Роль физической культуры и спорта в духовном воспитании

личности

Пятаков Виктор Евгеньевич

Ученик 11 класса

МБОУ СОШ с. Вал

В современном мире роль физической культуры как фактора совершенствования природы человека и общества, существенно нарастает. Поэтому забота о развитии физической культуры - важнейшая составляющая социальной политики государства, обеспечивающая воплощение в жизнь гуманистических идеалов, ценностей и норм, открывающих широкий простор для выявления способностей людей, удовлетворения их интересов и потребностей, активизации человеческого фактора.

Здоровый образ жизни в целом, физическая культура в частности, становятся социальным феноменом, объединяющей силой и национальной идеей, способствующей развитию сильного государства и здорового общества. Во многих зарубежных странах физкультурно-оздоровительная и спортивная деятельность органически сочетает и соединяет усилия государства, его правительственных, общественных и частных организаций, учреждений и социальных институтов.

Сформировавшись на ранних этапах развития человеческого общества, совершенствование физической культуры продолжается и по настоящее время. Особенно возросла роль физической культуры в связи с урбанизацией, ухудшением экологической ситуации, автоматизацией труда, способствующей гипокинезии. Конец XX столетия во многих странах стал периодом модернизации и строительства современных спортивных сооружений. На совершенно новых экономических и правовых отношениях создаются эффективные модели физкультурно-спортивного движения, активно внедряются малозатратные поведенческие программы, такие как «Здоровье ради жизни», «Здоровое сердце», «Жизнь - будь в ней» и другие, которые направлены на формирования моральной шо личности за состояние собственного здоровья и образа жизни [4, с. 107].

Общемировой тенденцией является также колоссальный рост интереса к спорту высших достижений, который отражает фундаментальные сдвиги в современной культуре. Процессы глобализации в определенной степени были стимулированы и развитием современного спорта, особенно олимпийского.

В соответствии с ФЗ РФ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», физическая культура - это часть культуры, представляющая собой совокупность ценностей, норм и знаний, создаваемых и используемых обществом в целях физического и интеллектуального развития способностей человека, совершенствования его двигательной активности и формирования здорового образа жизни, социальной адаптации путем физического воспитания, физической подготовки и физического развития.

Физическое воспитание имеет уникальную возможность благополучно решить проблему гармонизации биологического, социального и духовного в человеке. Оно может стать тем механизмом, с помощью которого межно преодолеть имеющийся сейчас в сознании многих детей разрыв между пониманием нравственных норм и поведением.

Наиболее актуальными задачами школьного физического воспитания, со стороны влияния на духовно-нравственное содержание личности, на наш взгляд, являются следующие:

* воспитание приверженности к здоровому образу жизни;
* воспитание коллективизма и товарищеской взаимопомощи;
* воспитание непримиримости к несправедливости, нечестности;
* формирование у детей потребности в регулярных занятиях физической культурой и спортом;
* воспитание волевых качеств, самодисциплины, смелость,  
  умения переносить трудности;
* привитие навыков самоконтроля за состоянием здоровья, физического развития, за физической и спортивной подготовкой.
* человек как личность формируется в процессе общественной жизни: в учебе, труде, в общении с людьми. Физическая культура и спорт вносит свой вклад в формирование всесторонне развитой личности.
* **Нравственное воспитание**.

На учебных занятиях, тренировках, а особенно во время спортивных соревнований учащиеся переносят большие физические и моральные нагрузки: быстро меняющаяся обстановка, сопротивление соперника, зависимость результата спортивных соревнований от усилий каждого члена команды, умение подчинить свои интересы интересам коллектива, неукоснительное выполнение определенных правил спортивных соревнований, уважительное отношение к сопернику содействуют формированию у них таких черт характера, как сила воли, смелость, самообладание, решительность, уверенность в своих силах, выдержка, дисциплинированность.

* **Умственное воспитание.**

 На занятиях физической культурой и спортом учащиеся приобретают знания о рациональных способах выполнения двигательных действий, об использовании приобретенных навыков в жизни, усваивают правила закаливания организма, обязательные требования гигиены. Развиваются наблюдательность, внимание, восприятие, повышается уровень устойчивости умственной работоспособности. При правильной организации занятия физической культурой могут стать важным средством в предупреждении переутомления, нервных срывов и неврозов при подготовке к экзаменам.

* Исследования показывают, что занятия физическими упражнениями способствуют совершенствованию органов чувств, мышечно-двигательной чувствительности, зрительного и слухового восприятия, развитию памяти, особенно зрительно – двигательной.
* **Трудовое воспитание.**

Постановка физического воспитания в каждом среднем специальном учебном заведении определяет в значительной степени готовность каждого выпускника к работе по специальности. Сущность трудового воспитания в систематическом и планомерном развитии качеств и свойств личности, определяющих подготовку человека к жизни, к общественно полезному труду. В процессе подготовки и проведения занятий необходимо обращать внимание на коллективную расстановку и уборку снарядов, оборудования, инвентаря, участие в общих работах по благоустройству площадок, выполнению производительного труда в период нахождения в оздоровительно – спортивных лагерях и т.д.

