

**Самусенков Олег Иосифович**, Доктор педагогических наук,  
профессор, заведующий кафедрой физического воспитания  
РГХПУ им. С.Г. Строганова, г. Москва  
Samusenkov Oleg Iosifovich, S.G. Stroganov RGHPU, Moscow

**Самусенкова Елена Игоревна**,  
Старший преподаватель кафедры физического воспитания  
РГХПУ им. С.Г. Строганова, г. Москва  
Samusenkova Elena Igorevna, S.G. Stroganov RGHPU, Moscow

**Голубев Никита Сергеевич**, студент,  
РГХПУ им. С.Г. Строганова, г. Москва  
Golubev Nikita Sergeevich, S.G. Stroganov RGHPU, Moscow

**«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ» КАК ОБЯЗАТЕЛЬНАЯ ДИСЦИПЛИНА  
В ВУЗАХ ГУМАНИТАРНОЙ И ТЕХНИЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ  
"PHYSICAL CULTURE AND SPORT" AS A COMPULSORY DISCIPLINE  
IN UNIVERSITIES OF HUMANITARIAN AND TECHNICAL ORIENTATION**

**Аннотация.** Физическая культура в высшем учебном заведении является неотъемлемой частью формирования общечеловеческой и профессиональной культуры личности современного молодого человека, так же как и неотъемлемой частью системы гуманистического воспитания студентов. Как учебная дисциплина, обязательная для всех направлений и специальностей, она является одним из средств формирования всесторонне развитой личности, оптимизации физического и психофизиологического состояния студентов в процессе их профессиональной подготовки.

**Abstract.** Physical education in higher education is an integral part of the formation of the universal and professional culture of the personality of a modern young person, as well as an integral part of the system of humanistic education of students. As an academic discipline, mandatory for all areas and specialties, it is one of the means of forming a comprehensively developed personality, optimizing the physical and psychophysiological condition of students in the process of their professional training.

**Ключевые слова.** Физическая культура, спорт, физическое воспитание, физическое развитие, профессиональная направленность физического воспитания, высшее учебное заведение.

**Keywords.** Physical education, sport, physical education, physical development, professional physical education, University.

**Введение**

Физическая культура представлена в высших учебных заведениях как учебная дисциплина и как важнейший компонент формирования целостного развития личности студента. Являясь составной частью общей культуры, она входит обязательным разделом в гуманитарный компонент образования, значимость которого проявляется через гармонизацию духовных и физических сил.

Глубокое понимание физической культуры личности студента как общественной и индивидуальной ценности может стать реальностью для развития различных видов физической культуры в гуманитарных и технических вузах страны. Оно может способствовать формированию прогрессивных направлений в развитии общественного мнения и личностных мотивов и потребностей в освоении ценностей физической культуры.

В последнее десятилетие было положено начало новым оригинальным решениям при разработке концепции теории физической культуры и ее реализации в условиях перестройки всего вузовского образования.



## Introduction

Physical culture is presented in higher education institutions as an academic discipline and as the most important component in the formation of the holistic development of the student's personality. Being an integral part of general culture, it is a compulsory part of the humanitarian component of education, the significance of which is manifested through the harmonization of spiritual and physical forces.

A profound understanding of the physical culture of the student's personality as a social and individual value can become a reality for the development of different types of physical culture in humanitarian and technical higher education institutions of the country. It can contribute to the formation of progressive directions in the development of public opinion and personal motives and needs in mastering the values of physical culture.

In the last decade, was, the beginning of new original solutions in the development of the concept of the theory of physical culture and its implementation in the context of the restructuring of higher education.

Оценивая положительный вклад специалистов в разработку данной проблемы, необходимо отметить, что рассмотрение физической культуры студентов вузов как вида их культуры представлено часто эпизодически. Имеющиеся научные публикации лишь частично затрагивают аспекты этой проблемы, полностью не раскрывая их принципиальную теоретическую и методологическую сущность.

При исследовании проблемы развития физической культуры студентов гуманитарных и технических специальностей нами использовались материалы теории деятельности и теории потребности, теории физической культуры, материалы в области педагогики, социальной психологии, социологии, теории организации и управления, пропаганды физической культуры и спорта. На наш взгляд, сегодня важное значение имеет дальнейшее раскрытие закономерностей развития физической культуры в высших учебных заведениях.

В результате теоретического обобщения имеющихся литературных данных, а также материалов наших исследований, мы проследили основные тенденции развития физической культуры среди студенческой молодежи. Ее структура и социальные функции позволяют рассматривать этот социальный феномен как органическую часть общей культуры молодого человека.

