

**Управление образования городского округа Ревда
МКУ «Центр образования»
муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №10»**

муниципальные педагогические чтения
«Современное образование: новые требования, новые возможности»

**«Роль физической культуры и спорта
в духовном воспитании личности»**

Автор:

Блюменко Алексей Анатольевич,
учитель физической культуры

Ревда
2021

СОДЕРЖАНИЕ

Введение	3
Концептуальная часть	4
Практическая часть	5
Заключение	8
Литература	9
Приложение 1	
Рабочая программа курса внеурочной деятельности «ВЫШЕ, БЫСТРЕЕ, СИЛЬНЕЕ»	
Приложение 2	
Медиапрезентация «Роль физической культуры и спорта в духовном воспитании личности»	

ВВЕДЕНИЕ

Современная социокультурная ситуация в мире, интенсивное развитие информационных технологий не располагает естественным образом к усиленному физическому развитию человека. Ведь труд в современной цивилизации существенно облегчен и не требует физических усилий. Особенно возросла роль физической культуры в связи с урбанизацией, ухудшением экологической ситуации, автоматизацией труда, способствующей гипокинезии.

Роль физической культуры в развитии современного человека трудно переоценить. Ведь физическая культура, здоровый образ жизни не только условия для поддержания физической формы человека, но и средство для духовного воспитания личности. Такие личностные качества как выносливость, стремление к достижению результата, упорство, целеустремленность, взаимоподдержка и сотрудничество успешно формируются на занятиях физической культуры.

В связи с этим в современном информационно-технологическом обществе роль физической культуры как одного из непосредственных условий духовного воспитания будущей личности, гражданина, совершенствования природы человека и общества, сегодня существенно нарастает. Социальная политика в Российской Федерации направлена на создание оптимального комплекса условий для развития физической культуры как важнейшей составляющей политики государства в целом, обеспечивающей развитие и воплощение в жизнь гуманистических идеалов, ценностей и норм, открывающих широкий простор для выявления способностей людей, удовлетворения их интересов и потребностей, активизации человеческого фактора, что в целом составляет понятие «духовного воспитания личности».

В современной России здоровый образ жизни, физическая культура уверенно занимают позиции социального феномена как национальной идеи «модели» гражданина, способствующего развитию сильного государства и здорового общества. Физкультурно-оздоровительная и спортивная деятельность органически сочетает и соединяет усилия государства, его правительственных, общественных и частных организаций, учреждений и социальных институтов в контексте общих вопросов духовного воспитания будущего гражданина.

Конец XX столетия во многих странах стал периодом модернизации и строительства современных спортивных сооружений. На совершенно новых экономических и правовых отношениях создаются эффективные модели физкультурно-спортивного движения, активно внедряются эффективные поведенческие программы, такие как «Здоровье ради жизни», «Здоровое сердце», «Жизнь – будь в ней» и другие, которые направлены на формирования моральной ответственности личности за состояние собственного здоровья и образа жизни

Общемировой тенденцией является также колоссальный рост интереса к спорту высших достижений, который отражает фундаментальные сдвиги в современной культуре. Процессы глобализации в определенной степени были стимулированы и развитием современного спорта, особенно олимпийского.

В соответствии с Федеральным законом Российской Федерации «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», физическая культура – это часть культуры, представляющая собой совокупность ценностей, норм и знаний, создаваемых и используемых обществом в целях физического и интеллектуального развития способностей человека, совершенствования его двигательной активности и формирования здорового образа жизни, социальной адаптации путем физического воспитания, физической подготовки и физического развития.

КОНЦЕПТУАЛЬНАЯ ЧАСТЬ

Еще П. Ф. Лесгафт в своих трудах отмечал: «Между умственным и физическим развитием человека существует тесная связь, вполне выясняющаяся при изучении человеческого организма .. Умственный рост и развитие требуют соответствующего развития физического». [11, с. 22].

В 2019 году принята концепция преподавания учебного предмета «Физическая культура» в образовательных организациях Российской Федерации, реализующих основные общеобразовательные программы, целью которой является создание условий для обеспечения высокого качества преподавания учебного предмета «Физическая культура», повышения его воспитательного и оздоровительного потенциала в образовательных организациях на основе модернизации системы физического воспитания в соответствии с социальными запросами общества и перспективными задачами развития Российской Федерации в современном мире. [1, с. 2].

Задачи Концепции:

- модернизация содержания учебного предмета на основе взаимосвязи учебной и внеурочной деятельности, а также дополнительного образования, с учетом новых методов обучения и воспитания, образовательных технологий;
- совершенствование учебно-методического обеспечения и материально-технического оснащения учебного предмета;
- обеспечение условий для приобретения обучающимися базовых умений и навыков, способствующих повышению личных показателей физического развития, физической подготовленности, освоению широкого социального спектра универсальных компетенций, необходимых для выполнения различных видов деятельности, выходящих за рамки физкультурного образования;
- расширение базы информационных ресурсов, необходимых для реализации образовательных программ, технологического инструментария деятельности обучающихся и педагогических работников;
- развитие кадрового потенциала в сфере физической культуры;
- повышение у обучающихся мотивации к регулярным занятиям физической культурой и формирование навыков здорового образа жизни.

