

# Теоретические и прикладные аспекты развития современной науки и образования

*Катаны Игорь Александрович,  
старший преподаватель кафедры физическая культура,  
Северо-Западный государственный медицинский университет  
им. И.И. Мечникова*

## ФОРМИРОВАНИЕ И РЕАЛИЗАЦИЯ ДВИГАТЕЛЬНОЙ ПОТРЕБНОСТИ КАК ОСНОВЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

**Аннотация.** Процессы, происходящие в современном российском обществе, обострили проблемы сохранения, формирования и реализации двигательной активности-потребности как основы здорового образа жизни. Здоровье является социально-экономической категорией. С одной стороны, уровнем здоровья определяется вся человеческая жизнь в широком диапазоне социального бытия, с другой — оно рассматривается как важнейшее условие воспроизводства и качества рабочей силы и человеческого потенциала в целом.

**Ключевые слова:** реализация, потребности, формирование, основы здорового образа жизни.

Проблема укрепления здоровья и улучшения физического развития остается в наше время исключительно актуальной, о чем свидетельствует резкое ухудшение состояния здоровья учащейся молодежи. Это особенно остро наблюдается в зонах с неблагоприятными климато-географическими условиями проживания. Свидетельство тому, 90% абитуриентов вузов имеют отклонения в состоянии здоровья. Число девушек, имеющих хронические заболевания, увеличилось с 43,9% до 75%. К окончанию высших учебных заведений остается менее 5% относительно здоровой молодежи (В.К. Бальсевич, Л.И. Лубышева, М.Я. Виленский, П.А. Виноградов). Одним из факторов в современном мире является все большее осознание физической культуры, как части общей культуры личности и общества. Однако наряду с феноменом физической культуры возникает и развивается, приобретая самостоятельный статус, феномен спорта. Это достаточно разноликое и полифункциональное явление, которое с трудом вписывается в единое понятие. Достаточно сказать, что к спорту мы относим и катание на яхтах, и игру в шахматы, авиамодельный спорт и многое другое, где ядром деятельности становится соревнование и достижение победы.

Общим предметным формирование и реализация двигательной потребности служит культура двигательной деятельности. Взаимодействие и взаимовлияние форм культуры свойственны и реформы физической культуры. Условия жизнедеятельности обеспечивают развертывание процессов формирования культуры двигательной деятельности, которая развивает процесс формирования физической и спортивной культуры личности.

Как показывает опыт общественно-исторического развития, физическая культура и спорт развивались практически одновременно, дополняя и обога-

## Теоретические и прикладные аспекты развития современной науки и образования

щая друг друга. Однако изначально каждый из них имел отличительные черты и постепенно занимал в социальной жизни общества собственную нишу.

Цель формирования и реализации двигательной потребности – всестороннее развитие физических и духовных способностей человека в аспекте формирования физической культуры личности – самореализации человека в развитии своих духовных и физических способностей посредством физкультурной деятельности, освоения им других ценностей физической культуры. Специфика любого вида образования заключается в том, какими средствами и методами воспитывается человек. Наука о физкультуре возникла и развивалась как система знаний о физических упражнениях, прошедших путь от укрепления здоровья и формирования прикладных двигательных навыков через развитие двигательных возможностей и функций человека к формированию его личности и поведения.

Развитие науки и передовой практики физкультурного образования значительно расширило представление о роли двигательной деятельности, в частности физических упражнений, в развитии и укреплении биологических и психических процессов, происходящих в организме человека [6]. Никто не может сравниться с преобразующей силой физической культуры. Эта сила делает неуклюжего – ловким, медлительного – быстрым, слабого – сильным, всегда жалующегося на усталость – выносливым, болезненного – здоровым. Хорошая физическая подготовка позволяет быстрее осваивать новые сложные производственные профессии; она же стала одним из решающих факторов подготовки летчиков, космонавтов, военных [6;10].

Физическая культура способствует развитию интеллектуальных процессов – внимания, точности восприятия, запоминания, воспроизведения, воображения, мышления, улучшают умственную работоспособность. Здоровые, закаленные, хорошо физически развитые юноши и девушки, как правило, успешно воспринимают учебный материал, меньше устают на уроках в школе, не пропускают занятий из-за простудных заболеваний [6;1].

Физическая культура – это и важнейшее средство формирования человека как личности. Занятия физическими упражнениями позволяют многогранно влиять на сознание, волю, на моральный облик, черты характера юношей и девушек. Они вызывают не только существенные биологические изменения в организме, но в значительной мере определяют выработку нравственных убеждений, привычек, вкусов и других сторон личности, характеризующих духовный мир человека [6;4].

Научно-технический прогресс, бурное развитие средств массовой информации, повышение образовательного уровня родителей, совершенство методов обучения – все это, безусловно, определяет более раннее и более высокое интеллектуальное развитие современной молодежи. Ускоренное созревание организма повышает умственную и физическую работоспособность юношей и девушек, что позволяет им успешнее справляться со значительно

## Теоретические и прикладные аспекты развития современной науки и образования

возросшими требованиями школьных программ. [6;8]. Однако напряженная умственная работа в вузе и дома, а также и другие виды деятельности вызывают у учащихся значительную перегрузку организма. Вместе с тем большую часть свободного времени они проводят в компьютерных клубах, возле телевизора. Подросток ведет малоподвижный образ жизни. А это отрицательно сказывается на физическом развитии, общем состоянии здоровья, уровне физической подготовленности. Вот почему жизненно необходимыми являются физическая культура и спорт, которые позволяют укреплять здоровье, целенаправленно воздействовать на весь организм совершенствовать двигательную деятельность и формировать физические качества [6;11]. Физическая закалка в некоторой степени определяет дальнейшую жизненную деятельность человека. Осознание здоровья и полноценности дает уверенности в своих силах, наполняет бодростью, оптимизмом и жизнерадостностью.