Понятие «физическая культура личности» в данном случае отражает определенный уровень развития сознания, двигательных навыков и умений, физических качеств и возможностей каждого отдельного индивида. Поэтому физическая культура личности студента - это не просто его физкультурная деятельность, но и осуществление ее на вполне конкретном уровне знаний, ценностных ориентации, отношений, чувств. Это вполне осознанная и целенаправленная организация физкультурной активности для достижения необходимого уровня физического совершенства.

Различные виды физической культуры - неспециальное физкультурное образование, спорт, физическая рекреация и двигательная реабилитация обогащают специфической информацией общую культуру личности, способствуя расширению и углублению ее знаний о человеке, позволяют составлять перспективные программы всестороннего развития молодого человека, вносить рациональные коррективы в сам процесс развития культуры студенческой молодежи.

Данные полученные в исследованиях различных авторов и ученых показывают, что мировоззренческое, нравственное, эстетическое и общекультурное развитие личности студента не входит в задачи кафедры физической культуры, что процесс этот должен осуществляться только кафедрами общественных наук. Такая позиция на практике трансформируется в отношении вузовских специалистов к всестороннему развитию личности молодого специалиста, к органическому единству ее профессиональных и общекультурных качеств как к чему-то второстепенному, лишь сопутствующему профессиональной подготовке.



Различные виды физической культуры представляют огромный срез материала для творческой деятельности в многообразии искусства, которое является одной из основных форм отражения прекрасного в природе и в обществе. В этом неразрывная естественная связь физической культуры с культурой общества в целом и главное направление реализации прекрасного в самой природе физкультурной деятельности.

Освоение ценностей физической культуры вооружает молодого человека пониманием сложности жизни, помогает выработать духовно-нравственные критерии самооценки личности. Это, в свою очередь, требует формирования и развития способности к общекультурному самовыражению, что на практике означает формирование потребности в широкой культурной информации и знаниях, приобретение умения распознавать истинные культурные ценности. Проявлением такого стремления является участие студенческой молодежи в создании и деятельности инициативных объединений в области физкультурной деятельности по интересам, умение содержательно и творчески проводить свободное время, используя то многообразие возможностей, которое дают различные виды физической культуры.

Функции физической культуры между собой тесно взаимосвязаны и проявляются в единстве. Органическое единство функций физической культуры, их взаимопроникновение, превращение цели одной в средство достижения другой, ориентация всех целей функций на развитие личности студента - необходимое условие воспитания у молодых специалистов активной жизненной позиции. Это единство формирует основы социально зрелого студента, сознающего свою ответственность перед обществом и в полной мере реализующего творческий потенциал в различных видах жизнедеятельности.

Данные работы в ракурсе «Образ жизни современного студенчества» показывают, что в социально-психологическом восприятии традиционная система занятий физическим воспитанием студентами гуманитарных и технических специальностей оценивается как «требуемая социальная обязанность», а не как «потребность в естественном». На этой основе осуществляется формирование потребности в физической культуре и большей части студенческой молодежи, приобретение определенной системы знаний в этой области деятельности.

Практический опыт подтверждает, что при формировании интересов студентов в физкультурно-спортивной деятельности следует исходить из «потребности в естественном». Этот процесс, по-видимому, можно успешно осуществить при использовании «свободной самодеятельности» (физическое самовоспитание и самосовершенствование), которая преобразует физкультурную деятельность личности во внутреннее осознанное представление о ее целесообразности, как важнейшем условии подготовки молодежи к будущей жизнедеятельности. Самовыражение в различных видах физической культуры, творческое развитие, осуществление процессов самопознания, саморазвития в этой своеобразной двигательной деятельности служит одним из эффективных способов культурного развития личности молодого человека.

Интересы студентов в сфере физкультурной деятельности тесно связаны с их социальной активностью, на которую существенное влияние оказывают такие устойчивые элементы психической структуры личности, какими являются ценностные ориентации. Они выступают важными критериями свободного выбора вида физической культуры. Знание преподавателями ценностных ориентации студентов позволяет целесообразно и с высокой эффективностью применять средства стимуляции физкультурной активности, оценивать результаты деятельности и четко координировать их в динамике.

Мы условно можем выделить несколько групп потребностей в зависимости от характера целей и мотивов студентов в физкультурной деятельности:

1. Потребности спортивной направленности. Они отличаются единством характера спортивных целей (разряд, титул) и мотивов (стремление к достижениям). Эти потребности удовлетворяют такой вид физической культуры, как спортивная деятельность - соревновательная деятельность и подготовка к ней со всей спецификой целей, задач, средств и методов учебно-тренировочных занятий и восстановительных мероприятий.



