**Реферат по Физической культуре**

Гармонизация и гуманизация физической культуры студентов

Оглавление

[**Список используемой литературы** 2](#_Toc68004611)

[**Введение** 2](#_Toc68004612)

[**1. Понятие физической культуры личности** 5](#_Toc68004613)

[**2. Основные понятия гуманизации** 9](#_Toc68004614)

[**3**. **Гуманизация физической культуры** 11](#_Toc68004615)

[**4. Гармонизация физической культуры** 19](#_Toc68004616)

[**Основы организации физического воспитания в вузе.** 22](#_Toc68004617)

[**Заключение** 26](#_Toc68004618)

**Список используемой литературы**

**Введение**

Создание условий для формирования человека, гармонически сочетающего в себе духовное богатство, моральную чистоту и физическое совершенство, является одной из актуальных проблем.

Физическая культура представляет собой общественное явление, тесно связанное с экономикой, культурой, общественно-политическим строем, состоянием здравоохранения, воспитанием людей.

Наш век – век значительных социальных, технических и биологических преобразований. Научно-техническая революция внесла в образ жизни человека наряду с прогрессивными явлениями и ряд неблагоприятных факторов, в первую очередь гиподинамию и гипокинезию, нервные и физические перегрузки, стрессы профессионального и бытового характера. Все это приводит к нарушению обмена веществ в организме, предрасположению к сердечно-сосудистым заболеваниям, избыточной массе тела и т.п. Влияние неблагоприятных факторов на состояние здоровья молодого организма настолько велико и объемно, что внутренние защитные функции организма не в состоянии с ними справиться. Опыт десятков тысяч людей, испытавших на себе воздействие такого рода неблагоприятных факторов, показывает, что лучшим противодействием им являются регулярные занятия физическими упражнениями, которые помогают восстановлению и укреплению здоровья, адаптации организма к условиям внешней среды.

Занятия физическими упражнениями имеют огромное воспитательное значение -- способствуют укреплению дисциплины, повышению чувства ответственности, развитию настойчивости в достижении поставленной цели. Физическая культура представляет собой сложное общественное явление, которое не ограничено решением задач физического развития, а выполняет и другие социальные функции общества в области морали, воспитания, этики. Она не имеет социальных, профессиональных, биологических, возрастных, географических границ.

Если общая культура личности отражает широту овладения ценностным содержанием духовной и материальной культуры, степень приобщения личности к созданию их ценностей, готовность и способность к их продуцированию, то профессиональная культура личности по существу отражает проявление общей культуры в специфических условиях профессиональной деятельности.

Физическая культура выступает как составная часть общей и профессиональной культуры человека, как важнейшая качественная динамичная характеристика его личностного развития, как фундаментальная ценность, определяющая начало его социокультурного бытия, способ и меру реализации сущностных сил и способностей.

Индивидуальная физическая культура является результатом личностного осмысления, выработки представлений, отношений, убеждений, "программ поведения". В ней интегрируются структура самосознания, аспекты саморегуляции, самопознания, самоотношения. На этой основе формируется Я-концепция личности, обеспечивается ее устойчивое адаптивное культурной поведение в разнообразных условиях жизнедеятельности.

Физическая культура прямо и опосредованно охватывает такие свойства, качества, ориентации личности, которые позволяют ей развиваться в гармонии с культурой общества, достигать гармонии знаний и творческого действия, чувств и общения, физического и духовного, разрешать противоречия между природой и производством, трудом и отдыхом, физическим и духовным. Достижение личностью такой гармонии обеспечивает ей социальную устойчивость, продуктивную включенность в жизнь и труд, создает ей психический комфорт.

Таким образом, феномен физической культуры личности студента позволяет представить ее как интегральное качество личности, как условие и предпосылку эффективной учебно-профессиональной деятельности, как обобщенный показатель профессиональной культуры будущего специалиста и как цель личностного саморазвития и самосовершенствования.

физический культура гуманистический воспитание

**1. Понятие физической культуры личности**

Физическая культура - это вид культуры, содержанием которой является оптимальная двигательная деятельность, построенная на основе материальных и духовных ценностей, специально созданных в обществе для физического совершенствования человек.

Физическая культура личности - это социально-детерминированная область общей культуры человека, представляющая собой качественное, системное, динамичное состояние, характеризующееся определенным уровнем специальной образованности, физического совершенства, мотивационно-ценностных ориентаций и социально-духовных ценностей, приобретенных в результате воспитания и интегрированных в физкультурно - спортивной деятельности, культуре образа жизни, духовности и психофизическом здоровье. Виленский, М.Я. Направленное использование физических нагрузок как фактор управления профессиональной работоспособности студентов / М.Я. Виленский, В.П. Русанов // Теория и практика физической культуры. - 1977. - № 6. - С. 44-46.

Физическая культура представляет собой один из основных видов собственно человеческой культуры, специфика которого заключается главным образом в том, что этот вид культуры профилирован в направлении, приводящем к оптимизации физического состояния и развития индивида в единстве с его психическим развитием на основе рационализации и эффективного использования его собственной двигательной активности в сочетании с другими культурными ценностями.    Матвеев, Л.П. Теория и методика физической культуры. Введение в предмет: учеб. для высших специальных физкультурных учебных заведений / Л.П. Матвеев. - СПб.: Лань, 2004.