Наконец, это важнейшее условие высокой работоспособности, которое открывает широкие возможности в овладении избранной профессией. Физическая слабость человека и вызываемое этим чувство неполноценности угнетающе действуют на психику человека и вызывают эти чувства неполноценности, развивая такие качества, как пессимизм, робость, неверие в свои силы, замкнутость, индивидуализм. [6;2;9]

Многолетняя практика показала, что физическая культура способствует также умственному развитию, воспитывает ценные моральные качества — уверенность, решительность, волю, смелость и мужество, способность преодолевать препятствия, чувство коллективизма, дружбы. [6;3;5].

К сожалению, далеко не все обучающиеся понимают значение физического воспитания. Многие из них ограничиваются только посещением обязательных занятий по физической культуре. Это ни в коей мере не может компенсировать недостаточность двигательной активности в результате чего возникает излишняя полнота, отставание в физическом развитии, снижается умственная работоспособность [6;12-14].

Говоря о том, как отдельные научные дисциплины, занимающиеся вопросами формирования и реализации двигательной потребности, рассматривают проблему спортивных достижений обучающихся. При этом на первый план выдвигаются два очень заметных обстоятельства.

1. Исследования проблемы спортивных достижений сходятся между собой в том, что понятие «достижение» не имеет четкого определения и различными исследователями интерпретируется по-разному.

2. Нечеткости и расплывчатости понятия «достижение» соответствует недостаточное изучение самой спортивной деятельности, направленной на достижение рекордов, получение высоких спортивных результатов. Ни об одной научной дисциплине, занимающейся вопросами спорта, нельзя сказать, что она создала солидную теорию, связанную с проблемой достижений. В лучшем случае существуют начало такой теории или чисто прагматические

## Теоретические и прикладные аспекты развития современной науки и образования

программы. Хотя наше, в равной степени прославляемое и проклинаемое общество, часто называемое обществом, любой ценой стремящимся к успеху, к достижениям, возвело, как кажется, идею достижения в основополагающий и руководящий принцип общественной жизни, было бы ошибкой полагать, что достижение, успех является типичным признаком современных очень сложных по своей структуре обществ. Если несколько отвлечься от довольно-таки проблематичного определения «общество достижений» и заглянуть в прошлое, можно убедиться, что достижение представляет собой явление исторического порядка.

### СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Иваненко, А.В. Развитие физической культуры студентов на современном этапе Современная наука: актуальные проблемы теории и практики / Иваненко А.В. // Серия: Гуманитарные науки. – 2017. – № 2. – С. 33-35.
2. Иваненко А.В. Влияние физических упражнений на когнитивные способности студентов ГУТ им. М.А. Бонч-Бруевича / Иваненко А.В., Стародубцев М.П., Астафьев В.В., Базанов А.Н. // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2017. – № 12 (154). – С. 106-109.
3. Иваненко А.В. Интерактивные технологии подготовки спортсменов-стрелков / Иваненко А.В. // Перспективы науки. – 2017. – № 10 (97). – С. 70-74.
4. Катаны, И.А. Концептуальные основы формирования общекультурных компетенций у тренеров-специалистов физической культуры / Катаны И.А. // Глобальный научный потенциал. – №12 (81). – 2017. – С. 13-17.
5. Катаны, И.А. Средства обучения, технология их комплексного использования в физическом воспитании Катаны И.А. В сборнике: Новое слово в науке: стратегии развития. Сборник материалов II Международной научно-практической конференции. В 2-х томах. Редколлегия: О.Н. Широков [и др.]. – 2017. – С. 79-83.
6. Лихачев, Б.Т. Педагогика. – М., 2001. – 607 с.
7. Научно – методический журнал. «Школа-Пресс», «Физическая культура в школе». – М., 2003. – № 3.
8. Стародубцев, М.П. Мотивационно-потребностный подход в повышении эффективности физкультурно-спортивной деятельности студентов / Стародубцев М.П., Стародубцева О.М., Татаренцев В.Л. // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2015. – № 3 (121). – С. 239-245.
9. Стародубцев, М.П. Анализ мотивов, определяющих направленность занятий физическими упражнениями у студентов / Стародубцев М.П., Иваненко Т.А. // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2016. – № 11 (141). – С. 208-211.
10. Стародубцев, М. П. Современные педагогические технологии: сущность, классификация, условия реализации / М. П. Стародубцев // В сборнике: Актуальные вопросы психологии, педагогики и образования. Сборник научных трудов по итогам международной научно-практической конференции. – 2015. – С. 144–147.
11. Стародубцев, М.П. Роль занятий физическими упражнениями в укреплении и сохранении здоровья студенческой молодежи Стародубцев М.П. Психология и педагогика: методика и проблемы практического применения. – 2014. – № 36. – С. 301-30.
12. Стародубцев, М.П. Образовательный процесс по дисциплине «Адаптивная физическая подготовка» / Стародубцев М.П. // Научно-теоретический журнал Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2018. – №4 (158). – С.304-307.

## **Теоретические и прикладные аспекты развития современной науки и образования**

*13. Стародубцев, М.П. Компетентностный подход к реализации самостоятельной работы студентов / М.П. Стародубцев // Научно-теоретический журнал Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2017. – №12 (154). – С. 271-275.*

*14. Явдошенко Е.О. Эффективность применения активных методов обучения в условиях высшей школы Явдошенко Е.О. В сборнике: Инновационные тенденции развития системы образования Сборник материалов VIII Международной научно-практической конференции. Редколлегия: О.Н. Широков [и др.]. – 2017. – С. 105-113.*