2. Потребности в рекреационной деятельности, связанные с переменной деятельностью, активным отдыхом с применением физических упражнений в щадящем режиме, элементов спортивных игр и соревнований по упрощенным правилам. Их важнейшие мотивы – укрепление здоровья, хорошее физическое развитие, красивое телосложение. Иногда в качестве руководящих мотивов физкультурной деятельности этой группы студентов проявляется желание соперничества, что можно объяснить их спортивной притязательностью.

3. Потребности реабилитационной направленности. Они присущи лицам, у которых возникают проблемы восстановления сниженных или утраченных в процессе физкультурной, бытовой, трудовой деятельности физических, психических, интеллектуальных способностей. Они смыкаются с лечебным использованием физических упражнений (ЛФК).

4. Потребности в образовательной направленности в сфере физической культуры способствуют творческому, осознанному отношению к задачам, средствам и методам физического совершенствования, отношению к ней как к ценности. К сожалению, этот важный аспект физической культуры еще недостаточно представляется и осознается студенческой молодежью.

В процессе исследования установлены приоритетные мотивы студентов в физкультурно-спортивной деятельности, которые условно объединяют в следующие группы:

- удовлетворение студентов от самого процесса физкультурной деятельности (эмоциональность, динамичность, разнообразие, новизна, общение и т.п.);
- получение повышенных результатов в процессе занятий избранным видом физической культуры (приобретение знаний, умений, навыков, получение разрядов и т.п.)
- новые перспективы в процессе физкультурной деятельности (физическое совершенство, спортивное мастерство, воспитание характера, воли, настойчивость, трудолюбия и т.п.).

Анкетирование позволило нам определить основные группы целей студентов в физкультурно-спортивной деятельности в художественно-промышленном вузе:

- оздоровительные, функциональные, морфологические (улучшение здоровья, снятие усталости, всестороннее гармоничное развитие, воспитание культуры тела, движения, повышение умственной и физической работоспособности);
- нормативные (выполнение программных требований, достижения в спорте, повышение функциональных (резервных) возможностей организма);
- коммуникативно-воспитательные (общение, воспитание культуры поведения, трудолюбия, эмоциональной и нравственной самоорганизации);
- организаторско-педагогические (приобретение знаний, умений, практических навыков общественной физкультурной работы, пропаганда здорового образа жизни, активного отдыха).

Так же исследования студентов гуманитарных и технических специальностей позволили классифицировать стимулы (побудительные причины) студентов в физкультурно-спортивной деятельности:

- удовлетворенность, в основе которой лежит соответствие содержания деятельности потребностям в занятиях различными видами физической культуры;
- привлекательность, где формирование определенных полезных целей для общества совпадает с целями и интересами личности студента, увеличение престижности физкультурной деятельности. Кроме опосредованных мотивов (активно заниматься физической культурой) существуют и непосредственные мотивы (пассивные) - привлекательность самой спортивной деятельности, ее функциональное содержание, без которых вряд ли можно с успехом заниматься физической культурой длительное время;
- обязательность, как важный педагогический инструмент формирования у студентов потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и систематические посещения учебных и внеучебных занятий.



Многолетние педагогические наблюдения свидетельствуют о том, что в процессе физкультурной деятельности у студентов вырабатываются более устойчивые потребности, интересы и мотивы в двигательной активности.

Таким образом, можно сделать следующий вывод, что реальные ценности неспециального физкультурного образования, спортивной деятельности, физической рекреации и двигательной реабилитации позволяют рассматривать дисциплину «Физическая культура и спорт» как фундамент психофизического развития и физического совершенствования студенческой молодежи на современном этапе развития общества. Практическое использование ее результатов с четко выраженной технической направленностью будет иметь существенное значение для достижения целей в будущей профессиональной деятельности будущих специалистов гуманитарных и технических специальностей в сфере производства, науки, культуры, искусства.

#### **Список литературы:**

1. Ангелова О. Ю. Основы инновационной деятельности в сфере физической культуры и спорта. Учебное пособие для СПО. М.: Лань, 2023. 102 с.
2. Бабушкин Г. Д. Психолого-педагогические особенности подготовки спортсменов к соревновательной деятельности. Учебное пособие для вузов, 3-е изд. М.: Лань, 2023. 348 с.
3. Бегидова Т. П. Теория и организация адаптивной физической культуры. М.: Юрайт, 2023. 182 с.
4. Никитушкин В. Г., Чесноков Н. Н., Чернышева Е. Н. Теория и методика физического воспитания. Оздоровительные технологии. М.: Юрайт, 2023. 280 с.
5. Рубанович В. Б. Врачебно-педагогический контроль при занятиях физической культурой. Учебное пособие. М.: Юрайт, 2019. 254 с.
6. Физическая культура / Под ред. Конеевой Е.В. М.: Юрайт, 2024. 610 с.

