

Екатеринбург, 1994; *Его же*. Фольклор и национальные традиции физического воспитания детей у народов Сибири // Место и значение фольклора и фольклоризма в национальных культурах: история и современность: Сб. Челябинск, 1998; *Его же*. Игры и состязания в традиционном физическом воспитании хантов. Екатеринбург, 2002; *Его же*. Игры и состязания в воспитательном процессе финно-угорских и самодийских народов. Екатеринбург, 2002; *Его же*. Проблемы подготовки специалистов в области физической культуры и спорта для Урало-Сибирского региона // Совершенствование подготовки кадров в области физической культуры и спорта в условиях модернизации профессионального образования в России: Тез. докл. конф. М., 2003.

3. Постановление правительства РФ от 27 июля 2001 г. № 564.

4. *Ушинский К.Д.* Собрание сочинений: В 8 т. М., 1990. Т. 5.

Н.Н.Кузнецова, А.А.Перескоков

РОЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В СОЦИАЛИЗАЦИИ СТУДЕНТОВ ВУЗОВ

Физическое воспитание в нашей жизни отражает объективную необходимость общества в планомерной, систематической и целенаправленной подготовке населения к практической жизнедеятельности. Оно является необходимой предпосылкой для занятий спортом и непременным условием формирования физической культуры личности, которая включает в себя ценностную ориентацию, организованность, целенаправленность в деятельности человека.

Как говорится, в здоровом теле – здоровый дух. Занятия физической культурой и спортом способствуют повышению творческой социальной активности, воспитанию воли, целеустремленности, мужества, способствует духовному и интеллектуальному росту молодежи.

При помощи своих специфических средств и методов физическая культура обнаруживает, раскрывает, совершенствует природные физические задатки студентов, превращая их в способности, призвание, одаренность и талант. В то же время, она формирует сложное искусство движений и действий, несвойственных человеку, как биологическому существу (сложные акробатические движения, плавание под водой, полеты и парение в воздухе). И наконец, она способствует восстановлению израсходованных в процессе труда, общения и познания физических и духовных сил, устранению последствий травм и болезней, все это осуществляется в конкретных социальных условиях и не может не нести на себе признаков социальных отношений. Следовательно, физическая культура активно участвует в воспроизводстве основной силы общества – человека. При этом, как и в некоторых других областях деятельности, человек выступает и в качестве субъекта собственной деятельности.

Для нормального функционирования студентов необходим определенный объем физических и социальных компонентов, таких как пища, воздух, солнечный свет, движение, отдых, общение, развлечение. Физическая и умственная активность, нормальное функционирование способностей возможны лишь в ограниченном диапазоне условий. Физическая культура рас-

ширяет эти возможности, а также решает задачи поддержания необходимого равновесия с окружающей средой в двигательном, эмоциональном и некоторых других аспектах. Физические упражнения используются не только для укрепления здоровья, но и для того, чтобы адаптировать организм к различным потребностям общественной жизни, способствовать проявлению индивидуального творчества, что немаловажно для студентов.

Многие задаются вопросом: «В чем суть явлений отсутствия массовой занятости физической культурой?» Первым делом – это отсутствие пропаганды среди студентов. Никто не разъясняет, почему и зачем нужно заниматься физической культурой. Следствием является непонимание сущности значения данного аспекта. Вот если бы пропаганда реализовывалась так же, как реклама пива. Проблемой стала материальная обеспеченность студентов, что влияет на доступность занятий.

Педагог профессионального образования работает с огромной массой людей и должен быть примером для подражания. Неужели никто не хочет дальше быть молодым, красивым, здоровым, чтобы с вами хотели общаться и работать. Наблюдения доказывают, что усвоение знаний у учеников выше с преподавателем, который вызывает положительные эмоции, прежде всего своим внешним видом. У самого же человека, занимающегося физической культурой, чаще всего хорошее настроение. Эффективность усвоения двигательного опыта связана со способом формирования и уровнем психологической структуры двигательного действия (физического упражнения). Процесс формирования сознательного двигательного действия – произвольно управляемый акт, сопровождаемый значительной интеллектуальной активностью, которую нужно преднамеренно обеспечивать и направлять в процесс обучения. Поступающая при этом в сознание занимающихся информация подвергается сложной многосистемной переработке.

При усвоении и усовершенствовании двигательной деятельности характерными являются, главным образом, три формы связи между мыслью и действием: интеллектуальная активность сопутствует исполнению двигательного действия, а процесс мышления выполняет функции непосредственного контроллера и регулятора движений; мышление предшествует практическому действию и участвует в планировании и предварительной организации действия; мышление участвует в анализе и оценке современного двигательного акта.

В психологической структуре двигательного акта при выполнении физических упражнений непременно содержатся интеллектуальные компоненты. Благодаря этому при определенных условиях в процессе исполнения двигательных действий наряду с функциональными проявляется и определенный интеллектуальный эффект. Исследования И.Н.Зениной, Б.А.Наумова показали, что применение физических упражнений способствует более быстрому восстановлению умственной работоспособности, повышению уровня качества переработки информации. Таким образом, на наш взгляд, занятия физической культурой и спортом способствуют социальному и профессиональному становлению студентов.