

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА КАК ФАКТОР ФОРМИРОВАНИЯ ЛИЧНОСТИ

З.В. Курасбедаши

Курский государственный технический университет, 305040, г. Курск, ул. 50 лет Октября, 94
e-mail: cherkashin2008@yandex.ru

В статье рассматривается роль физической культуры в становлении личности студента. Автор показывает, что формирование нравственных ориентаций в сфере физической культуры, предполагает повышение уровня специальных физкультурных знаний, формирование мотивационно-ценностных отношений в сфере физической культуры и, на этой основе, более эффективное решение задач социализации личности в процессе физического воспитания студенческой молодежи.

Ключевые слова: физическая культура, личность, социализация.

Возросший в последнее время интерес государственной образовательной политики к физической культуре является осознанием значимости данного вида культуры в реализации потенциала личности и общества, что подтверждается многочисленными исследованиями и документами [1].

Учеными зафиксированы две негативные тенденции: первая характеризует недостаточное внимание общества и личности к физической культуре как ценности, вторая – в абсолютизации задач телесно-физической интерпретации данного вида культуры [2]. Их последствия выражаются соответствующими явлениями для общества и личности: 1) значительно сокращается трудоспособное население; 2) снижается средняя продолжительность жизни; 3) снижается уровень здоровья; 4) увеличивается рост наркомании и алкоголизма, особенно среди молодежи; 5) снижается уровень физического состояния в целом молодежи.

Данное явление определяется и другими факторами: неблагоприятными условиями внешней среды, экологической обстановкой, изменением социально-политического и экономического устройства общества.

Ключевыми видами жизнедеятельности индивида являются различные виды социальной деятельности, ибо именно на социальном уровне активности реализуется сущность человека. Деятельность человека всегда социальна в том смысле, что она осуществляется в процессе непосредственного и опосредованного общения с другими людьми и социальными группами, использует знания, созданные обществом. Выбор человеком форм деятельности в свободное время в значительной степени определяется: в объективном плане – реальными возможностями, которыми располагает общество, социальная группа и данный индивид, в субъективном плане – ценностными ориентациями, интересами, потребностями самого индивида. Подобный подход позволяет рассматривать физическую культуру не только как совокупность физических упражнений, но и как процесс и результат деятельности.

Физическая культура содержит в себе существенный потенциал воспроизводства личности как целостности в ее телесно-духовном единстве. Содержательный анализ физической культуры (ее функционального, ценностного, деятельностного аспектов) свидетельствует о том, что она, как ни один вид культуры, имеет большие потенциальные возможности в формировании личности. Однако в реальной физкультурной практике (с позиций структурно-содержательного анализа понятия всесторонне развитой личности) эти богатые возможности в силу разрыва соматопсихического и социокультурного единства человека (его целостности), используются далеко не в полной мере. И, прежде всего, слабо представлены такие элементы проявления индивидуальной всесторонности,

как самореализация, проективное саморазвитие, творчество личности, связанные с удовлетворением и формированием духовных потребностей, являющихся первичным импульсом всякой деятельности. Это ограничивает возможности физкультурной деятельности развитием зачастую только двигательной сферы занимающихся. В физической культуре в этом случае значительно снижается (или совсем не реализуется) ее культурный потенциал, связанный с развитием интеллектуальных, мыслительных, творческих, коммуникативных потенций человека, с формированием у него личностной физической культуры. Нарушается и соизмеримость в таких индивидуальных формах общественной всесторонности, как гармоничность, целостность, универсальность.

Невостребованность потенциала физической культуры ведет к ограниченности формирования личности, которая становится антикультурной по своей сущности. Именно через человека, через проявление взаимообусловленности человеко-творческой и адаптивной функции культуры происходит ее воздействие на личность и на общество. У развивающегося общества нет другого пути, кроме самосовершенствования человека средствами культуры. Поэтому физическая культура приобретает особую социальную значимость, так как ее целью, предметом и главным результатом являются развитие и саморазвитие самого человека.

В этой связи необходимо, прежде всего, отметить тот факт, что для физической культуры до сих пор не нашлось четкого и определенного места ни в одной из областей социально-гуманитарного знания. Философия, культурология и другие гуманитарные дисциплины по сей день практически не рассматривают ее как составную часть духовного потенциала личности, внутреннее условие формирования социально-нравственных качеств индивида, его активной жизненной позиции в предельно динамичном и изменчивом социальном окружении.