Физическая культура - это часть культуры общества, которая представляет собой интеграцию различных видов человеческой деятельности и их результатов, направленных на совершенствование человека и которая существует в двух основных формах: объективной (в виде реальных предметов, в продуктах духовного труда, в системе социальных норм и учреждений, в совокупности отношений людей к природе, между собой и к самим себе) и субъективной (в виде деятельностных способностей человека, возможностей индивида овладеть этим предметным богатством).

Главной специфической особенностью профессиональной физической культуры является прикладность, основанная на естественно-биологических предпосылках "переноса тренированности" и заключающаяся в формировании тех потребностей и способностей, освоении того общественного опыта и социальных ценностей, которые обладают наибольшей практической значимостью для личности, подготовки к труду.

В технологическую структуру физической культуры личности включаются пять основных составляющих, 27 компонентов и 46 признаков качеств этих компонентов (см. таблицу).

В данной структуре физическая культура личности является сложным системным образованием. Все представленные в ней элементы тесно взаимосвязаны, дополняют и обусловливают друг друга. Знания и интеллектуальные способности определяют кругозор личности, иерархию ее оценок, ценностей и результатов деятельности; мотивы характеризуют направленность личности, стимулируют и мобилизуют ее на проявление активности в сфере физической культуры; ценностные ориентации выражают совокупность отношений личности к физической культуре в жизни, профессиональной и созидательно-активной деятельности; потребности являются главной побудительной, направляю щей и актуализирующей силой поведения личности в сфере физической культуры; физическое совершенство предполагает такой уровень здоровья, физического развития, психофизических и физических возможностей личности, которые составляют фундамент ее активной, преобразующей, социально значимой, физкультурно-спортивной деятельности и жизнедеятельности в целом; социально-духовные ценности определяют общекультурное и специфическое развитие культуры личности; физкультурно-спортивная деятельность отражает ценностные ориентации и потребности, характеризует физкультурную активность личности.

Физическая культура реализуется в таких формах (компонентах), как физическое воспитание (связанное с освоением физических и духовных сил человека), спорт (их совершенствованием), физическая рекреация (поддержанием), двигательная реабилитация (восстановлением). Внутренним наполнением каждой из них является сочетание интеллектуального, социально-психологического и двигательного компонентов, а также определенной системы потребностей, способностей, деятельности отношений и институтов. Это определяет специфику каждого компонента физической культуры, где преобладающим моментом будет служить одухотворенность физического.

Деятельная часть физической культуры представлена процессом физического воспитания.

Физическое воспитание - это педагогический процесс, направленный на формирование здорового, физически и духовно совершенного, морально стойкого подрастающего поколения, укрепление здоровья, повышение работоспособности, творческого долголетия и продолжение жизни человека.

Ю.И. Евсеев определяет физическое воспитание как вид воспитательного процесса, специфика которого заключается в обучении двигательным актам и управлении развитием и совершенствованием физических качеств человека Евсеев, Ю.И. Физическая культура / Ю.И. Евсеев. - Ростов н/Д.: Феникс, 2005.. Однако, на наш взгляд, это определение не отражает полноту всего процесса физического воспитания и рассматривает только его деятельностный компонент, в то время как в нем существенными являются когнитивный и эмоционально-ценностный компоненты.

Ж.К. Холодов, рассматривая понятие "физическое воспитание", отмечает, что это процесс, направленный не только на обучение движениям, воспитание физических качеств, но и на овладение занимающимися специальными знаниями и формирование у них осознанной потребности в занятиях физическими упражнениями Холодов, Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта: учеб. пособие для студ. высш. учеб. завед / Ж.К.Холодов, В.С.Кузнецов. - М.: Академия, 2000..

Наиболее точное и всеобъемлющее определение физическому воспитанию дано Л.П. Матвеевым Матвеев Л.П. Указ.соч.. Он отмечает, что физическое воспитание - это педагогически упорядоченный процесс направленного использования факторов физической культуры, включающий обучение двигательным действиям (в результате которых формируются двигательные умения, навыки и связанные с ними знания), воспитание индивидуальных физических качеств и сопряженных с ними двигательных способностей, содействие на этой основе становлению и развитию свойств личности.

Таким образом, современные представления о физическом воспитании отражают не только его прикладной характер, но и вопросы социализации личности, ее интеллектуальное, психологическое, духовное и творческое развитие и долголетие. Именно такое понимание физического воспитания дает возможность ставить в этом процессе ведущей и целеполагающей установкой формирование физической культуры личности.

Центральным системообразующим фактором, объединяющим все компоненты физической культуры, предстает физкультурно-спортивная (физкультурная) деятельность, направленная на физическое совершенствование человека.

Эмоционально-целостное отношение к физкультурной деятельности не формируется спонтанно и не наследуется, оно приобретается личностью в процессе самой деятельности и эффективно развивается с освоением знаний и творческого опыта, с проявлением инициативы и активности в истинном педагогическом процессе.

