

УДК 612.014.32

В.В.Евсеев (асп.), П.В.Половников, к.ф-м.н., проф.

ЦЕННОСТНЫЙ ПОТЕНЦИАЛ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Состояние и перспективы развития образования в России базируются на том, что современное общество переживает сложный, противоречивый процесс становления новых социально-экономических и духовных отношений. Любые социальные отношения носят прогрессивный характер только в том случае, когда они обеспечивают развитие личности, и в процессе реформирования общества личность должна рассматриваться как главная и конечная ценность. В свою очередь, каждый человек, осознающий себя личностью, стремится к наиболее полной самореализации, увеличивая в обществе потенциал собственной ценности.

Развитие государства и общества, обеспечение высокого уровня жизни населения, расцвет культуры — все это достигается на основе здоровья людей, состояния полного физического, душевного и социального благополучия. Исторически доказано, что пассивное отношение к формированию и охране здоровья, упование на естественные процессы роста и развития организма человека, на стихийную целесообразность данных процессов ни в коей мере себя не оправдывают. Здоровье человека, в том числе молодежи, в значительной степени определяется благосостоянием государства, образом жизни, уровнем развития экономики, социальной сферы, ценностной ориентацией общества и человека.

Здоровье — главная и основная проблема нашей страны.

Целью работы является теоретический анализ ценностного потенциала физической культуры и возможность его практической реализации в учебном процессе. В этой связи особую актуальность сегодня приобретает проблема определения и сохранения здоровья молодежи.

В последние годы наметилась негативная тенденция, характеризуемая ухудшением состояния здоровья населения нашей страны. По основному показателю качества жизни и благосостояния страны — ожидаемой продолжительности жизни — мы значительно отстаём от развитых стран мира. Смертность населения России превышает рождаемость почти в 1.6 раза, более 80% детей рождаются с отклонениями здоровья. Многочисленные исследования показывают, что 60% школьников и 25-30% студентов имеют слабую физическую подготовленность.

Среди наук, занимающихся вопросами формирования, сохранения и укрепления здоровья человека, особое место занимает физическая культура. Данный вид культуры имеет гуманитарную направленность, способствует духовному развитию человека, формирует ценности, имеющие общекультурное значение, среди которых главным является здоровье [1].

Сегодня ни у кого уже не вызывает сомнений, что регулярно и правильно проводимые занятия физической культурой являются эффективным и доступным средством профилактики заболеваний, укрепления здоровья, улучшения физического развития. Особенно велико значение физической культуры в условиях современной жизни, когда широкое развитие техники на производстве, в транспорте, в быту, значительное ускорение темпа жизни, быстро растущий поток информации, естественное желание человека иметь как можно больший запас знаний — всё это неизменно ведёт к определённому снижению двигательной активности. Современной наукой убедительно доказано, что снижение двигательной активности (гипокинезия и как следствие - гиподинамия) наряду с избыточным питанием, увеличением нагрузок на нервно-психическую сферу человека относятся к числу факторов, способствующих возможности возникновения заболеваний, особенно сердца и сосудов.

Анализ состояния здоровья студентов выступает составной частью физического воспи-

тания. Кафедра физического воспитания СПбГТУ проводит работу по оценке уровня здоровья студентов, что является объективной основой совершенствования учебного процесса.

Ещё в 20-х годах предмет “Физическая культура” трактовался в широком аспекте, включая в себя такие понятия как охрана здоровья, режим питания, сна, отдыха, личная и общественная гигиена, использование естественных факторов природы, физические упражнения и физический труд, то есть те компоненты, которые сегодня рассматриваются как составляющие здорового образа жизни [2]. В частности, в Большой советской энциклопедии физическая культура рассматривается как “часть общей культуры общества, одна из сфер социальной деятельности, направленная на укрепление здоровья, развитие физических способностей человека и использования их в соответствии с потребностями человеческой практики” (БСЭ, Т.27, с. 1086).

К концу 80-х годов сформировалась научная теория культуры, ставшая методологической основой изучения различных видов культуры - экологической, политической, правовой, культуры поведения и других. Она стала основой и методологией разработки и физической культуры. В разработке культурологического анализа физической культуры особый интерес представляют работы В.У.Агеевца и др. [3]. В них положено начало новым оригинальным решениям при разработке концепции теории физической культуры как части культуры общества и личности.

Выявление роли физической культуры во всестороннем развитии личности в России всегда было предметом интенсивного исследования и связывалось, прежде всего, с осмысливанием сущности и содержания физического воспитания. Но порою в исследованиях по формированию физической культуры акцент смешался на её двигательный компонент в ущерб интеллектуальному и социально-психологическому. Поэтому получался разрыв связей физической культуры с общей культурой человека, её духовным потенциалом. Это затрудняло решение вопроса о всестороннем и гармоничном развитии личности.

Физическая культура является частью общей культуры человечества и вбирает в себя не только многовековой ценный опыт подготовки человека к жизни, развитие заложенных в него природой физических и психических способностей, но и развитие нравственных начал человека. Уровень развития этих качеств, а также личные знания, умения и навыки по их совершенствованию составляют личностные ценности физической культуры и определяют физическую культуру личности как одну из граней общей культуры человека [4].

Особенность феномена физической культуры в отличие от других ее сфер, состоит в том, что она самым естественным образом соединяет в единое целое социальное и биологическое в человеке. Процесс физического развития любого человека выражается в совершенствовании форм функций организма, реализации его физических возможностей. Воздействие природных факторов на развитие физического потенциала человека имеет объективный характер, но его специфика состоит в том, что она может усиливаться или ослабляться в зависимости от активности человека, который может сознательно воздействовать на ход этого объективного процесса.

Идея целостности человека достаточно давно стоит на повестке дня и в теории и в практике физической культуры. В большей мере она связывалась с воздействием физических упражнений одновременно как на физическое, так и на духовное развитие человека.

В настоящее время остро встает вопрос о повышении влияния физического воспитания на личность и вопросы качества такого влияния.

Оздоровление российского общества, русского народа, молодежи равнозначно его возрождению. Движение по этому пути связано с восстановлением исконно русской культуры, переориентацией общественной психологии на нравственные ценности.

Таким образом, освоение ценностного потенциала физической культуры, самоопределение себя в физической культуре через практическую реализацию индивидуальной программы оздоровления является эффективным методом работы со студентами в процессе их профессиональной подготовки.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Лубышева Л.И. Современный ценностный потенциал физической культуры и спорта и пути его освоения обществом и личностью. – ТиПФК, 1997. №6, 10-15 с.
2. Выдрин В.М., Зыков Б.К., Лотоненко А.В. Физическая культура студентов вузов: Учебное пособие. – Воронеж: ВГУ, 1991. С. 160.
3. Агеевец В.У., Белоусов В.В., Алфимов А.С. Концепция преподавания валеологической дисциплины в физкультурном вузе. – Омск, 1997.
4. Давиденко Д.Н. и др. Физическая культура. Теоретический курс: Учебное пособие. – СПб.: НИИ Химии СПбГУ, 1999. - 250 с.