

Организация учебного процесса в рамках обновлённых ФГОС и ФОП:  
система управления и методическое сопровождение, обучение, воспитание

**Соколов Александр Александрович,**

тренер-преподаватель,

МБУДО «СШ № 6» г. Белгород,

г. Белгород, Россия

## **ВЛИЯНИЕ СПОРТА НА ФОРМИРОВАНИЕ ЛИЧНОСТИ**

**Аннотация.** Спорт и физическая культура способствует **формированию** целого ряда необходимых качеств человеческой **личности**: смелости и решительности, настойчивости и упорства в достижении цели, доброжелательности, уважение к соперникам, эстетических чувств красоты и гармонии и др. У человека, занимающегося **спортом**, формируется чувство собственного достоинства, создаются условия для самоутверждения.

Физическая культура и спорт являются не только эффективным средством физического развития человека, укрепления и охраны его здоровья, сферой общения и проявления социальной активности людей, разумной формой организации и проведения их досуга, но бесспорно влияют и на другие стороны человеческой жизни: **авторитет** и положение в обществе, трудовую деятельность, на структуру нравственно - интеллектуальных характеристик, эстетических идеалов и ценностных ориентаций. Причём это касается не только самих спортсменов, но и тренеров, судей, зрителей. Одновременно физкультура и спорт сами подвержены «обратной» связи со стороны других социальных институтов и явлений общественной жизни. Физкультура и спорт предоставляют каждому члену общества широчайшие возможности для развития, утверждения и выражения собственного «я», для соперничества и сопричастия спортивному действию как процессу творче-

**Организация учебного процесса в рамках обновлённых ФГОС и ФОП:  
система управления и методическое сопровождение, обучение, воспитание**

ства, заставляют радоваться победе, огорчаться поражением, отражая всю гамму человеческих эмоций, и вызывают чувство гордости за беспредельность потенциальных возможностей человека.

В нашей стране физическая культура и спорт рассматриваются как одно из важнейших средств воспитания человека, гармонически сочетающего в себе духовное богатство, моральную чистоту и физическое совершенство.

Физическая культура — это единство как минимум трех граней личности человека:

- правильная ценностная ориентация в образе жизни;
- наличие определенного уровня физической подготовленности и образованности (т. е. обладание в этой области человеческой культуры конкретными знаниями и навыками);
- потребность в повседневных занятиях физическими упражнениями с целью активного самосовершенствования.

Осознанное стремление каждого человека к достижению физической культуры есть необходимое условие свободного развития и раскрытия его духовных и физических сил, его гармоничного развития. В этом цель коммунистического воспитания. В нравственном отношении занятия спортом могут содействовать развитию таких ценных черт личности, как коммуникабельность, общительность, самостоятельность в принятии решений, стремление к творчеству. Радость побед и горечь поражений. Умение извлекать из этого уроки и тем самым создавать предпосылки для самосовершенствования, участия и соперничества, обостренное чувство долга и ответственности перед коллективом и всем обществом, осознание своей чести и достоинства, совест-

**Организация учебного процесса в рамках обновлённых ФГОС и ФОП:  
система управления и методическое сопровождение, обучение, воспитание**

ливость в ведении спортивной борьбы — таковы качества, которые формируются у молодых людей в процессе занятий спортом.

В интеллектуальном отношении спорт, спортивная деятельность представляется широким полем творческого поиска в овладении техникой, тактикой, управлением своими эмоциями и физическим состоянием соответственно складывающимся чисто спортивным, и следовательно, социальным, общественным ситуациям. Все это способствует развитию таких отличительных черт гармонично развитого человека, как широта, глубина, критичность, гибкость мышления и познавательная активность, чему в значительной мере способствуют интернациональный характер и многоконтантность общения в сфере спорта.

В эстетическом отношении главное в занятиях спортом - это познание красоты телосложения и движения, демонстрация этой красоты, неисчерпаемых духовных и физических возможностей человека.

В волевом отношении продуктивные занятия любым видом спорта немислимы без деятельного преодоления целого комплекса объективных и субъективных трудностей, без высшей степени напряжения. Эта высшая напряженность воли в повседневной ежечасной борьбе с самим собой создает объективные условия для формирования жизненно важных волевых качеств человека — целеустремленности, настойчивости, смелости и решительности, самодисциплины и инициативности.

Активные занятия спортом охватывают довольно непродолжительный период в жизни человека. Правда, период чрезвычайно важный, поскольку именно в это время происходит формирование индивида как личности. Подчеркнем при этом, что организация спортивной деятельности в современном обществе не должна быть бесконтрольной, а должна основываться на разумном, гуманистически

**Организация учебного процесса в рамках обновлённых ФГОС и ФОП:  
система управления и методическое сопровождение, обучение, воспитание**

направленном, едином педагогическом управлении этой деятельностью.

При игнорировании этого требования спортивный коллектив далеко не всегда формирует позитивную жизненную позицию личности. Нередко в таких случаях приходится встречаться с эгоистическими настроениями и корпоративной моралью, когда спортивные педагоги стремятся воспитать в первую очередь спортсмена, а не человека.