Физическое воспитание имеет уникальную возможность успешно решить проблему гармонизации биологического, социального и духовного в человеке. Оно может стать тем механизмом, с помощью которого можно преодолеть имеющийся сейчас в сознании многих детей разрыв между пониманием нравственных норм и поведением.

Наиболее актуальными задачами школьного физического воспитания, со стороны влияния на духовно-нравственное содержание личности, являются следующие:

- воспитание приверженности к здоровому образу жизни;
- воспитание коллективизма и товарищеской взаимопомощи;
- воспитание непримиримости к несправедливости, нечестности;
- формирование у детей потребности в регулярных занятиях физической культурой и спортом;
- воспитание волевых качеств, самодисциплины, смелость, умения переносить трудности;
- привитие навыков самоконтроля за состоянием здоровья, физического развития, за физической и спортивной подготовкой.
- человек как личность формируется в процессе общественной жизни: в учебе, труде, в общении с людьми. Физическая культура и спорт вносят свой вклад в формирование всесторонне развитой личности. [6, с. 82].

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

Рассмотрим возможности занятий физической культуры для формирования духовно-нравственных установок личности школьника в условиях современной школы.

Нравственное воспитание.

На учебных занятиях, тренировках, а особенно во время спортивных соревнований учащиеся переносят большие физические и моральные нагрузки: быстро меняющаяся обстановка, сопротивление соперника, зависимость результата спортивных соревнований от усилий каждого члена команды, умение подчинить свои интересы интересам коллектива, неукоснительное выполнение определенных правил спортивных соревнований, уважительное отношение к сопернику содействуют формированию у них таких черт характера, как сила воли, смелость, самообладание, решительность, уверенность в своих силах, выдержка, дисциплинированность.

Умственное воспитание.

На занятиях физической культурой и спортом учащиеся приобретают знания о рациональных способах выполнения двигательных действий, об использовании приобретенных навыков в жизни, усваивают правила закаливания организма, обязательные требования гигиены. Развиваются наблюдательность, внимание, восприятие, повышается уровень устойчивости умственной работоспособности.

При правильной организации занятия физической культурой могут стать важным средством в предупреждении переутомления, нервных срывов и неврозов при подготовке к экзаменам. Исследования показывают, что занятия физическими упражнениями способствуют совершенствованию органов чувств, мышечно-двигательной чувствительности, зрительного и слухового восприятия, развитию памяти, особенно зрительно – двигательной.

Трудовое воспитание.

Сущность трудового воспитания в систематическом и планомерном развитии качеств и свойств личности, определяющих подготовку человека к жизни, к общественно полезному труду. В процессе подготовки и проведения занятий необходимо обращать внимание на коллективную расстановку и уборку снарядов, оборудования, инвентаря, участие в общих работах по благоустройству площадок, выполнению производительного труда в период нахождения в оздоровительно – спортивных лагерях и т.д.

Трудолюбие также воспитывается непосредственно в процессе занятий физическими упражнениями и спортом, когда занимающиеся для достижения максимального результата, преодолевая усталость, многократно выполняют физические упражнения. Целеустремленность, многократное выполнение физических упражнений для настойчивости в достижении цели переносятся в последующем и на трудовую деятельность.

Эстетическое воспитание.

В физической культуре и спорте заключены огромные возможности для эстетического воспитания человека, развития способности воспринимать, чувствовать и правильно понимать прекрасное в поступках, в красоте совершенных форм человеческого тела, в доведенных до степени искусства движениях гимнаста, акробата, прыгуна в воду, фигуриста. Выполнение упражнений под музыку в художественной гимнастике, фигурном катании способствует развитию музыкальной культуры. Занятия туризмом, альпинизмом, парусным и другими видами спорта позволяют понимать и чувствовать прекрасное в природе.

Многие люди приобщаются к спорту не только из стремления укрепить здоровье или установить рекорды, их привлекает эстетическое удовольствие от занятий, от возможности постоянно созерцать прекрасное и создавать его в виде совершенных по красоте движений.

Связь занятий физическими упражнениями с эстетическим воспитанием имеет двойственный характер, так как позволяет не только формировать внешне прекрасный образ, но и одновременно влиять на воспитание морально – волевых качеств, этических норм и поведения в обществе.

Рассмотрим роль физической культуры и спорта в духовном воспитании трудных подростков. Занятия спортом всегда привлекали подростков.

