

**ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ СИСТЕМА КООРДИНАТ:
ОБРАЗОВАНИЕ, ВОСПИТАНИЕ, РАЗВИТИЕ ЧЕЛОВЕКА
PEDAGOGICAL REFERENCE SYSTEM:
EDUCATION, UPBRINGING, PERSONAL GROWTH**

УДК 37.011.3:796.011.1

DOI: 10.24151/2409-1073-2018-3-137-141

К вопросу о социальной значимости физической культуры

Н. Ю. Борисова

Национальный исследовательский университет «МИЭТ», Москва, Россия

natabori@yandex.ru

Рассматриваются социальные аспекты физической культуры в системе современного образования. Раскрываются задачи и функции физической культуры. Излагаются взгляды на роль и значимость физической культуры в воспитании и социальной адаптации студентов. Выявлен комплекс факторов, определяющих процесс формирования интереса студентов к занятиям физической культурой, а также обоснована необходимость координации различных административных подразделений вуза. Особое внимание уделено вопросам внедрения модернизации и инновации в учебный процесс.

Ключевые слова: задачи физического воспитания; функции физического воспитания; учебная деятельность студента; работоспособность.

Revisiting the Social Significance of Physical Education

N. Yu. Borisova

National Research University of Electronic Technology, Moscow, Russia

natabori@yandex.ru

The author examines the social aspects of physical education in the system of modern education. The author brings to light the tasks and functions of physical culture, outlining the views on the role and importance of physical education in the upbringing and social adaptation of students. The author did reveal a set of factors determining the process of formation of students' interest in physical education, and did justify the need for coordination of various administrative divisions of the university. Particular attention is paid to the introduction of modernization and innovation in the educational process.

Keywords: physical education tasks; physical education functions; physical culture and sports; student's learning activity; capacity for labor.

© Борисова Н. Ю.

Общеизвестный факт снижения физической активности современного человека, естественное следствие технического прогресса (см.: [1, с. 158—170]), актуализирует проблему коррекции и самокоррекции образа жизни. Ее решение предполагает комплексное воздействие на биологическую, социальную и духовную сферы деятельности человека.

Физическая культура выполняет ряд специфических социальных функций, основные из которых — образовательная, оздоровительная, прикладная и рекреативная. Последняя особенно значима для обучающихся на всех уровнях образования [2; 3], потому что учебная деятельность требует огромного расхода времени, физических и духовных сил. В результате у многих учеников старших классов и студентов снижается психофизический тонус, повышается нервно-эмоциональное напряжение, возникает болезненная реакция на стрессовые ситуации. В ходе многолетних исследований (см., напр., [4; 5; 6]) доказано, что оптимальной формой восстановления затраченных сил являются активные занятия разными видами спорта, а также оздоровительно-рекреативной физической культурой. Занятия физической культурой влияют на социальную активность, производительность труда, здоровье, положительно сказываются и на общем культурном развитии, поведении и способах проведения досуга, внешнем и внутреннем облике, культурных потребностях. Так, по данным Федерального научного центра физической культуры и спорта, среди активно занимающихся физической культурой на 15—20 % больше инициативных работников, преуспевающих в трудовой деятельности и пользующихся авторитетом коллег [7, с. 213—249].

Студенты российских вузов, участники физкультурно-спортивных форумов ГТО, отмечают важную роль

физической культуры в формировании общей культуры [7, с. 92—131; 8].

Формирование социальной активности студента — активизация самостоятельной работы, овладение исследовательскими и организаторскими навыками — происходит в условиях непрерывной интенсификации учебного процесса. Этим обусловлена необходимость постоянной трансформации учебного и воспитательного процессов, формирования среды, способствующей укреплению и сохранению здоровья — залога творческой активности и долголетия студентов и молодых специалистов.

Наряду с развитием двигательных способностей и физических качеств, важными компонентами формирования физической культуры студента являются *приобретение знаний* о биологических процессах развития человека в условиях современного общества, *воспитание* устойчивой и осознанной *потребности* заботиться о собственном здоровье. Не менее важно осознание необходимости систематических и регулярных физических упражнений с использованием методов и форм, наиболее эффективных с точки зрения оздоровительной направленности. О правильном подборе физической нагрузки позволяет судить улучшение функционального состояния организма, слаженная работа всех его систем и органов, а также повышение уровня физической подготовленности.