Выносливость, сила, быстрота, высокий уровень функциональной подготовленности организма, его работоспособности могут быть приобретены только путем использования эффекта целенаправленного организационного процесса адаптации организма к физическим нагрузкам определенного содержания, объема и достаточной (разумной) интенсивности.

**2. Основные понятия гуманизации**

Российское общество находится на переломном этапе своего развития. Он характеризуется переоценкой ценностей, критикой и преодолением того, что мешает дальнейшему движению вперед. Высшим гуманистическим смыслом социального развития становится утверждение отношения к человеку как высшей ценности бытия.

Человек как самоцель развития, как критерий оценки социального процесса представляет собой гуманистический идеал происходящих в стране преобразований. Поступательное движение к этому идеалу связано с гуманизацией жизни общества, в центре планов и забот которого должен стоять человек с его нуждами, интересами, потребностями. Поэтому гуманизация образования рассматривается как важнейший социально-педагогический принцип, отражающий современные общественные тенденции построения функционирования системы образования.

Гуманизация - ключевой элемент нового педагогического мышления, утверждающего полисубъектную сущность образовательного процесса. Основным смыслом образования в этом становится развитие личности. А это означает изменение задач, стоящих перед педагогом. Если раньше он должен был передавать знания учащимся, то гуманизация выдвигает другую задачу - способствовать всеми возможными способами развитию ребенка. Гуманизация требует изменения отношений в системе «учитель-?ученик» ? установления связей сотрудничества. Подобная переориентация влечет за собой изменение методов и приемов учителя.

Гуманизация образования предполагает единство общекультурного, социально нравственного и профессионального развития личности. Данный социально педагогический принцип требует пересмотра целей, содержания и технологии образования.

Ключевое понятие гуманистической философии образования ?«гуманизм». Попытка определить его смысл показывает, что у этого понятия существует несколько значений. Их изменение позволяет осознать различные аспекты данной проблемы, хотя и вызывает затруднения, связанные с определением конкретного содержания самого понятия «гуманизм».

Так понятие «гуманизм» употребляется, по крайней мере, в десяти значениях:

название эпохи Возрождения в различных культурных движениях, идейных течений, направлений общественной мысли;

название области теоретического знания, которая отдает предпочтение гуманитарным наукам;

характеристика марксистского мировоззрения, пролетарской идеологии, социалистического образа жизни;

обозначение нравственных качеств личности ? человечности, доброты и уважения;

определение важнейшего фактора всестороннего развития личности;

выражение особого отношения к человеку как высшей ценности жизни;

название практической деятельности, направленной на достижение общечеловеческих идеалов, и др..

Аналогичное положение наблюдается и в отношении понятия «гуманность», которое часто отождествляется с понятием «гуманизм».

Гуманизм как идейно ценностный комплекс включает в себя все высшие ценности, выработанные человечеством на долгом и противоречивом пути своего развития и получивших название общечеловеческих; человеколюбие, свобода и справедливость, достоинство человеческой личности, трудолюбие, равенство и братство, коллективизм и интернационализм и др.

Гуманизм чаще всего выступает как понятие философско-идеалогическое, как название философской системы, и поэтому его исследования предписывают компетенции философских наук. Гуманность же рассматривается чаще как психологическое понятие, в котором отражается одна из важнейших черт направленности личности.

Гуманистическое мировоззрение как обобщенная система взглядов, убеждений, идеалов строится вокруг одного центра человека. Если гуманизм это система определенных взглядов на мир, то именно человек оказывается системообразующим фактором, ядром гуманистического мировоззрения. При этом его отношение содержит не только оценку мира, но и оценку своего места в окружающей действительности. Следовательно, в гуманистическом мировоззрении как раз и находят свое выражение многообразные отношения к человеку, к обществу, к духовным ценностям, к деятельности, то есть, по сути, ко всему миру в целом.

В психологическом словаре понятие «гуманность» определяется как «обусловленная нравственными нормами и ценностями система установок личности на социальные объекты (человека, группу, живое существо), которая представлена в сознании переживаниями сострадания и сорадования… реализуется в общении и деятельности в аспектах содействия, соучастия, помощи» Психология: словарь /Под ред. А.В. Петровского, М.Г. Ярошевского.?М, 1990.?с. 21..

Следовательно, гуманность ? это качество личности, представляющая собой совокупность нравственно-психологических свойств личности, выражающих осознанное и сопереживаемое отношение к человеку как высшей ценности.

**3**. **Гуманизация физической культуры**

Как показывают исследования, существующая система физкультурно-спортивной работы в вузах не позволяет решить основные задачи, возлагаемые на эту систему - не обеспечивает должного уровня здоровья и физического развития студентов, не формирует у них потребности в здоровом образе жизни и физическом совершенствовании, интереса к физкультурно-спортивной деятельности, не позволяет в полной мере реализовать огромный гуманистический, культурный потенциал этой деятельности.