Отсюда само определение физической культуры зачастую никоим образом не связывается с понятием культуры как способа формирования, совершенствования, «культивирования» человеческой личности средствами и методами физического воспитания и физической подготовки к активной и сознательной социальной и профессиональной деятельности.

С данных позиций физическую культуру следует рассматривать, прежде всего, как предпосылку и внутренний атрибут общей культуры личности. Сам смысл понятия культуры социума – это давно уже не возделывание растений или других природных объектов, а возделывание и совершенствование человеческого счастья и духовно-нравственных основ человеческой личности. Физическая культура направлена, прежде всего, на сохранение и укрепление здоровья человека как физического, так и духовного, а не просто на проведение спортивных состязаний и мероприятий спортивно-развлекательного характера. Сегодня мы уже не можем отрицать тот факт, что природно-биологические процессы играют огромную роль в социальной жизнедеятельности человека. Человек – это биопсихосоциальное существо и данное комплексное понимание сущности человеческой личности подводит нас к выводу о том, что эмоционально-волевые качества индивида в значительной степени детерминируются не только социальными установками, но и физической подготовкой, физической культурой в самом широком смысле этого понятия, включающего в себя, прежде всего, здоровье личности и здоровый образ жизни современного молодого человека – как физиологический, так и эмоционально-психологический и нравственно-духовный, и ни один компонент человеческой культуры, здоровья и индивидуального совершенства не может существовать и функционировать изолированно и в отрыве друг от друга. Это и подводит нас к новому социально-философскому смыслу и пониманию физической культуры личности как дополнительного способа и важнейшего средства достижения человеческой идентичности и гармонии с окружающей его природой и социумом.

Рассматривая и определяя место и значение физической культуры в жизни молодого человека, следует отметить, что она влияет на все стороны его жизнедеятельности.



Ценностные ориентации, направленные на «деятельную структуру» времяпрепровождения, свидетельствуют о наиболее высоком уровне сформированности личности студента.

Материалы проведенного нами социологического исследования в вузах г. Курска позволили определить уровень соответствия традиционного содержания общего образования в сфере физической культуры, организуемого в вузе, запросам практики современной жизни, современным теоретико-методологическим положениям в сфере общего физкультурного образования, отношение основных участников этого процесса к его наиболее острым проблемам, а так же степень соответствия их представлений о путях его вывода из кризисного состояния существующим реалиям.

Рассмотрение проблематики «физическая культура в системе факторов развития студенчества» осуществлялась нами в двух тесно сопряженных между собой направлениях. Во-первых, физическая культура изучалась с точки зрения существующей в настоящее время системы общеобразовательных дисциплин, а именно, в качестве особого учебного предмета, жизнь студента не ограничена рамками его пребывания в стенах вуза. Вследствие этого, второй подход связан с исследованием роли физической культуры в свободном времяпрепровождении студенчества.

Результаты исследования показывают, что постоянно занимаются различными видами физической культуры и спорта в свободное время лишь – 11,4 % от общего числа респондентов (преимущественно это студенты которые регулярно тренируются в спортивных секциях). Очень важно подчеркнуть, что этот показатель характеризует отношение только студентов 1-го курса, так как число постоянно занимающихся на 4-ом курсе равно нулю. Время от времени занимаются физической культурой и спортом – 76,8 % опрошенных респондентов (периодичность этих занятий колеблется от 1-го раза в неделю до 1-го раза в месяц, а на 4-ом курсе до одного раза в полгода). Никогда не занимаются физической культурой и спортом – 7,8 % студентов. Эти данные говорят о том, что за время учебы в вузе, студенты, к сожалению, теряют интерес к занятиям спортивной деятельностью.

Результаты исследований показывают, что одной из причин низкой эффективности, существующей организации учебного процесса по физическому воспитанию в вузах, является то, что она предусматривает систему побуждения к физкультурно-спортивным занятиям преимущественно в форме принуждения. Только 22,5% из общего количества опрошенных студентов посещают обязательные занятия по убеждению, остальные же приходят на занятия по принуждению – 60,3% , или вовсе их не посещают – 16,2% студентов.

Данные проведенного исследования показывают, что уже на 1 курсе по убеждению занимаются всего лишь 28,7% студентов, а совсем не занимаются 12,3%, остальные занимаются по принуждению (для того чтобы получить зачет). На четвертом курсе число не занимающихся студентов на занятиях физической культурой составило уже 26%, а занимающихся по принуждению 63,5%. Физической культурой не занимаются, выделяя главную причину – отсутствие свободного времени 35,3% опрошенных студентов.