Одна из главных задач профессорско-преподавательского состава при осуществлении учебного процесса — формирование у студента устойчивого интереса к изучаемой дисциплине. Как показали социологические исследования, проведенные в российских вузах в последние несколько лет, одним из основных факторов, влияющих на физическую активность студентов, служит

их отношении к занятиям физической культурой [9; 10]. Отношение во многом определяется уровнем интереса, проявление которого свидетельствует о стремлении улучшить свою физическую форму. На формирование интереса к занятиям физическим воспитанием влияют качество их проведения, возможность выбора форм занятий и видов спорта, состояние материально-технической базы. Огромное воздействие на данные факторы оказывает координация и взаимодействие различных подразделений администрации вуза, обеспечивающих организацию учебного процесса.

Перед специалистами физического воспитания стоит сложная научно-педагогическая задача поиска инновационных технологий оздоровительного, восстановительного и реабилитационного характера и использования их в учебной деятельности. Эти технологии должны создавать оптимальные условия не только для физического совершенствования студентов, но и для выполнения ими своих учебно-трудовых обязанностей. Важно учитывать их общую оздоровительную направленность, а также положительный характер воздействия на психофизические характеристики и умственную работоспособность студентов.

Всестороннее воздействие физической культуры на личность предусматривает комплексное использование организационных форм, методов и средств обучения и воспитания студентов, в соответствии с направленностью образовательных программ, отраженной в законодательстве Российской Федерации [11, ст. 84]. С целью оптимизировать изучение дисциплины «Физическая культура» разработана и совершенствуется ее примерная программа [12].

Огромное значение для укрепления здоровья имеет регулярность физических упражнений. Как отмечают

В. Г. Королёв и В. В. Бардушкин, «многим студентам недостаточно тренировочных нагрузок на академических занятиях» [13, с. 68]. По этой причине добавляются дополнительные часы для занятий студентов избранным видом спорта в спортивных секциях во внеучебное время. Данные мероприятия дают возможность проводить занятия со студентами не реже одного-двух раз в неделю на протяжении всего периода обучения.

Необходимость формирования физической культуры студентов определяется индивидуальными и возрастными особенностями их развития, постоянно меняющимися условиями жизни и деятельности, а также социальным заказом общества на подготовку квалифицированных специалистов, которые могут достигать успеха в выбранных видах профессиональной деятельности, противостоять влиянию постоянно ухудшающейся экологической обстановки, переносить высокие психофизические нагрузки, эффективно работать как в обычных, так и в экстремальных условиях. Это подразумевает гармоничное всестороннее (психическое и физическое) развитие личности.

Совершенствование двигательных качеств и психофизических способностей личности — одно из значимых направлений физического воспитания. Однако его обширные образовательные и воспитательные возможности не могут быть реализованы в полной мере без соблюдения условий оптимальной организации педагогического процесса. Процесс физического воспитания студентов должен включать в себя подбор соотношения физических упражнений различной избирательной направленности, посредством которого физическая культура реализует свои специфические функции. Освоение знаний, умений

и навыков в сфере физической культуры позволяет расширить научно-образовательный потенциал будущих специалистов, стимулирует интерес к производственной и творческой деятельности и стремление совершенствоваться в ней, обеспечивает долгосрочное сохранение работоспособности.

Таким образом, физическая культура играет значимую роль в развитии жизненно необходимых качеств, способностей усваивать и применять полученные знания, умения и навыки, формирует у студентов потребность сохранять и укреплять свое здоровье, самостоятельно повышать уровень физической подготовленности.

Подводя итог, отметим: требуется глубокий анализ сложившейся практики физического воспитания в вузе и принятие активных мер для поиска новых эффективных форм, средств и методов физической культуры. Немаловажное значение имеет взаимодействие всех структур вуза при решении задач организации процесса физического воспитания студентов, в частности модернизации материально-технической базы для занятий физической культурой. Тем самым будут созданы необходимые условия для формирования и развития профессионально-личностных качеств и социальной адаптации студентов к профессиональной среде.

