

Влияние физической культуры на духовное воспитание студента



**ВЫПОЛНИЛА СТУДЕНТКА
ГРУППЫ 414П
ЖУКОВА СВЕТЛАНА**

Физическая культура – это вид культуры, содержанием которой является оптимальная двигательная деятельность, построенная на основе материальных и духовных ценностей, специально созданных в обществе для физического совершенствования людей.



Ценности физической культуры.



Материальные ценности воплощены в физкультурно-спортивных сооружениях (стадионы, бассейны, залы), специальном оборудовании и инвентаре (легкоатлетические и гимнастические снаряды, лыжи, мячи, тренажеры и т.д.)

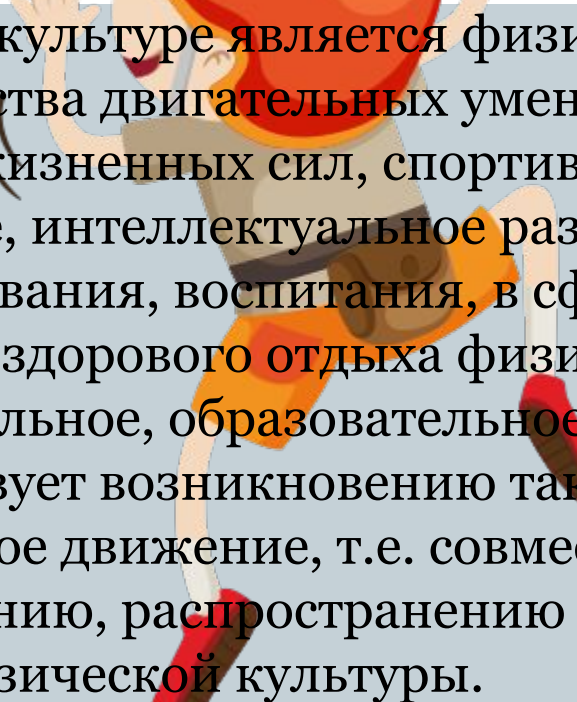


Ценности физической культуры.



Духовные ценности физической культуры представлены исторически отобранными и апробированными на практике физическими упражнениями, сконцентрированными в форме гимнастики, спорта, игры и туризма, основанных на физической активности.





Результатом деятельности в физической культуре является физическая подготовленность и степень совершенства двигательных умений и навыков, высокий уровень развития жизненных сил, спортивные достижения, нравственное, эстетическое, интеллектуальное развитие. В социальной жизни в системе образования, воспитания, в сфере организации труда, повседневного быта, здорового отдыха физическая культура проявляет свое воспитательное, образовательное, оздоровительное, значение, способствует возникновению такого социального течения, как физкультурное движение, т.е. совместная деятельность людей по использованию, распространению и приумножению ценностей физической культуры.



Физическая культура в учебном заведении среднего образования

Содержание предмета физической культуры в учебном заведении высшего образования должно исходить из следующих условий:

- ❖ - физическая культура должна соответствовать интересам общества во всестороннем физическом развитии студентов;
- ❖ - физическая культура должна направлять студентов на постоянное поддержание здорового образа жизни;
- ❖ - физическая культура должна способствовать развитию культуры собственного тела и направлять на участие в спортивной жизни университета;
- ❖ - физическая культура должна обеспечивать формирование знаний, навыков и умения организовывать и проводить занятия спортивного содержания;
- ❖ - физическая культура должна способствовать развитию мыслительной деятельности, развить уважение к себе и окружающим, помочь самоопределиваться;



Физическая культура в учебном заведении среднего образования



А как же физкультура влияет на духовно нравственное воспитание студентов? Для духовно-нравственного возрождения российского общества необходимо образованное, физически развитое, нравственно чистое, духовно богатое поколение. Негативные процессы в социальной жизни сопровождаются разрушением нравственно-этических норм; уклада семьи; ухудшением здоровья людей и снижением уровня их физической подготовленности; распространением социально обоснованных болезней, ростом депрессий, агрессивности, стрессов. На таком социальном фоне высокие духовные и нравственности ценности, такие как: любовь к Родине, забота о ближних, само ценность личности, стремление к доброте и отвержение насилия по отношению к другим утрачивают свое былое значение.

СПОРТ-ЭТО ЖИЗНЬ

В процессе занятий физической культурой студенты включаются в процесс самопознания и самосознания. Эти процессы организуются относительно изучения своего физического состояния и сферы духовно-нравственной жизни. Уровень развития физических способностей характеризуется показателями телосложения и показателями здоровья, отражающих функциональное состояние физиологических систем организма. Физическая подготовленность как результат физической подготовки выражается в показателях развития физических качеств (силы, скоростно-силовых, скоростных, выносливости, координационных и так далее), определяется в процессе сдачи тестовых упражнений. Студенты непосредственно принимают участие в процессе самопознания. Например, оценка физического состояния происходит до, и после выполнения физических упражнений и по общему самочувствию и частоте сердечных сокращений представляется возможным определить реакцию организма.

Самопознание духовно-нравственной сферы



Наряду с желанием быть физически здоровым, появляется стремление и к совершенствованию в духовно-нравственной стороне жизни, а соответственно возникает желание учиться, развиваться и непрерывно стремиться к познанию мира как единой системы.

Для развития мотивов работы над собой в плане физического развития проводятся круглые столы, беседы, лекции о роли и значимости физического совершенствования, показ кинофильмов, беседы с врачами и психологами. В ходе этого происходит решение следующих задач: раскрывается сущность физического воспитания в тесной связи с духовно-нравственным развитием личности студента: знакомство с физической культурой как важным и





При низком уровне физической подготовленности очень трудно добиться нужных результатов только в процессе занятий физической культуры в учебном плане, необходимо заниматься активно самостоятельно. Затем раскрывается значимость физического развития как действенного фактора и средства воспитания духовности и нравственности.

Результаты физического воспитания должны проявиться в сферах: здоровье, двигательные и физические способности, физическое состояние, безопасность и культура, потребности в здоровом образе жизни. Во взаимодействии с другими учебными дисциплинами физическая культура в высших учебных заведениях должна развивать мыслительные и психологические установки в разрешении конкретных жизненных проблем учащихся студентов.

Физическая культура в учебных заведениях 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.



Выдвигая физическую культуру на должный уровень, появляется реальная возможность воспитывать здоровые поколения, которые вывели бы государство на новый уровень развития!

