

Семенов А. С.

старший викладач кафедри фізичного виховання та спорту, Навчально-науковий гуманітарний інститут Національного університету кораблебудування імені адмірала Макарова (Україна, Миколаїв), oleksandr.yatsunskiy@nuos.edu.ua

Семенова І. Л.

старший вчитель вищої категорії, Миколаївський морський ліцей імені професора М. Александрова (Україна, Миколаїв), irina_semenova@gmail.com

ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ, ЯК ЗАСІБ ФОРМУВАННЯ ОСОБИСТОСТІ СТУДЕНТІВ

Фізична підготовленість як результат фізичного виховання та занять спортом є умовою всебічного розвитку особистості. У сучасному суспільстві формування особистості стало програмою виховання людини.

Ключові слова: *особистість, інтелект, морально-вольовий дух, свідомість, суспільство, фізична активність.*

Вступ. Спорт виступає не тільки як засіб покращення фізичного розвитку, зміцнення здоров'я, розвиток рухових якостей. В поєднанні з іншими засобами виховання спорт сприяє всебічному розвитку людини. Вирішуючи загальноосвітні завдання, заняття спортом впливають на підвищення культури людини (зокрема фізичної), утверджуючи в її свідомості вирішальне значення розумової і фізичної активності для розвитку особистості, формування потреб у систематичних заняттях спортом, готовності до раціональної організації рухової діяльності протягом дня, оволодіння необхідними гігієнічними навиками, а також системою знань про шляхи збереження і зміцнення здоров'я, покращення працездатності, на розуміння суті спорту, його соціального значення і місця в суспільстві.

Спорт впливає на моральні якості, розвиток, вольової та емоційної сфер людини, естетичних і етичних уявлень і потреб. Він впливає на формування

характеру людини, тобто тих особливостей особистості, які відбиваються на вчинках і відносинах з іншими людьми та зовнішнім світом.

Заняття спортом позитивно впливають на інтелектуальну сферу. Рухова активність, яка лежить в їх основі, сприяє:

- формуванню в людини уявлень про рухові можливості свого власного тіла;

- розвитку спостережливості, оскільки спортивна діяльність вимагає зосередження уваги на умовах, які супроводжують рух, а також швидкого переключення уваги на різного роду подразники;

- розвитку швидкості орієнтації, так як більшість видів спорту виробляють здатність до адекватної зміни поведінки в залежності від умов, які виникли;

- розвитку мислення, оскільки спортивна діяльність є творчою; в процесі тренувань треба аналізувати причини успіхів та невдач своїх досягнень, правильно оцінити ситуацію, що виникла, вести пошук шляхів раціонального вирішення рухових задач.

Разом з розвитком інтелектуальної сфери відбувається и духовне зростання людини, що займає сьогодні найбільш вагоме місце в досягненні загальної мети виховання.

Фізкультурно-спортивна діяльність людини, має чимале духовне навантаження. Ще П'єр де Кубертен висловився про те, що головна сила і досягнення спорту в тому, що він є школою морального благородства та чистоти, фізичної витривалості та енергії. В спорті особливо чітко виражаються всі людські якості: характер, ставлення до справи, воля, совість, чесність. Це саме той вид діяльності, де особливо чітко перевіряються морально-вольові якості людини.

Мета дослідження. Метою нашого дослідження стали проблеми особистісного становлення молодих людей, життя яких тісно пов'язане з фізкультурно-спортивною діяльністю.

Методи дослідження 1) педагогічне спостереження; 2) бесіди; 3) анкетування та інтерв'ювання. Ми побачили, що приймаючи участь у

змаганнях одні студенти ставлять перед собою мету досягнути позитивного результату для підняття свого престижу, підвищення власної значущості, інші – ідентифікують себе, виходячи з тих цінностей, які переживають у групі. А ще ряд студентів беруть участь у змаганнях і досягають непоганих результатів, усвідомлюючи свій професійний обов'язок по відношенню до майбутньої професії.

Фізкультурно-спортивна діяльність вимагає не лише цілеспрямованого, наполегливого, систематичного та довготривалого тренування, а й спеціальної психологічної підготовки. Розробляючи та впроваджуючи найбільш ефективні методики тренування та управління діяльністю спортсменів під час змагань, тренери не повинні обмежуватись тільки формуванням у спортсменів високого рівня психомоторних функцій, чого вимагає техніка і тактика конкретного виду спорту.

У процесі всієї педагогічної роботи їм доводиться (свідомо чи несвідомо) впливати і на формування їх активної життєвої позиції, інтелектуального, морально-духовного формування особистості.

Багаторічні спостереження та аналіз сучасних методик підготовки спортсменів доводять, що теорії «нейтрального спорту» не виправдовують себе. Навпаки, саме недоліки у формуванні високих особистих якостей спортсменів, їх морально-вольових якостей, світоглядних позицій часто є головною причиною поразок у змаганнях, навіть при наявності відмінної фізичної та технічної підготовки.

Забезпечення духовного розвитку особистості через заняття фізкультурно-спортивною діяльністю набуває великого соціального значення.