Более того, многие факты свидетельствуют о все возрастающей девальвации духовно-нравственных ценностей в сфере детско-юношеского, в том числе студенческого, спорта, как и спорта вообще. Многих молодых людей спорт привлекает вовсе не как сфера проявления эстетики, нравственности, культуры, средство гармоничного развития, а прежде всего потому, что здесь можно заработать деньги, наблюдать и проявить жестокость, агрессивность, грубую физическую силу. Среди молодых спортсменов все чаще наблюдается стремление добиться победы любой ценой, даже за счет здоровья, нарушения нравственных норм и т.д.

В разное время и в разных странах были проведены педагогические и социологические исследования с целью выяснения влияния занятий спортом, спортивных (в том числе олимпийских) соревнований на нравственное поведение детей и молодежи. Все они приводят к одному общему выводу: активные и регулярные занятия спортом, спортивные (в том числе олимпийские) соревнования, как правило, не повышают, а снижают ориентацию на нравственное поведение в спорте. Те, кто не участвует регулярно в спортивных соревнованиях, проявляют гораздо больше желания выступать за соблюдение кодекса честной игры, чем постоянные участники состязаний, и спортсмены высокой квалификации по сравнению со своими коллегами "более низкого класса" демонстрируют все меньшую склонность связывать себя этим кодексом.

С учетом этой ситуации, а также новых условий социально-экономического и культурного развития нашей страны в вузах ведется интенсивный поиск новых направлений физкультурно-спортивной работы, отвечающих требованиям сегодняшнего дня и способных решить весь комплекс социально-педагогических задач, стоящих перед системой высшего образования и физкультурно-спортивным движением России в настоящее время.

К числу таких направлений относится спортивно-гуманистическое воспитание студентов - педагогическая деятельность по формированию у студентов когнитивного, эмоционально-ценностного и нормативно-поведенческого отношения к спорту, соответствующего идеалам и ценностям гуманизма. Конкретными показателями такого отношения являются: 1) понимание социокультурного значения спортивной деятельности, знание тех гуманистических идеалов и ценностей, связанных с нормами здорового образа жизни, нравственной, эстетической, физической культуры, которые могут быть реализованы в спорте и посредством спорта; 2) декларативная (провозглашаемая) и реальная (в поведении) ориентации на эти идеалы и ценности (интерес к ним, стремление их реализовать, адекватные эмоциональные реакции и т.п.).

В определенных формах и с определенной степенью активности спортивно-гуманистическое воспитание всегда проводилось и проводится в вузах. Но в последнее время активность в этом направлении резко упала. В связи с острой критикой существовавшей ранее жестко идеологизированной системы планирования духовной жизни народа и плановой "воспитательной работы с массами" наблюдается пренебрежительное отношение к воспитательной работе и воспитателям вообще.

Даже там, где проводится работа по спортивно-гуманистическому воспитанию студентов, она, как правило, не приносит желаемых результатов. На низкую эффективность этой педагогической деятельности влияет ряд факторов. К числу наиболее существенных относятся недостатки в ее организации. Довольно часто задачи спортивно-гуманистического воспитания студентов сводят лишь к формированию у них определенных знаний - прежде всего знаний об Олимпийских играх и олимпийском движении. Ограничен набор средств спортивно-гуманистического воспитания. Чаще всего ограничиваются информационно-разъяснительной и пропагандистской работой. Как правило, проводятся разрозненные, не связанные между собой акции, имеющие целью сформировать у студентов гуманистическое отношение к спорту. В результате этого не достигаются многие важные цели и задачи спортивно-гуманистического воспитания студентов - в первую очередь формирование у них устойчивой ориентации на связанные со спортом духовно-нравственные ценности. Поэтому актуален вопрос более полного, интегративного, комплексного подхода к организации спортивно-гуманистического воспитания студенческой молодежи.

Такой подход - не просто субъективное пожелание. Его необходимость обусловлена рядом факторов.

Прежде всего надо учитывать сложный и разноплановый характер задач, которые должны быть решены для формирования у студентов гуманистического отношения к спорту. Проведенный нами анализ результатов социологических исследований показывает необходимость педагогической коррекции у студентов всех компонентов этого отношения: знаний, интересов, потребностей, ценностных ориентаций, эмоциональных реакций, а главное - их поведения в спорте. Причем сами эти знания и элементы мотивационной системы весьма разнородны. Они относятся к нравственной, эстетической, коммуникационной и другим компонентам культуры.

Таким образом, уже вследствие сложного и разнопланового характера задач, стоящих перед спортивно-гуманистическим воспитанием студентов, оно должно быть по сути своей интегративной, комплексной педагогической деятельностью.

Не менее важно и то, что указанные выше задачи спортивно-гуманистического воспитания студентов нельзя решить с помощью лишь одного метода или совокупности однотипных методов (например, относящихся только к сфере информационной, разъяснительной работы). Необходим комплекс разнородных средств и методов, т.е. также интегративный подход.

Кроме того, важно учитывать, что спортивно-гуманистическое воспитание студенческой молодежи может выступать в разных формах в зависимости от того, на какие гуманистические идеалы и ценности оно ориентировано, каким образом эти идеалы и ценности интерпретируются, а также какие средства для их реализации в спорте используются.