Принудительные меры – это, на первый взгляд, самые простые методы «внедрения» физической культуры и спорта в жизнедеятельность студентов, но они, как показывает практика и результаты нашего исследования, в большинстве случаев дают отрицательные результаты.

Если в начале первого курса активность студентов можно охарактеризовать как среднюю (многие из них имеют желание активно заниматься различными видами физической культуры и спорта), то в конце учебного года желание студентов заниматься заметно ослабевает, а иногда вообще пропадает.

Особенно в затруднительном положении оказываются студенты младших курсов. С одной стороны, они должны сразу включиться в напряженную работу, требующую применения всех сил и способностей, с другой – само по себе преодоление новизны условий учебной работы требует значительной затраты сил организма.



При существующей организации учебных занятий по физическому воспитанию студентам приходится заниматься в режиме жесткой регламентации. Полное же подчинение всегда ведет к пассивности, в результате чего исчезает желание заниматься. Такая методика организации в большей мере способствует отчуждению от физической культуры, поскольку меры принуждения никогда не давали высоких результатов в обучении и воспитании. Тем более что эффективность физкультурно-спортивной деятельности определяется не принуждением, не всесторонней регламентацией, а главным образом, пониманием самими студентами целей, средств и путей их достижения, личным отношением к деятельности, стремлением заниматься в меру своих сил и способностей. Естественно желание студентов, чтобы с ними считались, учитывали их мнения, а не просто предъявляли требования и заставляли их выполнять.

Модернизация системы образования, осуществляемая в вузах России, наряду с решением других задач направлена, и на развитие самостоятельности студентов. Вместе с тем результаты проведенных нами исследований показывают, что более половины студентов в той или иной мере не удовлетворены системой организации, применяемыми формами и методами проведения занятий, их направленностью. Это говорит о том, что занятия носят для студентов формальный характер, где не учитываются их интересы и потребности. При этом уровень неудовлетворенности организацией внеучебной работы выше, чем уровень удовлетворенности учебными занятиями.

По нашему мнению, это свидетельствует о том, что направленность и содержание организации внеучебной физкультурно-спортивной деятельности идет вразрез как с направленностью учебной работы, так и с интересами и потребностями самих студентов. Ни организация секционной работы, ни соревновательная деятельность не отражают истинных интересов студентов, не способствует приобщению большинства из них к занятиям физической культурой и спортом.

Причина низкой эффективности физического воспитания кроется еще и в том, что во главу всей работы поставлено достижение всевозможных результатов. Это сдача различных нормативных тестов, которые студенты в силу своей низкой физической подготовленности не могут выполнить, подготовка спортсменов-разрядников, сборных команд вуза для участия в соревнованиях. Такое положение возникло потому, что работа по физическому воспитанию в вузе оценивается в основном по занятым местам в соревнованиях различного ранга. А в них по нашим данным принимает участие не более 5-8 % студентов. Это привело к тому, что вся работа многочисленного отряда преподавателей и работников спортивных клубов сведена к работе с этой группой, а остальная часть студентов превратилась в статистов.

Важное место в системе физического воспитания занимают представления о физической активности, как наиболее важной и эффективной форме организации воздействия на организм человека, направленных на позитивное изменение его физического потенциала и достижения других социально важных целей. К сожалению, каждый четвертый из опрошенных нами молодых людей не имеет элементарных знаний о наиболее простых составляющих физической активности: утренней зарядке, правилах гигиены и закаливания, приемах контроля за состоянием своего здоровья. Только 10,6% респондентов беспокоятся о дальнейшем повышении уровня физической культуры, углублении знаний о физической тренировке, развитии важных физических качеств.

Такая направленность работы по физическому воспитанию в учебных заведениях ведет к тому, что не вовлекается в систематические занятия максимально возможное количество студентов, утрачивается образовательная и воспитательная направленность занятий.

Для повышения эффективности физического воспитания в вузах, на наш взгляд, необходимо создать условия, способствующие индивидуализации учебного процесса, разнообразию форм проведения учебных занятий, а также внеучебной физкультурно-массовой и оздоровительной работы, и свободе их выбора. При этом следует исходить



из интересов и потребностей студентов, включая их в совместное управление физкультурно-спортивной деятельностью на учебных занятиях в вузе.