Литература

1. **Юшкова О. И.** Основы физиологии человека. М.: Изд-во Моск. гос. горного ун-та, 2004. 246 с.
2. **Леонтьева М. С.** Методика физкультурно-оздоровительной работы с детьми-сиротами // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт. 2013. № 1. С. 98—105.
3. **Рачковская Н. Н.** Основы здорового образа жизни студентов // Информационные технологии в политическом, социальном и экономическом менеджменте: сб. науч. тр. / Отв. ред. С. Ю. Наумов. Саратов: Поволжская акад. гос. службы им. П. А. Столыпина, 2006. С. 70—74.
4. **Лубышева Л. И.** Теоретико-методологические и организационные основы формирования физической культуры студентов: автореф. дис. ... д-ра пед. наук. М., 1992. 58 с.
5. **Гонтарь О. П.** Развитие физической культуры личности студента // Известия Российского государственного педагогического университета им. А. И. Герцена. 2007. Т. 17 № 43-2. С. 81—85.
6. **Ермолина Н. В., Пилюгина Е. И.** Педагогическое сопровождение физического совершенствования старшеклассников средствами рекреационно-оздоровительных занятий // Гуманитарные исследования. 2014. № 3 (51). С. 118—122.
7. Социология физической культуры и спорта: состояние и перспективы развития: сб. мат-лов Всерос. науч. конф. с междунар. участием (С.-Петербург, 14-15 апр. 2017). СПб.: Изд-во Политехн. Университета, 2017. 373 с.
8. **Королёв В. Г., Бардушкин В. В.** Студенты и Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» // Уникальные исследования XXI века. 2016. № 5 (17). С. 5—27.
9. **Петрожак О. Л., Стомба И. Р., Столярова Н. В.** Приверженность к физической активности и характеристики самоотношения к здоровью у студентов ЮУрГУ // Вестник Южно-Уральского государственного университета. Серия: Психология. 2015. Т. 8. № 4. С. 92—97.
10. **Аверина Л. Ю., Ногаец О. А.** Физкультурно-спортивная активность студентов и факторы ее определяющие // Символ науки. 2017. Т. 2 № 4. С. 113—115.
11. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29 декабря 2012 года с изменениями 2018 года // Закон об образовании РФ: [Электронный ресурс] / Последняя редакция 2018. URL: <http://zakon-ob-obrazovanii.ru/> (дата обращения: 31.08.2018).
12. Примерная программа дисциплины «Физическая культура» // Российское образование: федеральный портал: [Электронный ресурс] / Министерство образования Российской Федерации, ГНИИ ИТТ «Информика». Сор. 2000. URL: <http://www.edu.ru/db/portal/spe/progs/hf.02.htm> (дата обращения: 31.08.2018).
13. **Королёв В. Г., Бардушкин В. В.** Оценка физической подготовленности студентов для прохождения военной подготовки в вузе // Экономические и социально-гуманитарные исследования. 2017. № 2 (14). С. 63—69.

Поступила после доработки 02.08.2018

Борисова Наталья Юрьевна — старший преподаватель кафедры физического воспитания Национального исследовательского университета «МИЭТ» (Россия, 124498, Москва, г. Зеленоград, пл. Шокина, д. 1), *nabori@yandex.ru*

