

УДК 796

СПОРТ КАК СПОСОБ ФОРМИРОВАНИЯ ЛИЧНОСТИ

Мазар Т.В., студент 1 курса Института туризма и предпринимательства

Научный руководитель – Жуковская И.Ф., кандидат экономических наук, доцент

ФГБОУ ВО «Владимирский государственный университет имени Александра Григорьевича и Николая Григорьевича Столетовых» (ВлГУ)

Ключевые слова: *физическая культура, спорт, здоровье, здоровый образ жизни.*

Данная статья посвящена анализу проблем здорового образа жизни. Физическая культура и спорт являются одним из наиболее важных факторов не только укрепления и сохранения здоровья, но формирования личности.

Здоровье человека, гражданина, является весьма затратной экономической статьёй, как для него самого, так и для государства. Сохранение здоровья нации, восстановление функциональных резервов человека, повышение устойчивости организма к неблагоприятным условиям внешней среды и было определено в качестве одного из приоритетных направлений развития российского общества [1]. Одним из действенных способов улучшения здоровья, ведения здорового образа жизни и формирования личности выступает физическая культура и спорт.

Активные занятия спортом охватывают довольно непродолжительный период в жизни человека. Правда, период чрезвычайно важный, поскольку именно в это время происходит формирование индивида как личности. Спорт заслуженно занял одно из ведущих мест в деле воспитания молодежи, формирования нравственных ценностей у подрастающего поколения. В связи с этим особенно важно, чтобы современный спорт служил гуманистическим идеалам и общечеловеческим ценностям. Идеологический компонент в спорте проявляется, прежде всего в том, что в нём реализуется патриотическая идея. Особенно это демонстрируется на международном уровне, где спортсмены отстаивают престиж своей страны, что выражается в различных организационных формах и ритуалах (гимн, подъем флага, неофициальный подсчет очков по странам и др.) [2]. Сегодня много делается и для реализации этой идеи на практике. Осуществляется не только демонстрация побед отечественного спорта на международной арене, но и проводятся круп-

номасштабные международные мероприятия в самой России (Олимпийские игры 2014 г. в Сочи; Чемпионат мира по футболу в 2018 г.), которые призваны мобилизовать патриотический дух нации.

Физическая культура и спорт как социокультурные феномены – это единство как минимум трех граней личности человека: правильная ценностная ориентация в образе жизни; наличие определенного уровня физической подготовленности и образованности (т. е. обладание в этой области человеческой культуры конкретными знаниями и навыками); потребность в повседневных занятиях физическими упражнениями с целью активного самосовершенствования. В нравственном отношении занятия спортом могут содействовать развитию таких ценных черт личности, как коммуникабельность, общительность, самостоятельность в принятии решений, стремление к творчеству. Радость побед и горечь поражений, умение извлекать из этого уроки и тем самым создавать предпосылки для самосовершенствования, участия и сопереживания, обостренное чувство долга и ответственности перед коллективом и всем обществом, осознание своей чести и достоинства, совестьливость в ведении спортивной борьбы – таковы качества, которые формируются у молодых людей в процессе занятий спортом. В волевом отношении продуктивные занятия любым видом спорта немыслимы без деятельного преодоления целого комплекса объективных и субъективных трудностей, без высшей степени напряжения. Эта высшая напряженность воли в повседневной ежечасной борьбе с самим собой создает объективные условия для формирования жизненно важных волевых качеств человека – целеустремленности, настойчивости, смелости и решительности, самодисциплины и инициативности. В интеллектуальном отношении спорт, спортивная деятельность представляется широким полем творческого поиска в овладении техникой, тактикой, управлением своими эмоциями и физическим состоянием не только в чисто спортивных ситуациях, но и социальных, общественных. Все это способствует развитию таких отличительных черт гармонично развитого человека, как широта, глубина, критичность, гибкость мышления и познавательная активность.

В эстетическом отношении главное в занятиях спортом – это познание красоты телосложения и движения, демонстрация этой красоты, неисчерпаемых духовных и физических возможностей человека.

Немаловажен и такой аспект проблемы формирования гармоничного человека, как влияние разных видов спорта на этот процесс. Среди многочисленных видов спорта следует выделить многоборные и игровые. Хотя первые из них получают сейчас все большее распространение, вторые

привлекательны как коллективизмом, так и тем, что в играх антропометрические данные во многом нивелируются за счет потребности в разных амплуа и совершенствования (например, в баскетболе) правил состязаний. Особенно ценно то, что в спортивных играх помимо достижения сиюминутных целей, можно добиться гораздо большего: обучить действиям в определенных жизненных или моделируемых ситуациях. Иными словами, они имеют непосредственно педагогическое, воспитательное значение.

Однако коммерциализация спортивной сферы, стала одним из самых сильных ограничивающих факторов доступности занятий физической культурой и спортом. В условиях падения уровня жизни за последние годы (сокращение реальных доходов населения за 2014-2017 гг. составило 14,7%, а рост потребительской инфляции за этот период, в том числе и на услуги превысил 28% [3]) не только для малообеспеченных семей, но и семей со средним достатком занятия в спортивных секциях, клубах и школах являются непомерной роскошью.

Таким образом, исходя из вышеизложенного, можно сделать вывод о том, что спорт может и должен стать средством воспитания гуманной и гармонично развитой личности, средством ориентации молодежи на активное участие в развитии экономики и общества. Для достижения поставленной цели необходимы развитие «спорта для всех» через активизацию государственно-частного партнёрства в этой сфере, а также целостность воспитательного процесса в системе образования.

Библиографический список:

1. Жуковская И.Ф., Каджаева С.Т. Здравоохранение как фактор развития человеческого капитала региона (на примере управления услугами вакцинации) // Международный научно-исследовательский журнал. – 2017. – № 11-4 (65). – С. 159-162.
2. Жуковская И.Ф., Краснова М.В. Финансы домашних хозяйств и качество жизни населения // Финансовая экономика. – 2019. – № 1. – С. 479-483.
3. Фомин Ю.А. Влияние российского спорта на формирование личности // Социологические исследования. – 2008. – № 10. – С.143-146.

SPORT AS WAY OF FORMATION OF THE PERSONALITY

Mazar T.V.

Key words: *physical culture, sport, health, healthy lifestyle.*

This article is devoted to the analysis of problems of a healthy lifestyle. Physical culture and sport are one of the most important factors not only strengthening and maintaining health, but formation of the personality.