Занятия спортом преобразуют любого человека, помогают преодолевать себя, свою собственную слабость, вырабатывать в себе не только силовые, но и волевые качества. Занятия спортом - это порой единственный способ найти подход к трудному подростку.

В ходе регулярных занятий у подростков формируются такие качества как: честность, трудолюбие, инициативность, выдержанность. Для закрепления всего этого надо предусматривать развитие и совершенствование у подростков навыков самовоспитания, саморазвития и контроля, как в основных видах деятельности, так и в учебной и спортивной. Со временем трудный подросток начинает понимать, что если он желает победить, то он должен контролировать свою собственную агрессию, развивая при этом волю и обращать внимание на моральную сторону спортивных занятий.

Очень важна во всем этом роль тренера, педагога, учителя. Так как любые физические нагрузки должны быть дозированными к каждому подростку должен быть индивидуальный подход. Очень важно при этом не перегружать организм, учитывать все возрастные и физические возможности подростка.

Если же занятия носят групповую форму (футбол, волейбол, баскетбол) то зачастую в таких видах спорта трудные подростки стараются завоевать лидерское место или место капитана команды. Спорт обладает большим потенциалом социального развития. В процессе занятия физической культурой или спортом вырабатывается способность усваивать существующие правила и нормы общественного поведения.

В ходе нескольких исследований было отмечено, что у подростков которые активно были вовлечены в занятия спортом и физической культурой вырабатывается режим дня, наблюдается высокая эмоциональная устойчивость, рождается чувство долга, ответственности.

Примером для подражания может стать знаменитый спортсмен, достигший высоких результатов в спорте. Например, бронзовый призер Олимпийских игр в Афинах тяжелоатлет Глеб Писаревский посетил Архангельскую воспитательную колонию для трудных подростков в Архангельской области (п. Талаги, Приморский район). В целях популяризации и развития спорта он провел массовое мероприятие «Зарядка с чемпионом», показал комплекс физических упражнений с воспитанниками колонии, а также проверил их силовую выносливость.

Главное для трудного подростка – найти вид спорта или комплекс упражнений, который доставлял бы ему удовольствие. Таким спортом может стать каратэ Кёкусинкай. Данный вид спорта включает в себя весь комплекс необходимых составляющих для духовного воспитания личности подростка. Среди этих составляющих могут быть выделены оздоровительная, духовно-волевая, духовно-нравственная, которые должны развиваться и совершенствоваться во время занятий учащихся-подростков данным видом боевых искусств Востока в единстве и неразрывной взаимосвязи. [2, с. 1].

В условиях муниципального автономного общеобразовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа № 10» реализуется модульная программа курса внеурочной деятельности на всех уровнях образования «Выше, быстрее, сильнее», одним из модулей которой является «каратэ Кёкусинкай». Образовательный и воспитательный потенциал данного программного продукта направлен на создание условий для целенаправленного процесса формирования у детей и подростков, высоких патриотических, морально, психологических и физических качеств, привычек поведения и

действий в соответствии с предъявляемыми обществом социальными и педагогическими требованиями.

Реализация данного курса опирается на традиционную систему воспитания, используемую в боевых искусствах Востока. На основе изучения сложившейся системы воспитания в восточных единоборствах была определены цель образовательного процесса: развитие и воспитание растущей личности, ее ценностных ориентиров, раскрытие творческого потенциала и индивидуальности.

На современном этапе каратэ называют не только спортом, но и искусством с особой философией. Этот стиль является средством совершенствования физического мастерства, который преобразовался в способность объединения тела и духа в единое целое. Знания мастеров древности прежде тайные методики преподавания боевых стилей стали более доступными для населения западного полушария, породив громадный всплеск интереса к восточной философии и, к сверхчеловеческим способностям выдающихся специалистов боевых искусств.

В процессе построения стройной системы оборонительных методик огромное значение для овладения способами ведения боя и их применения имеет сила духа и познание собственного внутреннего потенциала. Настойчивые поиски путей повышения мастерства ведут к избавлению от чувства страха даже в самых жарких ситуациях боя и умения полностью концентрироваться на его текущем моменте. В целях развития контроля над эмоциями мастера каратэ закаливают себя систематическими тренировками, заставляют преодолевать физическую боль, развивая тем самым силу духа, учась преодолевать стресс.

В конечном итоге каратэ прекрасное средство совершенствования физического состояния человека и повышение его духовных сил, способ выражения своего эстетического потенциала посредством физической активности. Занятия по каратэ предполагает проведение теоретических и практических занятий, цель которых предусматривает формирование жизненно важных двигательных навыков и умений, расширение границ двигательной активности школьников, воспитание волевых качеств, укрепление здоровья учащихся, содействие физическому и нравственному воспитанию и развитию детей.

