейшие слагаемые формирования здорового образа и стиля жизни. Определяющее значение приобретают самостоятельные занятия физическими упражнениями и спортом [1].

Для того чтобы процесс адаптации студенчества к условиям обучения в вузе проходил успешно, необходимо следование принципам здорового образа жизни и регулярная активная двигательная деятельность, а также отказ от вредных привычек и зависимостей. Систематическое применение физических нагрузок выступает обязательным фактором данного процесса.

Существуют объективные и субъективные факторы, определяющие потребности, интересы и мотивы включения студентов в активную физкультурно-спортивную деятельность. К объективным факторам относятся: состояние материальной спортивной базы, направленность учебного процесса по физической культуре и содержание занятий, состояние здоровья занимающихся. К субъективным факторам относятся: соответствие эстетическим вкусам, понимание личности значимости занятий, духовное обогащение, развитие познавательных способностей.

Заключение.

В целом, формирование у студенчества физической культуры личности становится значимой «объединяющей силой» российского общества, консолидирующего усилия государственных структур, общественных организаций и образовательных учреждений.

Таким образом, к основополагающим задачам формирования физической культуры личности «российского студенчества» следует отнести:

- подготовку к будущей профессиональной деятельности;
- создание «багажа специализированных знаний» в сфере физической культуры и здорового образа жизни;
- культивирование социально ориентированных позитивных интересов, мотивов и потребностей студентов в регулярных и целенаправленных занятиях физкультурой и спортом;
- формирование у студентов установки на «здоровый стиль жизни», отказ от «вредных привычек» и зависимостей;
- овладение занимающимися двигательными умениями и навыками, сохранение и укрепление ими здоровья, повышение работоспособности, функциональных возможностей организма;
- становление и развитие у будущих специалистов специфической профессионально-прикладной физической подготовленности к будущей профессии.

Для повышения эффективности процесса формирования физической культуры личности российского студенчества необходимо: привести в соответствие с современными социально-экономическими условиями направленность физического воспитания; акцентировать внимание на создание положительной динамики физического развития и двигательной подготовленности; совершенствовать систему физкультурного воспитания; обеспечить непрерывную подготовку квалифицированных научно-педагогических кадров для вузов; повысить уровень материально-технического оснащения процесса физкультурного совершенствования.

Список литературы

1. Александров С.Г. Организация самостоятельных занятий физической культурой и спортом студентов вузов: учебно-методическое пособие / С.Г. Александров. – Краснодар: ИП Тасалов А.В., 2021. – 87 с.
2. Александров С.Г. Формирование физической культуры личности студентов с применением традиционных казачьих средств физподготовки (на примере Краснодарского филиала РЭУ им. Г.В. Плеханова) / С.Г. Александров // Бизнес. Образование. Право. – 2022. – №1 (58). – С. 335–339.
3. Александров С.Г. Нормализация нервно-психических состояний студентов с использованием потенциала физической культуры и спорта / С.Г. Александров, Е.С. Гусева // Сфера услуг: инновации и качество. – 2022. – №58. – С. 14–22.
4. Бальсевич В.К. Физическая культура: молодежь и современность / В.К. Бальсевич, Л.И. Лубышева // Теория и практика физической культуры. – 2011. – №4. – С. 2–7.
5. Жданов С.И. Основы физической культуры и здорового образа жизни студента: учебно-методическое пособие. – 2-е изд., стер. – М.: Флинта, 2020. – 96 с.
6. Заглевская А.И. Теория и технология физкультурно-спортивной деятельности студентов на основе модульного обучения / А.И. Заглевская. – Томск: Томский государственный университет, 2019. – 228 с.
7. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры (введение в теорию физической культуры; общая теория и методика физического воспитания): учебник для вузов / Л.П. Матвеев. – 4-е изд. – М.: Спорт, 2021. – 520 с.