

Аубакиров Т.С.¹, Дайрабаева А.Б.²

¹НАО Университет имени Шакарима

²УО «Alikhan Bokeikhan University»

^{1,2} Казахстан, Семей

e-mail: talgat66@mail.ru

ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ В ВУЗЕ НА ФОРМИРОВАНИЕ ПСИХИЧЕСКИХ И НРАВСТВЕННЫХ КАЧЕСТВ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Аннотация

Физическое воспитание является важнейшим элементом в системе вузовского обучения, способствующего формированию социально-личностных компетенций обучающихся и их способности целенаправленно использовать средства и методы физической культуры для сохранения, укрепления здоровья и подготовки к профессиональной деятельности. В статье рассматриваются проблемы влияния физического воспитания на формирование психических и нравственных качеств.

Ключевые слова: физическое воспитание, психические и нравственные качества

Аубакиров Т.С.¹, Дайрабаева А.Б.²

¹КАҚ Шәкәрім атындағы университеті

²«Alikhan Bokeikhan University» ББМ

Қазақстан, Семей

e-mail: talgat66@mail.ru

Университеттегі дене тәрбиесі сабақтарының студенттердің психикалық-адамгершілік сапасын қалыптастыруға әсері

Аннотация

Дене шынықтыру – студенттердің әлеуметтік және тұлғалық құзіреттіліктерін қалыптастыруға және олардың денсаулығын сақтау, нығайту және кәсіби іс-әрекетке дайындау үшін дене шынықтыру құралдары мен әдістерін мақсатты түрде пайдалана білуге ықпал ететін жоғары білім беру жүйесінің маңызды элементі. Мақалада дене тәрбиесінің психикалық және адамгершілік қасиеттерді қалыптастыруға әсер ету мәселелері қарастырылған.

Негізгі сөздер: дене тәрбиесі, ақыл-ой және адамгершілік қасиеттер

Aubakirov T.S.¹, Dairabayeva A.B.²

¹Shakarim University,

²Educational Institution «Alikhan Bokeikhan University»

Kazakhstan, Semey

e-mail: talgat66@mail.ru

The influence of physical education classes at university on the formation of mental and moral qualities of students

Annotation

Physical education is the most important element in the system of higher education, contributing to the formation of social and personal competencies of students and their ability to purposefully use the means and methods of physical education to preserve, improve health and prepare for professional activities. The article discusses the problems of the influence of physical education on the formation of mental and moral qualities.

Key words: physical education, mental and moral qualities

Введение

Спорт занимает большое место в жизни современного общества, и является хорошим средством для воспитания личностных качеств человека.

Спорт не только обеспечивает всестороннее физическое развитие человека, но и содействует воспитанию его морально-волевых качеств.

Роль спортивной деятельности в формировании характера заключается в том, что она образует те своеобразные потенциальные основы действий, в которых выражается характер человека, его индивидуальные способности и воля. Отличительной особенностью спорта по сравнению со многими другими видами деятельности является то, что спорт — это деятельность, всегда требующая преодоления тех или иных трудностей.

Физическое воспитание является важнейшим элементом в системе воспитания человека. Процесс регулярных целенаправленных занятий физической культурой или спортивной тренировкой предполагает воспитание не только определённых умений и навыков, физических качеств, но и психических качеств, черт и свойств личности.

В соответствии с ГОСО на 2022 – 2023 учебный год «Об утверждении государственных общеобязательных стандартов дошкольного воспитания и обучения, начального, основного среднего и общего среднего, технического и профессионального, послесреднего образования» (приказ Министра просвещения Республики Казахстан от 3 августа 2022 года № 348) содержание учебного предмета «Физическая культура» должно быть направлено на развитие физических качеств обучающихся, привитие обучающимся культуры здорового образа жизни; формирование у них представлений о роли физической культуры в жизни человека, умения самостоятельно находить информацию о спорте, национальных видах спорта и использовать её для укрепления своего здоровья. Кроме того, в документе подчёркивается важность формирования навыков культуры общения со сверстниками в условиях учебной, игровой и соревновательной деятельности, а также воспитание патриотизма, любви к своей Родине и воспитание

морально-волевых качеств. [1].