Трудолюбие также воспитывается непосредственно в процессе занятий физическими упражнениями и спортом, когда занимающиеся для достижения максимального результата, преодолевая усталость, многократно выполняют физические упражнения. Целеустремленность, многократное выполнение физических упражнений для настойчивости в достижении цели переносятся в последующем и на трудовую деятельность.

* **Эстетическое воспитание.**

В физической культуре и спорте заключены огромные возможности для эстетического воспитания человека, развития способности воспринимать, чувствовать и правильно понимать прекрасное в поступках, в красоте совершенных форм человеческого тела, в доведенных до степени искусства движениях гимнаста, акробата, прыгуна в воду, фигуриста. Выполнение упражнений под музыку в художественной гимнастике, фигурном катании способствует развитию музыкальной культуры. Занятия туризмом, альпинизмом, парусным и другими видами спорта позволяют понимать и чувствовать прекрасное в природе.

* Многие люди приобщаются к спорту не только из стремления укрепить здоровье или установить рекорды, их привлекает эстетическое удовольствие от занятий, от возможности постоянно созерцать прекрасное и создавать его в виде совершенных по красоте движений.
* Связь занятий физическими упражнениями с эстетическим воспитанием имеет двойственный характер, так как позволяет не только формировать внешне прекрасный образ, но и одновременно влиять на воспитание морально – волевых качеств, этических норм и поведения в обществе.
* Физическая культура и спорт – средство укрепления мира, дружбы и сотрудничества между народами. Выступая в соревнованиях в различных странах, на различных континентах, спортсмены знакомятся с культурой и бытом страны, с историческими местами. Совместные выступления спортсменов разных стран в клубах и национальных сборных командах укрепляют дружбу народов. Теплая дружеская обстановка соревнований, взаимопомощь, уважительное отношение к спортивному противнику способствуют интернациональному воспитанию не только спортсменов, но и зрителей. Международные встречи воспитывают уважение к спортсменам различных стран, к их обычаям, традициям, помогают преодолеть расовые предрассудки, поощряют международное сотрудничество.

Физическая культура является частью общей культуры человечества и вобрала в себя не только многовековой ценный опыт подготовки человека к жизни, освоения, развития и управления во благо человека заложенными в него природой (с религиозной точки зрения -- Богом) физическими и психическими способностями, но, что не менее важно, и опыт утверждения и закалки проявляющихся в процессе физкультурной деятельности моральных, нравственных начал человека.

Физическая культура - одна из тех областей социальной деятельности, в которой формируется и реализуется социальная активность людей. Она отражает состояние общества в целом, служит одной из форм проявления его социальной, политической и моральной структуры.

Физическая культура - сфера социальной деятельности, направленная на сохранение и укрепление здоровья, развитие психофизических способностей человека в процессе осознанной двигательной активности. Основными показателями состояния физической культуры в обществе являются: уровень здоровья и физического развития людей и степень использования физической культуры в сфере воспитания и образования, в производстве и быту [8, с. 659].

Показателями состояния физической культуры в обществе являются:

- массовость ее развития;

- степень использования средств физической культуры в сфере образования и воспитания;

- уровень здоровья и всестороннего развития физических способностей;

- уровень спортивных достижений;

- наличие и уровень квалификации профессиональных и общественных физкультурных кадров;

- пропаганда физической культуры и спорта;

- степень и характер использования СМИ, в сфере задач, стоящих перед физической культурой;

- состояние науки и наличие развитой системы физического воспитания.

Таким образом, все это ярко свидетельствует о том, что физическая культура является естественной частью культуры общества. На современном этапе в силу своей специфики физическая культура как важный социальный феномен пронизывает все уровни социума, оказывая широкое воздействие на основные сферы жизнедеятельности общества [4, с. 43].

Роль физической культуры в формировании личностных качеств усиливается в связи с самой ее социальной сущностью, безусловно, гуманистическими функциями, возможностями развития целого ряда основ духовности человека. Высокий эмоциональный фон выполнения различных физических упражнений, особенно в форме эмоционально окрашенных соревнований, способствует развитию склонности к сопереживанию, взаимопомощи, при выполнении дружных коллективных действий, взаимной ответственности за достижение общих целей. Все это в существенной мере возрастает на фоне общественных потрясений, глубинных социально-экономических преобразований в нашем обществе, изменений его структуры. Средства физической культуры, определяющие здоровый образ жизни, достижение физического совершенства, развитие многих человеческих достоинств, органически связанных с понятиями общей культуры, общечеловеческих ценностей, духовности. Регулярность занятий физической культурой определяется добровольным желанием человека, личным отношением к данным занятиям, которые, укрепляясь в сознании и привычках, также становятся личностными чертами.