Важно, чтобы каждый студент правильно относился к своему здоровью, физическому развитию и физической подготовленности, понимал их важное социальное и личностное значение, чтобы освоил соответствующие знания и средства, позволяющие ему целенаправленно воздействовать на имеющиеся у него отклонения в физическом развитии и здоровье, чтобы он делал это не «по принуждению», а на основе внутренней потребности в физическом совершенствовании. Результатом чего должна стать сформированность таких социально-значимых черт личности, которые способствуют повышению уровня физической культуры, укреплению физического здоровья, достижению физического совершенства, оптимальной подготовленности к эффективной трудовой деятельности.

В условиях радикального социально-экономического преобразования современного общества и нарастания глобального экологического кризиса следует по-новому поставить вопрос о сущности физической культуры как доминирующего фактора сохранения и укрепления человеческого здоровья и ведущей формы реализации здорового образа жизни.

Ситуация в современном естествознании и научных дисциплинах социально-гуманитарного блока настоятельно требует выработки новых критериев оценки сущности и содержания физической культуры, а также гораздо более четкой ее верификации с точки зрения новых мировоззренческих подходов и интеграции в системе научных дисциплин.

С этой точки зрения здоровье и здоровый образ жизни следует рассматривать как непрерывный процесс индивидуальной и социальной адаптации к внешней среде, к изменчивым условиям общественной и профессиональной жизнедеятельности. И особенно важно то, что данный процесс в современных условиях информационного и технотронного общества диктует примат социальных факторов адаптации над природно-биологическими компонентами человеческой личности.

Обозначая социально-гуманитарный подход к проблеме физического воспитания молодежи в новых антропоэкологических и социальных условиях, следует отказаться от привычного упования на медицину, которая лишь «выправляет» отдельные физические аномалии и то не всегда достаточно успешно, и перейти на интегративные социальные программы в области охраны здоровья. А для этого необходимо анализировать сущность, содержание, средства и методы влияния физической культуры на личность именно с позиций современной культурологии, педагогической аксиологии, философской антропологии и социальной философии.

В силу этого, необходимо поднять социальный, нравственно-эстетический и психоэмоциональный статус физической культуры как у основной массы российского населения в целом, так и особенно у подростков, чьи социальные и нравственные ориентации во многом могут быть видоизменены с помощью возврата к аксиологическим, ценностным основаниям физической культуры как ведущего фактора формирования здоровой, творческой и социально активной личности.

Повышение роли и значимости физической культуры в ее расширенном понимании вместе с достижением наибольшей эффективности физического воспитания и просвещения поможет преодолеть явления социальной апатии и аномии среди молодежи, а также в значительной степени снизит воздействие негативных и депривизирующих факторов в отношении современных детей и подростков, что создаст условия для более оптимальной их подготовки к будущей профессиональной деятельности.

Отсюда наличное состояние здоровья детей и подростков в современных весьма динамичных и даже кризисных условиях зависит от многих факторов и не только от генетической обусловленности организма и экологии, но и от целого комплекса социальных мероприятий общества по сохранению и поддержанию здоровья подрастающего поколения, от уровня и степени «культивирования» обществом и его основными соци-



альными институтами здорового образа жизни, а также повышения роли и статуса физической культуры в общегуманитарном аспекте.

Теоретической основой формирования данной программы социальной значимости физической культуры в кризисных и нестабильных состояниях общественной системы должны стать новые научно обоснованные технологии гуманизации, дифференциации и индивидуализации учебно-педагогического процесса в школах, техникумах и вузах в соединении с медицинскими средствами восстановления физического и психического здоровья детей и подростков, с новыми методами воспитательного, психозмоционального и культурно-эстетического воздействия на подростка в ходе непрерывного образовательного процесса, подкрепленные общегосударственной стратегией образования.

Список литературы

1. Визельский М.Я. Физическая культура студента: Учебник. – М.: Гардарики, 2001.
2. Столдров В.И. Философско-культурологический анализ физической культуры. // Вопросы философии. 1998, № 4.

PHYSICAL TRAINING AS A FACTOR OF PERSONAL DEVELOPMENT

Z.V. Kurasbediani

Kursk State Polytechnical University, 50 Otkrytaya str., 94, Kursk, 305040, Russia
e-mail: cherkashin2008@yandex.ru

In the article are overviewed the role of physical training in development of student's personality. The author shows us that forming valuable orientations in the sphere of the physical training, which supposes the hiring of its level. The level hiring of the special physical culture knowledge is forming the relationship in motivation values in the sphere of the physical culture. On this bases decision of the personality socialization tasks is more effective in the process of students' youth physical education.

Key words: physical training, personality, socialization.