Необходимо отметить, что проблемы преподавания физической культуры на всех уровнях образования, особенно в казахстанской методической литературе, недостаточно исследованы, что обуславливает актуальность данной темы.

Большой вклад в развитие теории физического воспитания внесли великие русские демократы, представитель прогрессивной педагогической мысли – В.Г. Белинский и А.П. Герцен. Они подвергли критике официальную педагогику, современную им школу. Они требовали светского, общедоступного образования и воспитания в результате которых ученик в первую очередь должен стать всесторонне развитым человеком. Гармоническое развитие человека – основное положение их педагогических взглядов. В содержание воспитания на равных должны входить умственное развитие, нравственное, эстетическое и физическое. [2, с.74].

Коллектив обучающихся является сложным социально педагогическим явлением, воспитывающей средой, существенно влияющей на социализацию личности и формирование её нравственных качеств и ориентиров. Как отмечено в книге «Педагогика» авторов М. Д. Есекешовой, Э. Ш. Кочкорбаевой, «Коллектив обеспечивает разнообразный опыт деятельности и общения, создает условия для развития организаторских умений и способностей, учит сотрудничеству» [3, с.80]. Однако влияние коллектива как воспитывающей среды не является односторонним и может влиять на него, стремясь изменить коллектив в соответствии со своими нормами жизни. По существу, это еще один не менее важный закон воспитания в коллективе: если воспитанник не станет активным участником совершенствования жизни коллектива, то не будет и положительного коллективного воспитания. Иначе говоря, есть такие ситуации, когда член коллектива обязан выступить против неверных, по его мнению, действий группы, убеждать своих товарищей, бороться против их ошибок, но за них. Такая неконформистская позиция обеспечит социально- нравственный рост всей группы.

Воспитательную значимость коллектива

трудно переоценить. Следует отметить, что коллективистические отношения – это отношения между членами коллектива, определяемые тем, как они относятся к общим целям и делу коллектива и какие ценности, нравственные нормы регулируют их жизнь. А.С.Макаренко называл их отношениями ответственной зависимости, подчеркивая единство взглядов, идеалов и верность долгу, общему делу. А.С.Макаренко сформулировал главный закон воспитания в коллективе. Он назвал его законом параллельного действия – в высоко-развитом коллективе воспитывает не только педагог, столько сами члены коллектива, коллективистические отношения. Педагог воспитывает косвенно, через коллектив. Сильнейшим воспитательным средством является мнение коллектива. Оно может быть и страшным орудием насилия, подавления.

Хочется отметить, работу в группах очень хорошо применять на занятиях по физической культуре, в круговой тренировке. На уроках гимнастики разделив группу на подгруппы, дать задание придумать и представить свой вариант разминки на разные группы мышц. Обучающиеся в подгруппах, определяют, кто и на какие группы мышц будет показывать упражнения, кто будет комментировать показ. Группа делится на подгруппы, каждой подгруппе даётся творческое задание, составить акробатическое соединение из ранее выученных элементов. Показ акробатических соединений под группами на оценку.

Использование обучения в группе наряду с традиционными методами позволяют учителю существенно улучшить качество обучения. Объединённые для выполнения задания в группы обучающиеся получают новые возможности для обучения и воспитания. Увеличивается вероятность того, что они выскажутся. Общаясь друг с другом, обучающиеся развивают умение слушать, думать и работать вместе. Это становится дополнительным мотивом для учёбы. Преподаватель способствует общению учеников друг с другом. Таким образом, как отмечает в своей статье «Новые подходы в обучении и преподавании на уроках

физической культуры» Е.Н. Бардина «это способствует не только эффективному обучению, но и выработке личностных и социальных навыков» [4, с.2].

В процессе физического воспитания обучающихся формируются нравственные, волевые и психические качества. Со временем, это позволяет обучающимся проявлять эти черты в учебной, трудовой, общественной и других видах деятельности, а также в быту и в семье. К таким качествам относятся трудолюбие, дисциплинированность, чувство ответственности за результаты своего труда, смелость и решительность, целеустремлённость, настойчивость, выдержка и самообладание.

