

Вознюк Костянтин Геннадійович

Викладач кафедри

спеціальної фізичної підготовки

Дніпропетровського державного університету

внутрішніх справ

ВПЛИВ ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНИМ ВИХОВАННЯМ НА РОЗУМОВУ ПРАЦЕЗДАТНІСТЬ СТУДЕНТІВ

Проблеми у фізичному розвитку значно впливають на розумову працездатність студентів. Досконалий рівень спортивних досягнень потребує пошуку нових шляхів формування, корекції й підтримки високої працездатності студентської молоді.

Відомий український педагог В.О. Сухомлинський підкреслював, що інтелектуальне багатство особи залежить від гармонії фізичного розвитку, здоров'я і праці. Насамперед, продумана шкільна система фізичного виховання може бути надійним підґрунтям високого рівня розумової працездатності протягом усієї навчальної діяльності. Система знань, що постійно розширюється в багаторічному процесі фізичного виховання, набуває все більшого загальноосвітнього значення і сприяє розвитку інтелекту студентів та збагаченню їх спеціальними фізкультурними знаннями. Поряд з передачею знань оптимізувати пізнавальні процеси безпосередньо в ході занять фізичними вправами, спонукаючи студентів до осмислення рухових завдань, їх аналізу і корекції. Активізуючи розумову діяльність студентів, слід використовувати завдання, що вимагають самостійного пошуку шляхів їх вирішення.[1]. У свою чергу інтелектуальне розвинені студенти досягають кращих результатів у фізичній культурі та спорті. Таким чином, у процесі занять фізичними вправами викладач та студент повинні прагнути не до однобічного розвитку, а до гармонії розуму душі і тіла. Саме рухова активність допомагають студентам краще засвоювати навчальний матеріал, а також поліпшенню у розвитку фізичного навантаження [2]. На думку М.Я. Віленського, А.П. Внукова, І.М. Каплана, В.А. Щербини формування потреби фізичного вдосконалення є сьогодні актуальним і повинно бути довгостроковим позитивним результатом всієї діяльності з фізичного виховання. М.Я Віленський, який вивчав питання формування потреби

фізичного вдосконалення, вважає цей напрям принципово важливим у вирішенні завдань фізичного виховання. Він вбачає мету цього виховання у досягненні суб'єктом фізичного вдосконалення, тобто такого стану, який спонукає студентів у наслідок регулярних занять фізичною культурою домагатися всебічного розвитку. Основою реалізації студентами цієї мети виступає самовиховання, зрозуміле в тій позиції, що визначає ставлення людини до свого фізичного розвитку і стану здоров'я. Серед зовнішніх чинників провідне місце він відводить особистості викладача фізичного виховання, методиці викладання, змісту матеріалу, умовам і ситуаціям занять, а також впливу оточення. З внутрішніх чинників автор виділив мотиви, інтереси, ціннісні орієнтації, установки і ставлення, серед яких на перше місце поставив самооцінку. [3]. А.П. Внуков розглядає проблему формування у студентів потреби фізичного самовдосконалення в умовах занять у вузі є необхідність з'єднання навчальних і позанавчальних занять фізичними вправами, сприяє соціальному та професійному встановленню особистості майбутнього фахівця, раціональній організації навчання, побуту і відпочинку студентів. І. М. Каплан розглядає формування потреби фізичного самовдосконалення як педагогічний процес в загальноосвітніх школах, дає визначення педагогічних умов, які забезпечують формування потреби фізичного самовдосконалення. Критеріями сформованості у студентів потреби фізичного самовдосконалення слід уважати такий рівень самосвідомості, який активно спрямовує практичну діяльність на досягнення фізичного вдосконалення, ведення здорового способу життя, забезпечує виконання суспільних і професійних функцій майбутнього спеціаліста [4]. На думку В. А. Щербини, потреба — це те, в чому людина постійно зазнає нужду і привертає її увагу. Важливим компонентом потреб є інтереси, які формуються в процесі занять фізичною культурою і спортом. Найтиповішими інтересами студентів вищих навчальних заходів є інтерес до занять фізичними вправами; інтерес до взаємного спілкування; інтерес до перевірки фізичних можливостей у спортивних змаганнях, іспитах з фізичної підготовки.

Список використаної літератури:

1. Амосов И.М. Раздумья о здоровье, 3-е изд. доп. и перераб. — М.: Физкультура и спорт, 1987. — 64 с.
2. Гогонов Е. Н., Мартынов Б.И. Психология физического воспитания и спорта. — М., - 2000.
3. Гутько И.П.,

Соколов В.А., Заборовський К.К.4 Азбука здоровья. – Минск: Полымя, 1988 – 175 с.