В теории и практике спортивно-гуманистического воспитания студентов наиболее широко распространена та его разновидность, которую чаще всего называют "олимпийским образованием ". В качестве основных средств спортивно-гуманистического воспитания здесь используются различные формы информационной деятельности по разъяснению и пропаганде идей олимпизма, а также спорт в его олимпийской интерпретации - олимпийские соревнования, ритуалы и традиции.

Вторая разновидность спортивно-гуманистического воспитания студентов основана на идеях гуманистического проекта "СпАрт" (автор - В.И. Столяров). В основе этого варианта спортивно-гуманистического воспитания лежит положение о том, что путем лишь просветительской работы, с помощью одних только лозунгов и призывов, а также на основе олимпийской модели организации спортивных соревнований невозможно решить проблему приобщения подрастающего поколения к гуманистическим идеалам и ценностям. В первую очередь необходимо существенно изменить сам подход к организации спортивных соревнований, к спорту вообще, сделать его более гуманным, гуманистичным, "человечным". Спартианское воспитание как разновидность спортивно-гуманистического воспитания как раз и основано на использовании новой, более гуманной и "мягкой", модели спорта, которая отличается от других моделей, в том числе олимпийской, программой и составом участников соревнований, системой определения победителей и т.д.

Как показывает анализ, олимпийский и спартианский варианты спортивно-гуманистического воспитания студентов не исключают, а взаимно дополняют друг друга. Следовательно, и в этом отношении необходим интегративный подход к этой воспитательной работе.

Такой подход предусматривает:

решение комплекса взаимосвязанных задач по педагогической коррекции не только знаний, но и эмоционально-ценностного и нормативно-поведенческого компонентов отношения студентов к спорту применительно к нравственному, эстетическому и всем другим аспектам культуры личности;

использование комплекса методов, связанных не только с информационно-разъяснительной работой, но и с организацией спортивных соревнований, подготовкой к ним и т.д.

комплексное, взаимодополняющее использование форм, средств и методов олимпийского образования студентов и их спартианского воспитания.

Возможны различные варианты педагогической технологии для практической реализации указанной выше теоретической концепции интегративного подхода к спортивно-гуманистическому воспитанию студентов с учетом условий и возможностей вуза, особенностей того контингента, в педагогической работе с которым она используется, а также общей ситуации в современном спорте, системе образования и обществе в целом.

Ниже излагается один из вариантов этой технологии, предполагающий организацию спортивно - гуманистического воспитания студентов в три этапа.

На первом этапе с помощью педагогических наблюдений и опроса студентов на основе специально разработанных анкет и интервью определяются те показатели их спортивно-гуманистической образованности и ориентации, которые нуждаются в педагогической коррекции.

На втором этапе с учетом результатов, полученных на предыдущем этапе, осуществляется педагогическое воздействие на студентов. При этом используется комплекс форм, средств и методов.

Первый блок этих средств - спецкурс "Спорт как социально-культурное явление и его гуманистическая ценность", а также учебно-методическое обеспечение спецкурса. С целью оказания студентам помощи в овладении материалом спецкурса целесообразно подготовить и рекомендовать им для изучения специальное методическое пособие.

Второй блок - конструирование и проведение студенческих спортивно-творческих праздников как разновидности Спартианских игр. Этот блок средств преследует решение как минимум двух задач. Первая из них - погружение студентов в такую искусственно сконструированную культурную среду, которая на основе активного участия в гуманистически ориентированных соревнованиях позволяет им приобщиться к ценностям не только спортивной, но и других форм культуры. Вторая задача - формирование у студентов духовно-нравственной ориентации и такого ее важнейшего элемента, как интеллигентность в том ее понимании, которого придерживался академик Лихачев. По его мнению, интеллигентность - это прежде всего "способность к пониманию, к восприятию, это терпимое отношение к миру и к людям". Исходя из этого при разработке программы спортивно-творческих праздников акцент должен быть сделан на развитии у студентов творческих способностей в ходе занятий спортом, а также гуманного отношения к лицам с ограниченными возможностями (инвалидам) как равным партнерам по соревнованию.

Третий блок средств программы спортивно-гуманистического воспитания студентов - организация педагогических игр, включающих студентов в такие игровые ситуации, в которых они должны научиться оценивать поведение спортсменов и разрабатывать программу спортивно-творческих праздников.

Наконец, четвертый блок - организация самостоятельной работы студентов, которая характеризует проявление их творческого потенциала в необходимой и значимой для них деятельности.

Эта работа студентов в рамках программы их спортивно-гуманистического воспитания включает в себя некоторые традиционные формы и методы: изучение рекомендованной литературы и методического пособия; подготовка докладов для выступления на занятиях; написание рефератов по теме спецкурса; подготовка к ответу на разработанные для них контрольные вопросы.