Целью физического воспитания является развитие физических качеств у обучающихся и укрепление их здоровья, и особое значение приобретает формирование психической устойчивости обучающихся к различным факторам и условиям внешней среды: способность проявления устойчивости внимания, восприятия, памяти, их сосредоточение и переключение в условиях дефицита времени, умственного утомления, нервно-эмоционального напряжения, стресса; использование физической культуры для оптимизации работоспособности, профилактика нервно-эмоционального и психофизического утомления.

Один из основоположников научной системы физического воспитания П.Ф. Лесгафт отмечает, что, для того чтобы быть физически образованным, ещё недостаточно всю жизнь заниматься физическим трудом. Совершенно необходимо иметь достаточно развитую систему психических процессов, позволяющую не только тонко контролировать свои движения и управлять ими, но и дающую возможность творческого проявления в двигательной деятельности.

Хорошо известно, какую важную роль играет двигательная активность в создании благоприятных условий для осуществления психической деятельности человека. Она выступает как средство снятия отрицательных эмоциональных воздействий и умственного утомления и в силу этого как фактор стимуляции интеллектуальной деятельности. Таким

образом, задача активизации психических процессов и повышения умственной работоспособности средствами физического воспитания, в частности с помощью физических упражнений, с моей точки зрения, является одной из психологических задач занятий физической культуры.

Воспитание таких нравственных качеств, как честность, мужество, благородство, скромность, коллективизм, стремление делать добро, уважение общественных интересов – все это входит в физическую культуру личности и является воспитательной целью на занятиях физической культуры.

Как отмечает Частоедова А.Ю. в учебном пособии «Теория и методика физической культуры и спорта», в процессе целенаправленных воспитательных воздействий в ходе учебных занятий и других форм учебно-тренировочной работы должно происходить становление осознания долга перед своим коллективом, благодарности своему тренеру, самоутверждения среди товарищей, ответственности перед государством. Кроме того, занятия физической культуры способствует тесному общению обучающихся, установление контактов между ними, возникновению чувства симпатии и антипатии. Коллективные игры на уроках физической культуры сплачивают детей, способствуют формированию товарищеских отношений между ними [5, с.11].

На занятиях физическими упражнениями для формирования положительных черт характера, нравственных качеств используются разнообразные методы: убеждение, оценка поступков (поощрение, похвала, осуждение, порицание), положительный пример детей и самого учителя, практическое приучение к правильным действиям и поступкам. Убеждение применяется в форме словесных воздействий (разъяснение, беседа).

Накопление морального опыта и закрепление его осуществляются методом практического приучения, многократного повторения правильных действий и поступков в конкретных условиях двигательной деятельности. Особенно ценны в этом отношении подвижные игры. Руководящая роль в выработке нравственных качеств у детей принадлежит учителю.

Большое воспитательное воздействие оказывает среда. Воздействие окружающей среды тем сильнее, чем меньше возраст и жизненный опыт человека.

Заключение

Таким образом, физическая культура играет огромную роль в жизни современного человека.

Физическая нагрузка – это главный фактор психического здоровья человека.

Постоянное преодоление трудностей, связанных с регулярными занятиями спортом, физическими упражнениями воспитывают в человеке волю и уверенность в себе.

Физическая нагрузка - важнейший фактор психического благополучия. Постоянное сознательное преодоление трудностей, связанных с регулярными занятиями спортом воспитывает волю, уверенность в себе, способность комфортно чувствовать себя в коллективе. Было бы неправильно сводить использование физической культуры и спорта только к повышению уровня отдельных физических качеств. Воздействие физического воспитания гораздо многогранней, поскольку в процессе её ненавязчиво, естественно воспитание и самовоспитание целого ряда необходимых человеку в жизни психических качеств, черт и свойств личности.

Педагогически правильное использование физической дееспособности благоприятствует формированию связанных с нею психических свойств, а на этой базе — и дальнейшему развитию психологических особенностей личности.

