#

# **Семендяева Евгения Сергеевна,**

педагог дополнительного образования, МБУ ДО «ЦДЮТиЭ»

город Старый Оскол, Белгородская область

**ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ПРОЦЕССЕ ФОРМИРОВАНИИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ЛИЧНОСТИ СПОРТСМЕНА**

Физическая культура личности характеризуется как область общей культуры человека, которая представляет собой его мотивационно-ценностной ориентации, социально-духовного развития в физкультурно-образовательной деятельности.

Первостепенной задачей системы физического воспитания в практике образовательной деятельности педагога в школе является, сохранение и укрепление здоровья, а также путем использования различных средств физической культуры и спорта повысить уровень психофизической подготовки к социально-профессиональной деятельности и в целом формирование физической культуры личности ученика. Она также является педагогической системой, которое обеспечивает единство компонентов телесного, социально-психологического и воздействует на мотивационно-потребностную сферу приобщая устойчивую потребность у подростка к самостоятельной организации здорового стиля жизни.

Стиль жизни обусловливается определенным типом поведения личности, который характеризует его черты, манеры, вкусы, привычки и склонности. Позволяет индивиду сформировать себя как личность соответственно в духовном, нравственном и физическом отношении.

Одной из доминирующей направленности системы физического воспитания в образовательной деятельности является формирования творческой и целостной личности в физической культуре, что позволяет человеку успешно адаптироваться в окружающей среде. Творческий потенциал развитый путем физической культуры в период обучения в школе рассматривается как фундаментальное строение личности, которая обеспечивает ее социально биологический потенциал что способствует гармоничному развитию и повышению уровня социальной активности.

Процесс формирования физической культуры личности включает в себя единство компонентов телесного, мировоззренческого и интеллектуального. Которые тесно взаимосвязаны с развитием эмоциональной, духовной и физической сферой человека. Однако, только в случае тесного взаимодействия и освоения процессов теоретических знаний, также его практического применения в самоорганизации здорового образа жизни, образовательная сфера физического воспитания будет оправдана и более эффективна.

Таким образом, образовательный подход к физическому воспитанию должен проходить в тесном сочетании с устойчивой мотивацией, интересом и ценностным отношением к физической культуре с учетом личного состояния здоровья.

Немалое значение имеет при формировании физической культуры личности учет личностных качеств, характера, темперамента, целеустремленности и выдержки. После определения типа темперамента, существенно выявляется возможность эффективного приобщения его к сознательной физкультурно-оздоровительной деятельности.

Рассматривая ученика школы как личность определяющего свою позицию в обществе и как субъекта социальных отношений необходимо учитывать в процессе формирования физической культуры личности некоторые немаловажные факторы как, индивидуальные особенности его психики, интереса, уровень культуры, активность, степень осознанности, развития самосознания, самооценки, устойчивость психических качеств, т.е. самореализация самого человека.

* + целях эффективности формирования физической культуры личности, в практике образовательной деятельности немаловажно обращать внимание на влияние биологического ритма жизнедеятельности подростка, к которым относятся многолетние, годовые, сезонные, месячные, и суточные ритмы. Особое внимание следует уделять суточным ритмам жизнедеятельности организма при регулировании работоспособности на занятиях физической культурой. Так как график воспитательно-образовательного процесса в частности расписание уроков не всегда дает возможность проводить занятия физической культурой в соответствии с биоритмами жизнедеятельности. А также следует учитывать и тот факт, т. е. тип нервной системы, темперамент и ценностные ориентации человека, поскольку они являются основой структурных образований определяющий ее различные психологические характеристики.

Осознавая собственные ценностные ориентации, человек ищет свое место в мире, размышляет над смыслом и целью жизнедеятельности. Поэтому их следует рассматривать как способ, с помощью которого используется эти ценности в целях саморазвития и самовоспитания.

Определенным аспектом системы социально- культурного воспитания является создания оптимальной обстановки для развития и самоактуализации ученика, владеющего мировоззренческим потенциалом, культурой общения и поведения, способного к профессиональному творчеству. Система социально-культурного воспитания является значимым фактором развития как креативной, многогранной, перспективной личности.

Применение вышеизложенных в статье педагогических аспектов в области освоения предмета физическая культура, позволяет педагогу качественно и эффективно реализовать образовательный процесс физического воспитания в школе, успешно формируя физическую культуру личности. Достижение личностью такой гармонии повышает уровень его социальной устойчивости, что создает психологический комфорт и продуктивное включение в жизнь. Осознавая собственные ценностные ориентации, человек ищет свое место в мире, размышляет над смыслом и целью жизнедеятельности.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Барчуков, И.С. Физическая культура и физическая подготовка: Учебник. / И.С. Барчуков и др. - М.: Советский спорт, 2013. - 431 c.
2. Гонтарь, О.П. Развитие физической культуры личности студента / О.П. Гонтарь // Известия Российского государственного педагогического университета им. А.И. Герцена. – 2007. – Том 17– № 43-2. – С. 81-85.
3. Ильин, Е.П. Психология спорта / Е.П. Ильин. – СПб. : Питер, 2010. – 120 с.
4. Кобяков, Ю.П. Физическая культура. Основы здорового образа жизни: Учебное пособие / Ю.П. Кобяков. - Рн/Д: Феникс, 2012. - 252 c.
5. Лукъянец, Н.В. Физическая культура и здоровый образ жизни студентов в вузе : учебное пособие / Н.В. Лукъянец. – Новокузнецк : [б.и.], 2005. – 164 с.
6. Муравьев, В. А. Гармония физического развития и здоровья детей и подростков / В.А. Муравьев, Н.Н. Назарова. - М.: Дрофа, 2014. - 128 c