Вместе с тем для организации самостоятельной работы студентов в целях их спортивно-гуманистического воспитания целесообразно использовать и такие новые формы и методы, как, например, специально разработанная для них анкета. В нее прежде всего включаются вопросы, которые предназначаются для самооценки студентами знания и понимания принципов "Фэйр Плэй", а также отношения к ним. Кроме того, в анкете указываются те конкретные ситуации спортивного соревнования, которые ставят студента в ситуацию выбора по совести, т.е. требуют от него проявления нравственной позиции.

На третьем, заключительном, этапе на основе подведения итогов изучения студентами спецкурса, успешности решения ими педагогических задач, качества и результативности их самостоятельной работы, самооценки восприятия студентами участия в спортивно-творческих праздниках оценивается эффективность их спортивно-гуманистического воспитания. Заметим, что такая оценка сопряжена с определенными сложностями, вызванными не только известными трудностями "измерения" духовно-нравственных и эстетических параметров человеческой личности, но и длительного периода времени, необходимого для того, чтобы в полной мере обнаружились последствия воспитательного воздействия.

Опыт использования охарактеризованной выше педагогической технологии интегративного подхода к спортивно-гуманистическому воспитанию студентов в Сургутском государственном университете дает основание для вывода о ее достаточно высокой эффективности.

**4. Гармонизация физической культуры**

В соответствии с государственным образовательным стандартом высшего профессионального образования физическая культура с 1994 г. объявлена обязательной дисциплиной гуманитарного образовательного цикла.

Гуманитарные знания дают возможность преодолеть технократическое и узкопрофессиональное мышление будущего специалиста, воспитывают духовно богатую личность, обладающую развитым чувством социально-профессиональной и нравственной ответственности. Системная и целенаправленная гуманитарная подготовка и формируемая в ее процессе личностная культура студента определяют свойства его адаптивности, самообучаемости, самостоятельности и инициативности как будущего специалиста, закладывая тем самым основы его высокого профессионализма.

Являясь по своей сути человековедческой дисциплиной, физическая культура направлена на то, чтобы развить целостную личность, гармонизировать ее духовные и физические силы, активизировать готовность полноценно реализовать свои сущностные силы в здоровом и продуктивном стиле жизни, профессиональной деятельности, в самопостроении необходимой социокультурной комфортной среды, являющейся неотъемлемым элементом образовательного пространства вуза. Гуманитаризация образования в сфере физической культуры означает его очеловечивание, выдвижение личности студента в качестве главной ценности педагогического процесса.

Физическая культура прямо и опосредованно охватывает такие свойства и ориентации личности, которые позволяют ей развиваться в единстве с культурой общества, достигать гармонии знаний и творческого действия, чувств и общения, физического и духовного, разрешать противоречия между природой и производством, трудом и отдыхом, физическим и духовным. Достижение Личностью такой гармонии обеспечивает ей социальную устойчивость, продуктивную включенность в жизнь и труд, создает ей психический комфорт.

Физическая культура выступает как социокультурный слой практики, направленной на освоение природных сил студентов и опосредованных их культурным отношением к своим физическим возможностям. Развитие физических способностей студента рассматривается в рамках процесса воспитания как развитие элементов культуры, особых личностных качеств. Гуманитаризация образовательного процесса подчеркивает огромную роль образованности личности, ее самоценность. Лишь при этом она может достигать такого состояния, при котором становятся возможными и необходимыми социальные и индивидуальные процессы саморазвития, самовоспитания, самосовершенствования, самоуправления, самоопределения. Они отражают наиболее действенные и долговременные результаты образования по физической культуре.

Ценностные ориентации и отношение студентов к физической культуре.

Под ценностями понимаются предметы, явления и их свойства, необходимые обществу и личности в качестве средств удовлетворения потребностей. Они формируются в процессе усвоения личностью социального опыта и отражаются в ее целях, убеждениях, идеалах, интересах. В них отражены представления студентов, о желаемом. В формировании определенных ценностей, способных удовлетворить потребности студентов, проявляется единство физического, психического и социального развития личности.

В сфере физической культуры ценности по качественному критерию могут быть представлены как:

¦ материальные (условия занятий, качество спортивной экипировки, льготы со стороны общества);

¦ физические (здоровье, телосложение, двигательные умения и навыки, физические качества, физическая подготовленность);

¦ социально-психологические (отдых, развлечение, удовольствие, трудолюбие, навыки поведения в коллективе, чувства долга, чести, совести, благородства, средства воспитания и социализации, рекорды, победы, традиции);

¦ психические (эмоциональные переживания. Черты характера, свойства и качества личности, творческие задатки);

¦ культурные (познание, самоутверждение, самоуважение, чувство собственного достоинства, эстетические и нравственные качества, общение, авторитет).

Ценностные ориентации студентов рассматриваются как способы, с помощью которых дифференцируют объекты физической культуры по их значимости. В структуре физкультурно-спортивной деятельности ценностные ориентации тесно связаны с эмоциональными, познавательными и волевыми ее сторонами, образующими содержательную направленность личности. Характер же направленности в самой деятельности чаще зависит от того, какой личностный смысл имеет система тех или иных ценностей, определяющая действенность отношений индивида к тем объектам, ради которых эта деятельность осуществляется. Одни объекты могут вызывать эмоциональную (чувственную), другие -- познавательную, третьи -- поведенческую активность.