Список использованной литературы:

1. ГОСО «Об утверждении государственных общеобязательных стандартов дошкольного воспитания и обучения, начального, основного среднего и общего среднего, технического и профессионального, послесреднего образования» (приказ Министра просвещения Республики Казахстан от 3 августа 2022 года № 348)
2. Развитие педагогической и естественно-научной мысли в области физического воспитания// Столбов В.В. История и организация физической культуры и спорта. – М., 1982. – С.74-77.
3. Есекешова М.Д., Кочкорбаева Э.Ш. Педагогика: учебное пособие. – Астана: Изд-во КАТУ им. С. Сейфулина, 2016.-199 с
4. Бардина Е.Н. Сайт «OQU-ZAMAN». — URL:<https://oqu-zaman.kz/?p=21622> (дата обращения 09.02.2024)
5. Частоедова А.Ю. Теория и методика физической культуры и спорта. –Ташкент, 2020.

References

1. GOSO «Ob utverzhdenii gosudarstvennyh obshheobjazatel'nyh standartov doshkol'nogo vospitaniya i obuchenija, nachal'nogo, osnovnogo srednego i obshhego srednego, tehniceskogo i professional'nogo, poslesrednego obrazovaniya» (prikaz Ministra prosveshheniya Respubliki Kazahstan ot 3 avgusta 2022 goda № 348)
2. Razvitie pedagogicheskoy i estestvenno-nauchnoj mysli v oblasti fizicheskogo vospitaniya// Stolbov V.V. Istorija i organizacija fizicheskoy kul'tury i sporta. – M., 1982. – S.74-77.
3. Esekeshova M.D., Kochkorbaeva Je.Sh. Pedagogika: uchebnoe posobie. – Astana: Izd-vo KATU im. S. Sejfuli-na, 2016.-199 s
4. Bardina E.N. Sajt «OQU-ZAMAN». — URL:<https://oqu-zaman.kz/?p=21622> (data obrashheniya 09.02.2024)
5. Chastoedova A.Ju. Teorija i metodika fizicheskoy kul'tury i sporta. –Tashkent, 2020.

Сведения об авторах

Аубакиров Талгат Сайлауович

Должность: преподаватель кафедры «Физической культуры и спорта»,

НАО Университет имени Шакарима

Почтовый адрес: 071400-071417, Республика Казахстан, г. Семей, улица Уранхаева 1, кв 27

Сот. тел: 77751541555

E-mail: talgat66@mail.ru

Дайрабаева Анар Битемировна

Должность: магистр гуманитарных наук, старший преподаватель кафедры социально-гуманитарных наук, AlikhanBokeikhan University

Почтовый адрес: 071400-071417, Республика Казахстан, г. Семей, улица Уранхаева 1, кв 27

Сот. тел: 77755763078

E-mail: narchok72@mail.ru

Авторлар туралы мәліметтер

Аубакиров Талгат Сайлауович

Лауазымы: «Деңе шыңықтыру және спорт» кафедрасының оқытушысы, Шәкәрім атындағы университеті

Пошталық мекен-жайы: 071400-071417, Қазақстан Республикасы, Семей қаласы, Уранхаев көшесі 1, кв 27

Ұялы. Тел 77751541555

E-mail: talgat66@mail.ru

Дайрабаева Анар Битемировна

Лауазымы: гуманитарлық ғылымдарының магистрі, әлеуметтік-гуманитарлық пәндер кафедрасының аға оқытушысы, AlikhanBokeikhan University

Пошталық мекен-жайы: 071400-071417, Қазақстан Республикасы, Семей қаласы, Уранхаев көшесі 1, кв 27

Ұялы. Тел 77755763078

E-mail: narchok72@mail.ru

Information about the author

Aubakirov Talgat Sailauovich

Position: Teacher of the Department of Physical Culture and Sports, Shakarim University

Mailing address: 071400-071417, Republic of Kazakhstan, , st Semey

Mob.phone: 77751541555

E-mail: talgat66@mail.ru

Dairabayeva Anar Bitemirovna

Position: master of humanitarian sciences, Senior Lecturer at the Department of Social Sciences and Humanities, Alikhan Bokeikhan University

Mailing address: 071400-071417, Republic of Kazakhstan, st Semey

Mob.phone: 77755763078

E-mail: narchok72@mail.ru