

развития, физической подготовленности, функционального развития, определением уровня развития физического ресурса здоровья. На последующих занятиях ставятся ближайшие целевые ориентиры для своей здоровьесозидающей деятельности.

Здоровьесозидающая деятельность нами определяется как конструирование собственного здоровья на основе механизмов личной самоактуализации и самореализации, т. е. управление собственным здоровьем, которое предполагает личное определение и осуществление мер, действий, способов по сохранению, укреплению и увеличению потенциала здоровья.

Далее студентам предлагаются здоровьесозидающие технологии, которые могут использоваться как в учебное, так и внеучебное время. Им представляется реальная возможность ощутить на себе их оздоровительный эффект, среди широкого спектра таких технологий выбрать те, которые им наиболее приемлемы. Студенты могут самостоятельно осуществить контроль и оценку результатов своей деятельности.

Литература

1. Виленский, М.Я. Физическая культура и здоровый образ жизни студента: учебное пособие / М.Я. Виленский, А.Г. Горшков. – 3-е изд., стер. М.: КНО-РУС, 2013. – 240 с.
2. Третьяков, Н.А. Самостоятельные занятия в системе физического воспитания педагогических вузов: автореф. дис. канд. пед. наук 13.00.04 / Н.А. Третьяков. – М., 1988. – 22 с.

ФОРМИРОВАНИЕ ЛИЧНОСТИ СТУДЕНТА В ПРОЦЕССЕ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ

А.И. СОФЕНКО

Брестский государственный университет им. А.С. Пушкина, г. Брест

Введение. Физическое воспитание студентов в вузах Республики Беларусь представлено учебной дисциплиной «Физическая культура», являющейся обязательным компонентом высшего образования.

Её место в системе других учебных дисциплин определяется предметом изучения – это особенности процесса формирования личной физической культуры студента.

Показателями культуры данного вида являются: уровень приобретённых специальных знаний в области физической культуры; достигнутый уровень индивидуального развития физических способностей; степень использования средств физической культуры в жизненной практике [1,2].

Специфика содержания физического воспитания студентов заключается в обучении базовым движениям из различных видов спорта, одновременном совершенствовании физических способностей, а также овладении специальными физкультурными знаниями и формировании осознанной потребности в занятиях физическими упражнениями.

Основными сторонами физического воспитания, как и любого другого педагогического процесса, являются обучение и воспитание.

Обучение представляет собой совместную деятельность преподавателя (преподавание) и студента (учение).

В процессе воспитания преподаватель планомерно и всесторонне воздействует на сознание и поведение студентов, организует их деятельность с целью формирования у них активной жизненной позиции и стремления к самосовершенствованию в области физической культуры

Постановка проблемы. Анализ литературных источников позволил определить основные виды воспитания (умственное, нравственное, трудовое и эстетическое), их направленность и тесную взаимосвязь с физическим воспитанием студентов.

Наблюдения и беседы с преподавателями помогли уточнить, какие основные задачи стоят перед различными видами воспитания студентов, какие средства и методы применяются в процессе учебных занятий по дисциплине «Физическая культура».

Умственное воспитание студента заключается в приобретении определённого запаса знаний из области физической культуры.

Основные задачи умственного воспитания: приобретение специальных знаний; формирование положительных взглядов на занятия различными физическими упражнениями; стимулирование потребности к физическому самовоспитанию.

Основными средствами умственного воспитания, прежде всего, являются физические упражнения, выполняемые на занятиях. Их содержание и объём определяются учебной программой.

К методам умственного воспитания рекомендуется отнести: практическое выполнение заданий, упражнений; опрос по изучаемому материалу; самостоятельная работа в выполнении упражнений; самостоятельная работа по изучению рекомендованной или интересующей литературы, по физической культуре, спорту.

Нравственное воспитание студента заключается в формировании навыков и привычек, чувств и убеждений в поведении при занятиях физическими упражнениями.

К основным задачам нравственного воспитания можно отнести: воспитание нравственных чувств, выражающихся в положительном отношении к людям, занимающимся физическими упражнениями; формирование нравственного сознания, выражающегося в убеждении положительного влияния физических упражнений на здоровье и физическое состояние занимающегося; обучение правилам выполнения физических упражнений и поведения в коллективе.

К основным средствам нравственного воспитания рекомендуется отнести: выполнение упражнений и заданий преподавателя; соблюдение определённых правил и норм поведения, при выполнении упражнений в различных местах проведения занятий (плоскостные сооружения, бассейн, спортивный зал, площадка и т. д.).

К методам нравственного воспитания относятся: беседы, разъяснение, убеждение, одобрение преподавателя в формировании здорового образа жизни; непосредственная практическая деятельность в выполнении физических упражнений; выполнение различных заданий преподавателя по управлению группой; наглядный пример преподавателя.

Трудовое воспитание студента заключается в формировании настойчивости в выполнении физических упражнений и полученных заданий, а также умений преодолевать различные возникающие объективные и субъективные трудности.

Основные задачи трудового воспитания: воспитание трудолюбия; формирование сознательного отношения к учебной деятельности; формирование уважения к результатам чужой физкультурной деятельности.

Основные средства трудового воспитания: практическое выполнение упражнений, учебных заданий; выполнение практических обязанностей по самообслуживанию и обслуживанию группы, общественно полезный труд (подготовка и уборка инвентаря и оборудования).

К методам трудового воспитания рекомендуется отнести: выполнение учебных заданий; анализ и оценка выполненного задания; одобрение преподавателем выполненных учебных заданий.

Эстетическое воспитание студента заключается в формировании восприятия и понимания прекрасного в сфере физической культуры.

Основные задачи эстетического воспитания: воспитание эстетических чувств и вкусов в области физической культуры и спорта; воспитание понимания красоты движений человека; воспитание умений находить и оценивать красоту в окружающей обстановке.

К основным средствам эстетического воспитания рекомендуется отнести: физические упражнения из различных видов спорта, включённых в учебную программу; опрятная спортивная форма и обувь студентов; места и условия проведения занятий физическими упражнениями.

К методам эстетического воспитания рекомендуется отнести: эмоционально-выразительное объяснение физических упражнений; эмоционально-выразительный показ упражнения; практическое приучение к творческим проявлениям красоты в двигательной деятельности в процессе учебных занятий; пример преподавателя в проявлениях красоты в двигательной деятельности в процессе учебных занятий.

Эстетическое воспитание направлено на духовное развитие студента. Оно формирует у него не только понимание прекрасного в сфере физической культуры, а также способствует стремлению жить в окружающем мире по законам красоты.

Заключение. Таким образом, на учебных занятиях по дисциплине «Физическая культура» происходит не только обучение студентов программному материалу, но их воспитание, представляющее собой широкий и многогранный процесс деятельности преподавателя.

Эта деятельность включает в себя различные виды воспитания (умственное, нравственное, трудовое и эстетическое), которые наряду с общими чертами воспитания имеют свои особенности, обусловленные характером учебного процесса.

В совокупности обучение и воспитание по дисциплине «Физическая культура» способствуют гармоничному развитию личности студента.

Литература

1. Советская система физического воспитания / Под ред. Г.И. Кукушкина. – М.: Физкультура и спорт, 1975. – 558 с.
2. Физическая культура студента / Под ред. В.И. Ильича. – М.: Гардарики, 1999. – 448 с.