Исследования М.А. Арвисто позволили выделить три ранга ценностных ориентации студентов в физкультурно-спортивной деятельности.

Эмоциональный компонент основывается на привлекательности, а рациональный на полезности, они дополняют друг друга и деятельность регулируют вместе, хотя между ними существует определенное несоответствие. Ценности, связанные с физическим Я (физические качества, здоровье, телосложение), с функциональным содержанием деятельности (высокая подвижность, физические нагрузки, эмоциональные переживания), с актуализацией (успех, самовыражение, самоутверждение), с морально-волевыми качествами (воля, настойчивость), с чувством долга, составляют главный ранг. Поэтому в физкультурно-спортивной деятельности этим ценностям необходимо уделять особое внимание, чтобы не ослабевала ориентация на эту деятельность.

**Основы организации физического воспитания в вузе.**

Физическая культура в вузе выполняет следующие социальные функции:

¦ преобразовательно-созидательную, что обеспечивает достижение необходимого уровня физического развития, подготовленности и совершенствования личности, укрепления ее здоровья, подготовку ее к профессиональной деятельности;

¦ интегративно-организационную, характеризующую возможности объединения молодежи в коллективы, команды, клубы, организации, союзы для совместной физкультурно-спортивной деятель¬ности;

¦ проективно-творческую, определяющую возможности физкультурно-спортивной деятельности, в процессе которой создаются модели профессионально-личностного развития человека, стимулируются его творческие способности, осуществляются процессы самопознания, самоутверждения, саморазвития, обеспечивается развитие индивидуальных способностей:

¦ проективно- прогностическую, позволяющую расширить эрудицию студентов в сфере физической культуры, активно использовать знания в физкультурно-спортивной деятельности и соотносить эту деятельность с профессиональными намерениями:

¦ ценностно-ориентационную. В процессе ее реализации формируются профессионально- и личностно-ценностные ориентации, их использование обеспечивает профессиональное саморазвитие и личностное самосовершенствование;

¦ коммуникативно-регулятивную, отражающую процесс культурного поведения, общения, взаимодействия участников физкультурно-спортивной деятельности, организации содержательного досуга, оказывающую, влияние на коллективные настроения, переживания, удовлетворение социально-этических и эмоционально-эстетических потребностей, сохранение и восстановление психического равновесия, отвлечение от курения, алкоголя, токсикомании;

¦ социализации, в процессе которой происходит включение индивида в систему общественных отношений для освоения социокультурного опыта, формирования социально ценных качеств. Изучение социальных функций физкультуры в вузе позволит глубже понять содержание учебной дисциплины «Физическая культура», зафиксированной в примерной программе для вузов в соответствии с государственным образовательным стандартом. Примерной она названа потому, что отражает только требования «Стандарта», но в каждом вузе может быть расширена и дополнена с учетом регионально-территориальных, социокультурных, климатических факторов, а также особенностей подготовки профессиональных кадров, материально-технических условий.

Чтобы достичь цели физического воспитания -- сформировать физическую культуру личности, важно решить следующие воспитательные, образовательные, развивающие и оздоровительные задачи:

¦ понимать роль физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;

¦ знать научно-практические основы физической культуры и здорового образа жизни;

¦ формировать мотивационно-ценностное отношение студентов к физической культуре, установку на здоровый образ жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребность в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом;

¦ овладеть системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей и свойств личности, самоопределение в физической культуре;

¦ обеспечить общую и профессионально-прикладную физическую подготовленность, определяющую психофизическую готовность студентов к будущей профессии;

¦ приобрести опыт творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.

Обязательный минимум дисциплины «физическая культура» включает следующие дидактические единицы, освоение которых предусмотрено тематикой теоретического, практического и контрольного учебного материала:

¦ физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов;

¦ социально-биологические основы физической культуры;

¦ основы здорового образа и стиля жизни;

¦ оздоровительные системы и спорт (теория, методика и практика);

¦ профессионально-прикладная физическая подготовка студентов. Теоретический материал формирует мировоззренческую систему Научно-практических знаний и отношение студентов к физической культуре. Эти знания необходимы, чтобы понимать природные и социальные процессы функционирования физической культуры общества и личности, уметь их творчески использовать для профессионально-личностного развития, самосовершенствования, чтобы организовать здоровый стиль жизни при выполнении учебной, профессиональной и социокультурной деятельности. Содержание обязательных лекций представлено в настоящем учебнике.

Практический раздел учебного материала состоит из двух подразделов: методико-практического и учебно-тренировочного. Первый подраздел обеспечивает операциональное овладение методами и способами физкультурно-спортивной деятельности для достижения личностью учебных, профессиональных и жизненных целей.

