

Хохлова Ольга Алексеевна

канд. пед. наук, доцент, заведующая кафедрой
ФГБОУ ВО «Тульский государственный педагогический
университет им. Л.Н. Толстого»

г. Тула, Тульская область

ФИЗКУЛЬТУРНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ КАК ОСНОВА ФОРМИРОВАНИЯ ЛИЧНОСТНЫХ КАЧЕСТВ СТУДЕНТОВ В СОЦИАЛЬНОМ ПРОСТРАНСТВЕ ВУЗА

***Аннотация:** статья раскрывает структуру и содержание методико-практических занятий по физической культуре, способствующих формированию не только определенного объема теоретико-методических знаний, двигательных навыков и умений, но и развитию личностных качеств студентов, устойчивых интересов и мотивов к физической культуре, спорту и здоровому образу жизни в целом.*

***Ключевые слова:** мотивационно-ценностные отношения, физическая культура личности, личность, физическое воспитание, самопознание.*

Физкультурная деятельность является одним из самых важных элементов физической культуры личности студента. Это системный процесс, направленный на достижение сознательно поставленной цели. Физическая культура личности студента активно формируется на методико-практических занятиях и способствует приобщению занимающихся к сознательной физкультурной деятельности. Только через деятельность человек развивается и познает мир.

Физкультурная деятельность включает в себя самые разнообразные виды: познавательная, спортивная, оздоровительная, прикладная, образовательная, организаторская, инструкторская, судейская, но в основе всех лежит физкультурная деятельность, связанная с самосовершенствованием. Признаками качеств всех видов физкультурной деятельности должны быть частота, затраты времени, уровень достижений (результата), динамика. Все перечисленное напрямую связано

с методическими принципами физического воспитания, в основе которых лежат психолого-педагогические и физиологические закономерности [1; 2].

Становление личности студента на методико-практических занятиях по физической культуре происходит через воспитание физической культуры личности, которое представляет собой сложный многовариабельный психолого-педагогический процесс, включающий несколько основных направлений: приобщение к физкультурной деятельности и физическому самосовершенствованию, формирование знаний и интеллектуальных способностей, формирование самопознания и самооценки студентов, формирование мотивационно-ценностного отношения, а также отношения к себе как к индивидуальности.

Проанализировав работы многих авторов, напрашивается вывод, что становление личности студентов на методико-практических занятиях по физической культуре будет эффективным, если мы обеспечим мониторинг мотивационно-ценностных потребностей личности; организуем процесс самопознания и самооценки личности; сформируем отношение студента к себе как к индивидуальности.

Физическое воспитание в высшей школе убирает четкие границы в представлениях о роли и месте физической культуры в развитии личности студента. Но содержание методик преподавания физической культуры задается основными ценностями, присущими личности. Тем самым формирование физической культуры личности – это проблема воспитания отношения к ней. Мотивационная сфера каждого человека является неустойчивым, многогранным, развивающимся образованием, особенности которой определяют и поведение, и деятельность личности. Поэтому формирование мотивационно-ценностного отношения к занятиям физической культурой вызывает формирование интереса у студентов, а в результате – желания умножить знания, способствующие формированию и становлению их личности. Только данный процесс повышает эффективность занятий.

Ценности физической культуры могут быть присвоены только активной, целеустремленной и сознательной личностью, которая планомерно и

систематически работает над собой. В процессе каждого отдельного занятия происходит самовоспитание личности студента. Самовоспитание – это определенный набор приемов и видов деятельности, определяющих и регулирующих действенную позицию личности в отношении своего здоровья, психофизического состояния, физического совершенствования и образования. Самовоспитание начинается с самопознания, то есть процесса изучения личностью собственных психологических и физиологических способностей [3]. Успех процесса самопознания во многом определяется степенью требовательности, предъявляемым студентом к самому себе. Следовательно, чтобы правильно управлять физическим самопознанием, важно своевременно вносить в него коррективы, вести контроль. Уровень самопознания тесно связан также с уровнем развития интеллектуальной, общественной, трудовой активности личности: чем успешнее протекают процессы самопознания, тем активнее образовательная деятельность студентов.

Очень важным условием формирования личностных качеств студентов на занятиях по физической культуре является необходимость учета их индивидуальных особенностей. Опираясь на генотип и природные склонности, используя особенности индивидуализации, можно успешно развивать личностно значимые качества студентов, что повышает уровень обучения.

Таким образом, занятия по физической культуре представляют собой определенный набор теоретико-методических знаний, двигательных навыков и умений, направленных на формирование личностных качеств студентов, устойчивых интересов и мотивов к физической культуре и спорту и здоровому образу жизни в целом. К личностным качествам студентов относятся освоение, самостоятельное изучение, творческое и эмоциональное воспроизведение основных методов и способов формирования учебных, профессионально и жизненно необходимых знаний, умений и навыков.

Список литературы

1. Здоровье и физическая культура студента: Учебное пособие / Под ред. В.А. Бароненко. – М.: Альфа, 2003. – С. 153–148.

2. Узнадзе Д.Н. Психологические исследования / Д.Н. Узнадзе. – М.: Наука, 1966. – С. 451.

3. Физическая культура студента: Учебник / Под ред. И.И. Ильина. – М.: Гардарики, 2002. – С. 68–73.