Немаловажен и такой аспект проблемы формирования гармоничного человека, как влияние разных видов спорта на этот процесс. Практически все виды спорта могут служить позитивным средством воспитания человека, учитывая возможность их воздействия на нравственность, интеллект, эстетичность, волю.

Особенно ценно, что в спортивных играх помимо достижения ситуационных целей - конкретного результата в виде очков, победы во встрече или турнире, - мы добиваемся гораздо большего: обучаем действиям в определенных жизненных или моделируемых ситуациях. Иными словами, они имеют непосредственно педагогическое, воспитательное значение. В этом смысле они представляют собой одно из важнейших средств формирования общей, в том числе физической, культуры человека.

Специфической особенностью любого вида спорта являются соревнования. Они положительно влияют на формирование личности. В самом спорте предписана постройка **взаимоотношений**, хотя правила бывают строги, большинство спортсменов всё же придерживается правил соперничества. В этой конкуренции заключена нужда получения побед и золотых медалей, достижения высот, установления новых рекордов. Однако прелестью спорта являются не только соревнования,

**Организация учебного процесса в рамках обновлённых ФГОС и ФОП:  
система управления и методическое сопровождение, обучение, воспитание**

но и влияние на морально-этическое воспитание личности. Ведь одолеть соперника и победить можно не только за счёт физической силы, но и благодаря волевым усилиям, размышлениям и мгновенным разумным решениям, а также эмоциональному настрою и правильной подготовке к соревнованиям. Также благодаря спортивной деятельности происходит развитие и интеллектуальных способностей человека.

На современном этапе развития, в условиях качественного преобразования всех сторон жизни общества, возрастают и требования к физической подготовленности граждан, необходимой для их успешной трудовой деятельности. Сфера физической культуры выполняет в обществе множество функций и охватывает все возрастные группы населения. Полифункциональный характер сферы проявляется в том, что физическая культура – это развитие физических, эстетических и нравственных качеств человеческой личности, организация общественно-полезной деятельности, досуга населения, профилактика заболеваний, воспитание подрастающего поколения, физическая и психоэмоциональная рекреация и реабилитация, зрелище, коммуникация и т.д.

Наш организм есть нераздельный самостоятельный, самоуправляющийся микробиологический механизм, в котором существует множество функций, работа которых заключена в действии физиологических и психологических отдач от действия климата. Именно природа может влиять на человека как положительно, так и наоборот. Одной из особенностей нашего тела является активное воздействие на факторы мира и условия в обществе.

Человек – уникальный организм, который смог обуздать землю, построить огромные города, мосты через большие реки, смог приру-

**Организация учебного процесса в рамках обновлённых ФГОС и ФОП:  
система управления и методическое сопровождение, обучение, воспитание**

чить природу. Но, к сожалению, человек уязвим к различным вещам из окружающей среды. Даже самый сильный спортсмен может быть подвержен болезням и другим различным факторам. На наш организм могут действовать разные вещи из окружающего нас мира, которые могут нести за собой полезные и вредные бактерии и раздражители, которые могут поддерживать или разрушать состояние внутренней среды человека. Обеспечить стабильное внутреннее состояние организму помогает оптимальное функционирование всех его систем.

Каждый день мы живем и не знаем, что будет завтра. Но нельзя жить с постоянным страхом. Нужно радоваться жизни. Физическая культура – прекрасный способ отгородить себя от многих болезней, вирусов. Это замечательный способ чувствовать себя прекрасно каждый день. Снова просыпаясь, можно выполнять физические упражнения несложного характера, и таким образом мы можем зарядить себя энергией. Каждый день на улицах можно увидеть людей с угрюмым выражением лица. Но подумать только, если начать заниматься физкультурой, то можно стать на 90% добрее и ходить по улицам с радостной улыбкой. Совершенно очевидно, что, занимаясь спортом, человек в первую очередь совершенствует и укрепляет свой организм, своё тело, свою способность управлять движениями и двигательными действиями. Это очень важно. Нельзя говорить о полном воспитании там, где отсутствует воспитание движений.

Спортсмен обязательно должен узнать о самом себе как можно больше, точнее и полнее. Это совсем не просто, не всегда интересно, иногда – страшновато. Это – работа трудная, кропотливая. Спортсмен занимается самопознанием по необходимости. Совершенствуясь в

**Организация учебного процесса в рамках обновлённых ФГОС и ФОП:  
система управления и методическое сопровождение, обучение, воспитание**

спорте, человек совершенствуется всесторонне. Трудно сказать, в каком виде спорта больше.

**Список литературы**

1. Барчуков И. С. Теория и методика физического воспитания и спорта. Учебник. Издательство: КноРус, 2015. - 368 с.
- 2.:Васильков А. Теория и методика физического воспитания: учебник, Издательство: Феникс, 2008. - 384 с.
3. Физическое воспитание: учебное пособие / Ю. И. Евсеев. – Ростов-н/Д: Феникс, 2010. – 380 с.
4. Пуни А.Ц. Проблема личности в психологии спорта. – М.: ФиС, 2008. – С. 41.