

*Мурзагалиев А.Р.,
студент 3 курс,
факультет «Экономическая безопасность» Башкирский
государственный университет
Россия, г. Стерлитамак*

*Крылов В.М.,
кандидат педагогических наук, доцент
доцент кафедры «Физвоспитания» Башкирский
государственный университет
Россия, г. Стерлитамак*

ФИЗКУЛЬТУРА И СПОРТ КАК СРЕДСТВО ВОСПИТАНИЯ МОРАЛЬНО – ВОЛЕВЫХ КАЧЕСТВ

***Аннотация:** В современных условиях значительно возрастает значение систематических занятий физической культурой и спортом для развития двигательных способностей, воспитания физических и нравственно-волевых качеств, и укрепления здоровья. Благодаря направленности к высшим достижениям и разностороннему развитию человека, спорт является важным элементом физического, нравственного воспитания.*

***Ключевые слова:** морально-волевые качества, физическая культура, спортивные победы, личный пример, саморазвитие.*

***Annotation:** In modern conditions, the importance of systematic physical training and sports for the development of motor abilities, the education of physical and moral-strong-willed qualities, and the strengthening of health is greatly increased. Due to the orientation towards the highest achievements and diversified human development, sport is an important element of physical and moral education.*

Key words: moral qualities, physical culture, sports victories, personal example, self-development.

Физкультура и спорт стали в наше время социальной силой и значимостью, единственной в своём роде в истории общества, которой у них никогда не было.

Физическая культура является не только полезным средством физического развития и поддержки здоровья человека, но и сферой социальной коммуникации, проявления общественной активности людей, организации досуга.

Кроме того, спорт, бесспорно, влияет и на другие стороны человеческой жизни: авторитет и положение в обществе, работу, структуру нравственно-интеллектуальных характеристик, эстетических идеалов и ценностных ориентаций.

Причём затрагивает это не только учащихся, но и преподавателей, профессиональных тренеров, спортивных судей, а также обычных зрителей.

Одновременно с этим, физкультура и спорт сами подвержены «обратной» связи со стороны других социальных институтов и явлений общественной жизни.

Физическое воспитание и спорт предоставляют каждому члену общества широчайшие возможности для развития, утверждения и самовыражения своего Я.

Кроме того, они даруют каждому вполне ясное представление о том, что спортивные мероприятия, как форма игры с элементом соревнования, дают возможность спортсменам радоваться победе, огорчаться поражениям.

Да и, в целом, отражать всю доступную им гамму человеческих эмоций. Наконец, они вызывают чувство гордости за великий потенциал физических возможностей человека.

Вопросам взращивания в человеке высоких морально-волевых качеств, психологической стойкости, сосредоточенности и уверенности на пути к достижению результата посвящено великое множество специальной литературы.

Такие морально-волевые качества человека, как дисциплина, целеустремлённость, мужество, смелость, готовность преодолевать большие объективные трудности и препятствия – всё это воспитывается в рамках физической культуры.

В частности, преодоление трудностей и препятствий совершается для достижения определённых целей. Чем больше цель, тем выше и уровень волевых мотивов, тем больше трудностей человек способен преодолеть, а за всем этим стоит, очевидно, удовольствие, даруемое победой.

Иными словами, чрезвычайно важно, чтобы студент среди повседневных дел никогда не терял перспектив и конечной цели из виду, не забывал о пользе спорта для здоровья.

Следовательно, естественным и необходимым условием для воспитания воли является формирование у студента нравственных принципов и убеждений, основанных на сознательно избранном мировоззрении. В этой связи, воспитание сознательности у учащихся особенно важно.

Наконец, одной из важнейших задач физической культуры, как научной дисциплины, является воспитание у учащихся высоких морально-волевых качеств. В связи с очевидной и важной ролью преподавателя в учебном процессе, роль преподавателя физкультуры в решении этой задачи очень трудно переоценить.

Кроме того, учебное занятие по физкультуре заключается не только в развитии мышечного и опорно-двигательного аппарата каждого учащегося, но и в оформлении у него ряда личностных качеств, вроде стремления к победе.

Разумеется, постоянная забота о формировании морально-волевых качеств у учащихся в значительной мере способствует подготовке их к трудовой деятельности.

Итак, следует тут же обособить то обстоятельство, что закономерности человеческой психологии довольно универсальны, в чем вы сможете убедиться на приведённых ниже примерах. В любых соревнованиях спортсмены делятся на победителей и побеждённых.

Первых всегда меньше. Впрочем, это ожидаемо, ведь звание чемпиона лишь одно, и очень редко случается так, что его присуждают сразу двум спортсменам или командам.

Так же обстоит дело и с серебряной медалью. Правда, в некоторых видах спорта, в частности, в боксе, третьи места и бронзовые медали присуждаются сразу двум спортсменам.

Впрочем, обладатели серебряных и бронзовых наград очень часто считают себя «проигравшими». Разумеется, они полагают, что им не хватило одного или двух шагов, чтобы стать «настоящими» победителями.

Соответственно, справедливо утверждать, что в спорте испокон веков выше всего ценится победа. Для достижений которой, разумеется, спортсмены готовы сделать очень многое, ведь это – игра, в которой они могут выразить свою личность.

Для спортивной победы решающее значение имеет, прежде всего, высокий уровень развития физических качеств – быстроты, силы, выносливости, ловкости, гибкости и, в не меньшей мере – совершенное владение техникой движений, а потому спортсмены, ведомые жаждой победы, готовы выполнять изо дня в день даже самые изнурительные тренировки.

Впрочем, стоит всё же отметить, что этот комплекс далеко не всегда имеет решающее значение. Разумеется, чтобы выдающиеся физические качества, умения и способности наиболее полно раскрылись в острой борьбе за первенство, спортсмену нужно иметь ещё и высокую психологическую

подготовку, уметь управлять своими эмоциями – укрощать их и уметь здраво рассуждать даже в критических ситуациях.

В связи с этим, знакомство с личными примерами из биографий известных спортсменов, сталкивавшихся со сходной проблематикой, может пригодиться как начинающим, так и опытным спортсменам, даже если они выступают в другом виде спорта.

Таким образом, воспитание моральных и волевых качеств является частью самосовершенствования личности и, следовательно, должно осуществляться в соответствии с чёткой выработанной программой, эффективность которой должна быть твёрдо гарантирована.

Список использованной литературы:

1. Воробьева И.Н. Теоретические основы формирования мотивационно-ценностного отношения школьников к здоровому образу жизни средствами физической культуры // Вектор науки Тольяттинского государственного университета. Серия: Педагогика, психология. 2020. №1 – С. 37-40.

2. Кочиева Э.Р. Адаптационные реакции организма студентов к учебной деятельности в современном вузе // Современные проблемы науки и образования. 2018. №5 – С. 609.

3. «Оздоровительная гимнастика и гармоническое развитие школьников». Спорт в школе. 2019. №47 – С. 48.