Освоение второго учебно-тренировочного подраздела помогает приобрести опыт творческой практической деятельности, развить самодеятельность в физической культуре и спорте. Содержание занятий базируется на широком использовании знаний и умений в том, чтобы применять средства физической культуры, использовать спортивную и профессионально-прикладную физическую подготовку для приобретения индивидуального и коллективного опыта физкультурно-спортивной деятельности. На них студенты учатся регулировать свою двигательную активность, поддерживать необходимый уровень физической и функциональной подготовленности в период обучения, приобретают опыт совершенствования к коррекции индивидуального физического развития, учатся использовать средства физической культуры для организации активного отдыха, профилактики общих и профессиональных заболеваний, предотвращения травматизма, овладевают средствами профессионально-прикладной, физической подготовки. В процессе занятий создаются условия для активизации познавательной деятельности студентов в области физической культуры, для проявления их социально-творческой активности в пропагандистской, инструкторской, судейской деятельности.

Контрольный раздел занятий обеспечивает оперативную, текущую и итоговую информацию о степени и качестве освоения теоретических к методических знаний-умений, о состоянии и динамике физического развития, физической и профессионально-прикладной подготовленности студентов. Оперативный контроль создает информацию о ходе выполнения конкретного раздела, вида учебной работы. Текущий позволяет оценить степень освоения раздела, темы, вида учебной работы. Итоговый контроль (зачеты, экзамен) выявляет уровень сформированности физической культуры студента и самоопределение в ней путем комплексной проверки.

**Заключение**

Крайнее обострение социально-экономических проблем в целом в России, ослабление роли государственной политики в развитии системы непрерывного образования и здравоохранения диктуют условия для поиска путей и средств поддержания здоровья и развития каждой личности.

Предмет "физическая культура" входит в образовательный стандарт всех звеньев системы непрерывного образования: дошкольное учреждение - школа - вуз. Это говорит о том, что средства физической культуры имеют большое значение для гармоничного развития личности в онтогенезе. Как отмечает Л.И. Лубышева, физическая культура выступает как самостоятельный социальный институт.

Согласно определению гуманистической парадигмы (М.Х. Титма) образование рассматривается как ценность само по себе, при этом важным положительным моментом является его ориентация на развитие личности. На идеях педагогического гуманизма основана концепция личностно ориентированного образования, в рамках которого и проводится наше исследование.

В новых политических, социально-экономических и культурологических условиях изменились тенденции общественного развития, которые привели к смене образовательных ориентиров. Одними из ведущих принципов государственной образовательной политики сегодня становятся ее гуманистическая направленность, определяющая приоритет общечеловеческих ценностей, создание условий для свободного развития личности. Это нашло свое отражение в трудах многих отечественных и зарубежных философов, психологов, педагогов (Ш.А. Амонашвили, А.А. Вербицкий, Х.И. Лийметс, В.А. Сластенин, Н.И. Шевандрин, А. Маслоу, К. Роджерс и др.).

На протяжении последних десятилетий сложилась тревожная тенденция ухудшения здоровья, физической подготовленности населения. Это связано не только с проблемами экономики, экологии, условиями труда и быта, но и с недооценкой в обществе социально -экономической, оздоровительной и воспитательной роли физической культуры, что отразилось дефицитом на гармоничном развитии личности. Низкий уровень оплаты труда и неудовлетворенность собственной деятельностью являются одной из причин оттока физкультурных кадров в другие сферы, а недостаток высококвалифицированных специалистов в сфере физической культуры, в частности, порождает социальные проблемы (Ю.В. Верхошанский, 1984; Н.В. Кузьмина, 1993; Ю.Н. Кулюткин, 1996; В.Г. Онушкин, 1995, Н.Э. Пфейфер, 1996, и др.), которые, в свою очередь, отрицательно влияют на развитие личности.

**Список используемой литературы**

Бабанский Ю.К. Оптимизация учебно-воспитательного процесса: Метод. основы. М. 1982. - 192 с.

Бальсевич В.К., Большенков В.Г., Рябинцев Ф.П. Концепция физического воспитания с оздоровительной направленностью учащихся начальных классов общеобразовательной школы //Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 1996, № 2, с. 13-18.

Виленский М.Я. Направленное использование физических нагрузок как фактор управления профессиональной работоспособности студентов / М.Я. Виленский, В.П. Русанов // Теория и практика физической культуры. - 1977. - № 6. - С. 44-46.

Выдрин В.М. Теория физической культуры (культуроведческий аспект). Л., 1988.

Евсеев Ю.И. Физическая культура / Ю.И. Евсеев. - Ростов н/Д.: Феникс, 2005.

Лубышева Л.И. Концепция физкультурного воспитания: методология развития и технология реализации //Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 1996, № 1, с. 11-18.

Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. Введение в предмет: учеб. для высших специальных физкультурных учебных заведений / Л.П. Матвеев. - СПб.: Лань, 2004.

Психология: словарь /Под ред. А.В. Петровского, М.Г. Ярошевского.?М, 1990.?с. 21.

Столяров В.И. Актуальные проблемы истории и философско-социальной теории физической культуры и спорта. М., 1984.

Столяров В.И., Быховская И.М., Лубышева Л.И. Концепция физической культуры и физкультурного воспитания (инновационный подход) //Теория и практика физической культуры. 1998, № 5, с. 11-16.

Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта: учеб. пособие для студ. высш. учеб. завед / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. - М.: Академия, 2000.