

Физическое воспитание бакалавра

Богатая на различные термины латынь подарила миру слово *baccalarius*, которое в самом начале своего существования означало «молодой человек». Однако по истечении времени, когда слово покинуло границы Древнего Рима и пошло гулять в мир, его значение незаметно трансформировалось в профессора духовной академии. А еще спустя какое-то время приобрело современную трактовку – степень фундаментального высшего образования.

В последние годы Россия переходит на международную систему подготовки в университетах – две ступени: бакалавр и магистр. Причём для получения степени бакалавра достаточно проучиться четыре года, магистратура займет около шести лет. Высшее образование за 4 года – заманчивая перспектива для тех, кто хочет успеть все сразу и побыстрее.

В рамках общей готовности выпускников вузов к профессиональной деятельности физическая подготовленность человека занимает равнозначное место наряду с духовной (идейной, гражданской, нравственной), специально-трудовой (теоретической, технической, технологической) и психической (умственной, волевой, рефлексивно-эмоциональной). Сегодня физическое здоровье является не просто желательным качеством, а необходимым условием профессиональной деятельности бакалавра: он должен обладать резервом физических и функциональных возможностей для своевременной адаптации к быстро меняющимся условиям производственной и внешней среды, объему и интенсивности труда, способностью к полному восстановлению в заданном лимите времени. Физическое здоровье отражает такую степень физического развития человека, его двигательных навыков и умений, которая позволяет наиболее полно реализовать его творческие возможности. Более того, зачастую физическая подготовленность человека, определяет выбор будущей профессии.

Согласно трактовке современных учебников физическое воспитание – это обучение движениям, развитие физических качеств человека. Физическое воспитание в современной науке рассматривается как системное освоение человеком рациональных способов управления своими движениями, приобретения таким путем необходимого в жизни объема двигательных умений и навыков. Физическое воспитание в учебных заведениях вооружает студентов знаниями о влиянии физических упражнений на организм человека, развивает физические качества (способности), двигательные навыки, обеспечивает физическую подготовку молодежи к жизни, общественно-политической деятельности. Целью физического воспитания студенческой молодежи следует считать формирование системы специальных знаний, позволяющих оперировать общими понятиями, закономерностями, принципами, фактами, правилами теории и практики физической культуры. В образовательную деятельность преподаватели физического воспитания, тренеры должны включать компоненты, которые относятся к духовной сфере студентов. Это содержание мыслей и чувств, ценностных ориентации, степень развития интересов и потребностей, убеждений, что в конечном итоге определяет их социальную деятельность и содействует подготовке гармонично развитых высококвалифицированных специалистов народного хозяйства.

Одна из важнейших задач физического образования – научить студентов пользоваться приобретенными знаниями. Опасность превращения знаний в «пустой багаж» зарождается в молодые годы. В этом возрасте умственная деятельность связана с приобретением все новых и новых умений и навыков. И если эти умения и навыки только усваиваются и не применяются на практике, знания постепенно выходят за сферу духовной жизни молодых людей, отделяясь от их интересов и увлечений. Кроме выполнения специфической функции, физическое образование способствует более эффективному решению функций образования, а также его видов – умственного, политического, профессионального и т. д. Таким образом, физическое воспитание, как вид образования, есть специально организованный и сознательно управляемый

педагогический процесс, направленный на всестороннее физическое развитие студенческой молодежи, их специфическую подготовку к выполнению социальных обязанностей в обществе. Физическое образование в вузе решает следующие задачи:

1. Воспитание у студентов сознательности, высоких моральных, волевых и физических качеств, подготовка их к высокопроизводительному труду.

2. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов с учетом особенностей будущей трудовой деятельности.

3. Приобретение необходимых знаний по основам теории, методики и организации физической культуры; подготовка к работе в качестве общественных инструкторов и судей по спорту.

4. Воспитание у студентов убежденности в необходимости выполнения недельного двигательного режима.

5. Повышение спортивного мастерства студентов-спортсменов.

Общее руководство физическим воспитанием студентов, а также организация контроля состояния их здоровья возложены на ректора вуза, а проведение занятий осуществляется административными подразделениями и общественными организациями. Ответственность за постановку и проведение учебного процесса по физическому образованию студентов в соответствии с учебным планом и вузовской программой возложена на кафедру физического воспитания вуза. Медицинское обследование и наблюдение за состоянием здоровья студентов в течение учебного года проводятся студенческой поликлиникой или здравпунктом вуза. Массовая оздоровительная физкультурная и спортивная работа проводится спортивным клубом совместно с кафедрой физического воспитания и общественными организациями вуза. Главным результатом функционирования системы физического образования является всестороннее физическое развитие человека – физическая культура личности (физическая подготовленность, физическая готовность или физическое совершенство), обеспечивающая успешное овладение ею и выполнение тех или иных задач, поставленных перед обществом.

Большой части выпускников вузов предстоит стать руководителями производственных коллективов. Развитие производственной физической культуры, здоровье, успехи коллектива во многом будут зависеть от понимания руководителем значимости физической культуры, умений вовлечь в занятия абсолютно каждого, от степени его компетентности в этих вопросах. К этому необходимо добавить, что личный пример руководителя, его глубокая убежденность, основанная на багаже специальных знаний – залог успеха развития производственной физической культуры. Для этого необязательно, чтобы руководитель был спортсменом высокого класса даже при скромной спортивной подготовке, сам факт настойчивости руководящего состава в развитии производственной физической культуры в коллективе и личный положительный пример будут иметь решающее значение.

Список литературы

1. Виленский М.Я., Ильин В.И. Физическая культура работников умственного труда. М. 1987. 234 с.
2. Физическая культура студента: учеб. / под ред. В. И. Ильинича. М.: Гардарики, 2007. 448 с.

Сирина Е.Н., Медведева С.А.

Российский государственный профессионально-педагогический университет,
г. Екатеринбург

Психологические аспекты построения соревновательного поведения в спорте

Развитие соревновательной деятельности позволяет реализовать потребность человека в выявлении лучшего среди равных. Целесообразное использование знаний, средств и методов соревновательного процесса дает возможность направленно воздействовать на развитие спортсмена и обеспечивать необходимую степень его готовности к спортивным достижениям. Такая потребность может быть реализована за счет организации специфического соревновательного процесса, в котором заложены способы самоутверждения личности, победы над временем, весом, соперником, и в