References

1. Yushkova O. I. *Osnovy fiziologii cheloveka (ABC of Human Physiology)*, M., Izd-vo Mosk. gos. gornogo un-ta, 2004, 246 p.
2. Leont'eva M. S. *Metodika fizkul'turno-ozdorovitel'noi raboty s det'mi-sirotami (Methodology of Physical Culture and Health-Improving Work with Children-Orphans)*, *Izvestiya Tul'skogo gosudarstvennogo universiteta, Fizicheskaya kul'tura, Sport*, 2013, No. 1, pp. 98—105.
3. Rachkovskaya N. N. *Osnovy zdorovogo obraza zhizni studentov (Basic Principles of Students' Healthy Living)*, *Informatsionnye tekhnologii v politicheskom, sotsial'nom i ekonomicheskom menedzhmente*, sb. nauch. tr., Otv. red. S. Yu. Naumov, Saratov, Povolzhskaya akad. gos. sluzhby im. P. A. Stolypina, 2006, pp. 70—74.
4. Lubyshva L. I. *Teoretiko-metodologicheskie i organizatsionnye osnovy formirovaniya fizicheskoi kul'tury studentov, avtoref. dis. ... d-ra ped. nauk (Theoretical, Methodological and Organizational Framework of Students' Physical Education Formation, Extended Abstract of Doctoral Dissertation in Pedagogy)*, M., 1992, 58 p.
5. Gontar' O. P. *Razvitie fizicheskoi kul'tury lichnosti studenta (Student's Personal Physical Culture Development)*, *Izvestiya Rossiiskogo gosudarstvennogo pedagogicheskogo universiteta im. A. I. Gertsena*, 2007, T. 17 No. 43-2, pp. 81—85.
6. Ermolina N. V., Pilyugina E. I. *Pedagogicheskoe soprovozhdenie fizicheskogo sovershenstvovaniya starsheklassnikov sredstvami rekreatsionno-ozdorovitel'nykh zanyatii (Educational Support of Physical Development of Pupils by Means of Recreational and Health Activities)*, *Gumanitarnye issledovaniya*, 2014, No. 3 (51), pp. 118—122.
7. *Sotsiologiya fizicheskoi kul'tury i sporta: sostoyanie i perspektivy razvitiya*, sb. mat-lov Vseros. nauch. konf. s mezhdunar. uchastiem (S.-Peterburg, 14-15 apr. 2017) (Sociology of Physical Training and Sports: Current State and Development Trends, Proceedings of All-Russia Scientific Conference with International Participation, St. Petersburg, Apr. 14 to 15, 2017), SPb., Izd-vo Politekh. universiteta, 2017, 373 p.
8. Korolev V. G., Bardushkin V. V. *Studenty i Vserossiiskii fizkul'turno-sportivnyi kompleks "Gotov k trudu i oborone" (Students and All-Russian Sport Complex "Ready for Labor and Defense")*, *Unikal'nye issledovaniya XXI veka*, 2016, No. 5 (17), pp. 5—27.
9. Petrozhak O. L., Stovba I. R., Stolyarova N. V. *Priverzhennost' k fizicheskoi aktivnosti i kharakteristiki samootnosheniya k zdorov'yu u studentov YuUrGU (Physical Activity Compliance and Characteristics of Students' Attitude to Their Health)*, *Vestnik Yuzhno-Ural'skogo gosudarstvennogo universiteta, Seriya Psikhologiya*, 2015, T. 8, No. 4, pp. 92—97.
10. Averina L. Yu., Nogaets O. A. *Fizkul'turno-sportivnaya aktivnost' studentov i faktory ee opredelyayushchie (Students' Physical and Sporting Activity and Factors Determining It)*, *Simvol nauki*, 2017, T. 2 No. 4, pp. 113—115.
11. "Federal'nyi zakon 'Ob obrazovanii v Rossiiskoi Federatsii' No. 273-FZ ot 29 dekabrya 2012 goda s izmeneniyami 2018 goda" (Federal Law "On Education in Russian Federation" No. 273-FZ from December 29, 2012, as Amended by 2018). *Zakon ob obrazovanii RF. Poslednyaya redaktsiya 2018*. Web. 31 Aug. 2018. <<http://zakon-ob-obrazovanii.ru/>>.
12. "Primernaya programma distsipliny 'Fizicheskaya kul'tura' " (Exemplary Program of "Physical Education" Course). *Rossiiskoe obrazovanie: federal'nyi portal. Ministerstvo obrazovaniya Rossiiskoi Federatsii, GNII ITT "Informika"*, cop. 2000. Web. 31 Aug. 2018. <<http://www.edu.ru/db/portal/spe/progs/hf.02.htm>>.
13. Korolev V. G., Bardushkin V. V. *Otsenka fizicheskoi podgotovlennosti studentov dlya prokhozheniya voennoi podgotovki v vuze (Estimation of Students' Physical Preparedness for Military Training in the University)*, *Ekonomicheskie i sotsial'no-gumanitarnye issledovaniya*, 2017, No. 2 (14), pp. 63—69.

Submitted after updating 02.08.2018

Borisova Natalya Yu., senior lecturer at Physical Education Department, National Research University of Electronic Technology (Russia, 124498, Moscow, Zelenograd, Shokin sq., 1), *nabori@yandex.ru*