

ЗАНЯТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ КАК ОБРАЗ ЖИЗНИ СОВРЕМЕННОЙ МОЛОДЕЖИ

Маценко Л.Н.¹, Гареев С.Г.²

¹Маценко Лидия Николаевна – студент;

²Гареев Салават Галиевич - старший преподаватель,
кафедра дошкольного образования,

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования
Магнитогорский государственный технический университет им Г.И. Носова,
г. Магнитогорск

Аннотация: статья раскрывает возможности физической культуры оказывать положительное влияние на формирование качеств личности, необходимых для ее дальнейшей успешности. Помимо непосредственного физического развития, укрепления здоровья, готовности к труду, физическая культура еще оказывает влияние и на постижение смысла жизни, на развитие нравственных качеств, на формирование коммуникативных способностей личности, а, следовательно, дает старт успешному самоопределению. В статье поднимается давно назревшая проблема, как сделать так, чтобы развитие различных физических качеств, убежденность в важности занятий физической культурой, выработка устойчивых привычек к занятиям стали важной потребностью каждого человека.

Ключевые слова: физическая культура, основные качества личности, молодежь, всестороннее развитие личности.

Роль физической культуры в формировании основных качеств и свойств личности давно известна и неоспорима. Давайте попробуем взглянуть на проблему формирования личности посредством физической культуры с другой стороны.

Мы провели небольшой социологический опрос разных возрастных категорий молодежи и выявили следующую картину: на вопрос в разных его вариациях, нужны ли занятия физической культурой молодому человеку - все 100 % опрошенных безоговорочно сказали - да. Однако на вопрос, а занимаетесь ли вы сами физической культурой или каким – либо видом спорта – 54% ответили – нет. То есть все понимают, что физическая культура – это хорошо, это полезно, это воспитывает волю, мужество, дает здоровье, бодрость и т.п. А заниматься физической культурой не хотят, по разным причинам, а скорее всего по одной: у них не сформированы навыки систематических занятий спортом, как фактора успешности дальнейшей жизни. Вот тут- то и возникает вопрос, а как сделать так, чтобы занятия физической культурой и спортом стали неотъемлемой частью жизни современной молодежи. Надо сказать, что сейчас в системе российского образования наметилось изменение статуса физической культуры. Физическая культура становится реальным средством гармонизации личности, способом достижения успешности и конкурентноспособности. Успешность же становления личности всегда определяется тем, насколько в процессе воспитания сформированы ее основные моральные качества.

Помимо непосредственного физического развития, укрепления здоровья, готовности к труду, физическая культура еще оказывает влияние и на постижение смысла жизни, на развитие нравственных качеств, на формирование коммуникативных способностей личности, а, следовательно, дает старт успешному самоопределению.

Как сделать так, чтобы развитие различных физических качеств, убежденность в важности занятий физической культурой, выработка устойчивых привычек к занятиям стали важной потребностью каждого человека. Нам кажется, что в первую очередь надо сделать так, чтобы физическая культура не была лишь очередным школьным предметом, она должна стать образом жизни детей. Для этого необходимо заменить устаревшие традиционные формы, методы и средства образовательной деятельности, при которых наша физическая культура все еще остается лишь процессом физической подготовки и средством укрепления здоровья молодежи. Хотя преподавание физической культуры не осталось в стороне от инновационных технологий. Здоровьесберегающие технологии, личностно – ориентированная технология, информационно-коммуникативные технологии, технология дифференцированного физкультурного образования – всё это важнейшие составляющие современного урока физической культуры.[4]

Однако, решая на занятиях задачи по формированию двигательной активности, воспитанию основных физических качеств и координационных способностей, педагоги зачастую забывают о самом главном: формировании положительного отношения и интереса школьников к занятиям физической культурой. Хотя это и есть основная задача физического воспитания личности.[2]

Для решения этой задачи хорошо любое разнообразие доступных средств и методов. Способов разнообразить проведение занятий существует множество, однако нужно такое их сочетание, чтобы интерес к занятиям не падал как в течение самих занятий, так и после них. Правильно организованные

занятия физической культурой и спортом должны формировать с детского возраста здоровое честолюбие, чувство собственного достоинства, способность держать удар, причем не только в спортивном зале, подводить к духу честной конкуренции, что особенно важно для молодежи в современных условиях.

Именно физическая культура закладывает основу для формирования личностных свойств, таких как трудолюбие, позитивная активность, стремление не отставать от других. Это эффективное средство направления энергии молодежи в конструктивное русло. Однако используется это средство далеко не в полном объеме. И здесь огромную роль играет личный пример преподавателя физической культуры, который становится для школьников более значимым ориентиром, чем наставления и назидания.

Если грамотный преподаватель физической культуры сможет сформировать у учащихся потребности к постоянному самообразованию и самосовершенствованию, то им будет легче осознать и принять для своей жизни такие социальные понятия, как дружба, равноправие, справедливость, красота, право на интересную жизнь, свобода и счастье. А для этого нужен другой подход к подготовке учителей, тренеров, спортивных психологов, которые кроме хороших спортивных навыков должны быть сами убеждены в необходимости регулярных занятий физической культурой на протяжении всей жизни человека. Таким образом, в связи с самой социальной сущностью физической культуры многократно возрастает ее роль в формировании личностных качеств, так как её целью является удовлетворение социальной потребности во всесторонне и гармонично развитых людях.

Занимайтесь спортом, формируйте свое тело и душу, трудитесь, и жизнь ваша будет успешной, радостной и свободной! Девиз спортсменов « Быстрее, выше, дальше» применим к любой сфере человеческой деятельности!

Список литературы

1. *Бальсевич В.К., Лубышева Л.И.* Физическая культура: молодежь и современность // Теория и практика физической культуры, 1995. № 4. С. 2-8.
2. *Лубышева Л.И.* Концепция формирования физической культуры человека / Л.И. Лубышева. М.: Гардарика, 2002.
3. *Лях В.И.* Ориентиры перестройки физического воспитания в общеобразовательной школе // «Теория и практика физической культуры», 2001. № 9. С. 10-14.