Рассматривая разностороннее влияние физической культуры на человека, на процесс развития у него личностных качеств, целесообразно ориентироваться на определенные критерии их сформированности. Это удобно в свете осмысления феномена физической культуры личности с учетом ее и биологической и социальной сторон.

Понятно, что эти уровни, относящиеся к физической культуре личности, могут быть не в чистом виде, а в разных сложных сочетаниях составляющих их компонентов. Известно, что влияние физической культуры на человека осуществляется в единстве его социальных и биологических сторон. Он развивается как существо социально-биологическое, при этом социальная сторона должна сыграть важную роль, поскольку ей присущи определенные управляющие функции.

У каждого человека, да и для общества в целом нет большей ценности, чем здоровье. Неуклонно возрастает значение физической культуры и спорта, внедрения их в повседневную жизнь. Занятия физической культурой и спортом готовят человека к жизни, закаляют тело и укрепляют здоровье, содействуют его гармоничному физическому развитию, способствуют воспитанию необходимых черт личности, моральных и физических качеств, необходимых будущим специалистам народного хозяйства в их профессиональной трудовой и оборонной деятельности.

Современные представления о физической культуре связаны с её оценкой как специфической части общей культуры. Как и культура общества в целом, физическая культура включает в себя довольно широкий круг разнообразных процессов и явлений: тело человека с его характеристиками; физическое состояние человека; процесс его физического развития; занятия определёнными формами двигательной деятельности; связанные с вышеназванным знания, потребности, ценностные ориентации, социальные отношения.

Так же формирование физической культуры личности является целью физической культуры. Наиболее значимыми гуманистическими результатами, характерными для системы образования, являются ориентированные на физическую культуру знания, умения и навыки, необходимые для использования физических упражнений с целью оздоровления, рекреации, реабилитации, формирования здорового образа жизни. При этом важными являются знания, формирующие ценностные ориентации на здоровый физически активный образ жизни и социальные установки на его достижение. В конечном итоге общее физкультурное образование должно формировать мировоззрение здорового и обязательно физически активного образа жизни.

Каждое из перечисленного, входит в мир культуры в качестве элементов более широкой системы, включающей не только социально сформированные физические качества человека, но и такие элементы социальной деятельности, как нормы и правила поведения, виды, формы и средства деятельности.

Таким образом, физическая культура представляет собой сложное общественное явление, которое не ограничено решением задач физического развития, а выполняет и другие социальные функции общества в области морали, воспитания, этики. Современное общество заинтересовано в том, чтобы молодое поколение росло физически развитым, здоровым, жизнерадостным.

**ЛИТЕРАТУРА**

1. Гончаров, В.Д. Физическая культура в системе социальной деятельности/ В.Д. Гончаров//. - СПб., 1994. - С. 193. 2. Ионин, Л.Г. Социология культуры/ Л.Г. Ионин//.-Москва., 2006. -С.280 .

3. Морозова Е.В. Физическая культура как составная часть общей культуры личности / Е.В. Морозова // Вестник Удмуртского университета. - 2003. - №10. - С.161.

4. Социальные и биологические основы физической культуры: Учебное пособие / Отв. ред. Д.Н. Давиденко. - СПб, 2001. - С.208 .

5. Николаев Ю.М. Теория физической культуры: функциональный, ценностный, деятельностный, результативный аспекты / Ю.М. Николаев. - СПб.: СПбГАФК им П.Ф.Лесгафта, 2000. - С.456.

6. Ильинич В.И. Физическая культура студента / В.И. Ильинич. - М.: Гардарика, 2008. - С.463.

7. Паначев В.Д. Спорт и личность: опыт социологического анализа / В.Д. Паначев // СОЦИС. - 2007. - №11. - С.125-128.

8. Педагогическая энциклопедия / ред. И.А. Каиров, Ф.Н. Петров, Ф.Ф. Королев // - М. : Советская энциклопедия, 1968. - С.880 .

9.Голощапов Б.Р. История физической культуры и спорта / Б.Р. Голощапов// Москва, «АСАДЕМА», 2001 .-С. 192.

10.Лесгафт П.Ф. Избранные труды / П.Ф. Лесгафт// Москва, Физкультура и спорт.- 1987 .-С**.**299.

11.Выдрин В.М. Спорт в современном обществе/ В.М. Выдрин// Москва, Физкультура и спорт.- 1980.- С.292.

12. Столбов В.В. История физической культуры и спорта/ В.В. Столбов// Москва, Физкультура и спорт.- 1984. -С.179..

13. Большая советская энциклопедия/ гл. редактор А.М. Прохоров, том 27, третье издание// Москва, 1971.- С.454.

14. Энциклопедический словарь/ гл. редактор - Б.А. Введенский, том 3// Москва, 1955.- С.744.

15. Курамшина Ю.Ф. Теория и методика физической культуры: Учебник / Ю.Ф. Курамшина// М.: Советский спорт.- 2010.- С.320.