Не слід ототожнювати поняття «особистість спортсмена» з поняттям «добре підготовлений атлет». При характеристиці особистості спортсмена варто, в першу чергу, мати на увазі зрілість його громадянської свідомості, стійкість характеру, високі моральні якості.

Безумовно, сам змагальний характер спортивної боротьби часто створює «сприятливі» умови для прояву таких індивідуалістичних рис особистості, як прагнення до голого рекордизму, до перемоги в змаганнях заради особистого

успіху і пов'язаних з ним матеріальних благ. У таких спортсменів на першому місці постають індивідуальні інтереси, що нерідко пов'язано з прагненням досягти перемоги будь-якими, в тому числі неспортивними засобами. Це протиріччя є інколи джерелом внутрішніх конфліктних ситуацій, яке породжує боротьбу між суспільними та особистими мотивами спортивної діяльності.

В результаті роботи зі студентами навчальних закладів та аналізу особистісного становлення, фізичного вдосконалення та їх духовного розвитку, сформувались певні наукові припущення, які склали основу гіпотези нашого дослідження, що полягає в наступному:

1. Внутрішня структура індивідуально-психологічних властивостей особистості визначає вибір виду спорту;

2. Кожен вид спорту має специфічний вплив на формування особистості студентів, що відображається як у мотивації їхньої спортивної діяльності, так і у розвитку конкретних особистісних якостей.

Висновок. Аналізуючи дані групи мотивів участі у змаганнях можна зробити певні висновки щодо рівня сформованості деяких особистісних якостей студентів, що спеціалізуються з окремих видів спорту.

Так, бажання підняти свій престиж, досягнути власної вигоди переважає у більшості студентів, які займаються індивідуальними видами спорту. Це приводить до формування впевненості у власних силах, вміння бачити перед собою конкретно визначену мету і досягати її, хоча в багатьох випадках це сприяє розвитку егоїзму, замкнутості.

Студенти, у яких основним видом занять є командні види спорту, більше спрямовують свої інтереси на взаємодію з партнерами, взаємодопомогу і підтримку, на співвідношення свого внутрішнього «Я», своїх власних потреб з навколишнім середовищем і оточуючими людьми. Але й тут, в деяких випадках, не виключено переслідування певних егоїстичних цілей.

Дослідження триває. Вивчивши динаміку розвитку особистісних якостей в залежності від обраного виду спорту та рівня майстерності ми зможемо розробити ряд педагогічних рекомендацій педагогам та тренерам з організації виховної роботи зі студентами.

Література

1. Бахчанян Г. С. Мотивація інтересу до занять фізичною культурою та спортом. *Педагогіка і психологія*. 1997. № 4. С. 41.
2. Ильин Е. П. Психология спорта. Мастера психологи. Москва, Санкт-Петербург : Питер, 2009. 352 с.
3. Кузь В. І. Основи національного виховання. Київ : ІВЦ «Київ», 1993.
4. Келлер В. С., Платонов В. Н. Теоретико-методические основы подготовки спортсменов. Львов : Украинская спортивная ассоциация, 1993. 270 с.
5. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Москва : Советский спорт, 2005. 820 с.
6. Платонов В. Н. Подготовка квалифицированных спортсменов. Киев : Олимпийская литература, 1995. 320 с.

References

1. Bahchanyan, G. S. 1997. Motivatsiya interesu do zanyat fizichnoyu kulturoyu ta sportom [Motivation of interest in physical education and sports]. *Pedagogika i psihologiya – Pedagogy and psychology* 4: 41
2. Ilin, E. P. 2009. Psihologiya sporta. Mastera psihologii [Psychology of sports. Masters of psychology]. Sankt-Petersburg: Piter Publ.
3. Kuz, V. I. 1993. Osnovi natsionalnogo vihovannya [Fundamentals of national education]. Kyiv: IVTs «Kyiv» Publ.
4. Keller, V. S., Platonov, V. N. 1993. Teoretiko-metodicheskie osnovy podgotovki sportsmenov [Theoretical and methodological bases of preparation of athletes]. Lviv: Ukrainskaya sportivnaya assotsiatsiya Publ.
5. Platonov, V. N. 2005. Sistema podgotovki sportsmenov v olimpiivskom sporte [System Preparation athletes in the Olvmpic dispute]. Moscow, Sovetskiy sport Publ.
6. Platonov, V. N. 1995. Podgotovka kvalifitsirovanikh sports-menov [Training of qualified athletes]. Kyiv, Olimpiyskaya literature Publ.

Semenov A. S., Senior Instructor of the Department of Physical Education, Educational and Research Institute of Humanities of Admiral Makarov National University of Shipbuilding (Ukraine, Mykolaiv), oleksandr.yatsunskiy@nuos.edu.ua

Semenova I. L., Senior Teacher of the Highest Category of Marine Lyceum after Aleksandrov (Ukraine, Mykolaiv), iryna_semenova@gmail.com

Physical education, as a means of forming personality of students

Physical preparedness as a result of physical education and sports is a condition for the comprehensive development of the individual. In modern society, the formation of personality has become a program of human upbringing.

Key words: *personality, intellect, moral-volitional spirit, consciousness, society, physical activity.*