В условиях обучения подростков каратэ Кёкусинкай необходимо проводить тренировки таким образом, чтобы обеспечивалась не только наиболее эффективная «техническая» подготовка учащихся (владение в совершенстве отдельными приёмами и конкретными техниками), но и достигался максимально возможный оздоровительный эффект, духовно-нравственный и духовно-волевой «рост» учащихся, что в комплексе будет способствовать развитию лучших индивидуальных качеств каждого занимающегося и достижение им максимальных результатов на соревнованиях.

В карате и других боевых искусствах всегда уделялось особое внимание духовному и нравственному развитию человека. В основу всех боевых искусств положена философия добра, мира и спокойствия. Овладевая боевыми искусствами, человек обретает спокойствие, начинает трезво и рационально мыслить, ясно видеть суть вещей, становится менее агрессивен. Единоборства воспитывают характер, закаляют волю и ведут человека к дальнейшему самосовершенствованию. Вначале это происходит на подсознательном уровне, однако затем изменения быстро становятся видны окружающим.

Занятия единоборствами приводят к достойному поведению в обществе, умению правильно держать себя в любых условиях и соблюдать этические нормы. Следует отметить и такую черту карате, как непереносимое уважение к старшим и наставникам.

У современного карате есть и еще одна особенность: занятия им не следует превращать в самоцель. Это всего лишь средство осуществления иных, больших задач и эффективный инструмент самосовершенствования. То, что человек получает от единоборств, должно быть не только направлено вовнутрь, но и оказаться полезным для всего общества.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Физическая культура является мощным средством духовного становления личности. Физическая культура и спорт может не только развивать физические качества, формировать интеллектуальные способности, но и формировать научное мировоззрение, гражданственность, активное отношение к труду, эстетические и нравственные качества.

Роль физической культуры в формировании личностных качеств усиливается в связи с самой ее социальной сущностью, гуманистическими функциями, возможностями развития целого ряда основ духовности человека. Высокий эмоциональный фон выполнения различных физических упражнений, особенно в форме эмоционально окрашенных соревнований, способствует развитию склонности к сопереживанию, взаимопомощи, при выполнении дружных коллективных действий, взаимной ответственности за достижение общих целей.

Все это в существенной мере возрастает на фоне общественных потрясений, глубинных социально-экономических преобразований в нашем обществе, изменений его структуры. Средства физической культуры, определяющие здоровый образ жизни, достижение физического совершенства, развитие многих человеческих достоинств, органически связанных с понятиями общей культуры, общечеловеческих ценностей, духовности. Регулярность занятий физической культурой определяется добровольным желанием человека, личным отношением к данным занятиям, которые, укрепляясь в сознании и привычках, также становятся личностными чертами.

У каждого человека, да и для общества в целом нет большей ценности, чем здоровье. Неуклонно возрастает значение физической культуры и спорта, внедрения их в повседневную жизнь. Занятия физической культурой и спортом готовят человека к жизни, закаляют тело и укрепляют здоровье, содействуют его гармоничному физическому развитию, способствуют воспитанию необходимых черт личности, моральных и физических качеств, необходимых в будущем детям в их профессиональной, трудовой и оборонной деятельности.

Таким образом, физическая культура представляет собой сложное общественное явление, которое не ограничено решением задач физического развития, а выполняет и другие социальные функции общества в области морали, воспитания, этики. Современное общество заинтересовано в том, чтобы молодое поколение росло физически развитым, здоровым, жизнерадостным. Задача учителя физической культуры - помочь ему в этом, используя все свои знания и личный пример.

ЛИТЕРАТУРА

1. Концепция преподавания учебного предмета «Физическая культура» в образовательных организациях Российской Федерации, реализующих основные общеобразовательные программы.//30.12.2019
2. Головнин А. А. Воспитание подростков средствами каратэ Кёкусинкай: оздоровительная, духовно-волевая и духовно-нравственная составляющая тренировок. //https://cyberleninka.ru
3. Гончаров, В.Д. Физическая культура в системе социальной деятельности/ В.Д. Гончаров//. - СПб., 1994. - С. 193. 2. Ионин, Л.Г. Социология культуры/ Л.Г. Ионин//.- Москва., 2006. -С.280 .
4. Морозова Е.В. Физическая культура как составная часть общей культуры личности / Е.В. Морозова // Вестник Удмуртского университета. - 2003. - №10. - С.161.
5. Социальные и биологические основы физической культуры: Учебное пособие / Отв. ред. Д.Н. Давиденко. - СПб, 2001. - С.208 .
6. Николаев Ю.М. Теория физической культуры: функциональный, ценностный, деятельностный, результативный аспекты / Ю.М. Николаев. - СПб.: СПбГАФК им П.Ф. Лесгафта, 2000. - С.456.
7. Ильинич В.И. Физическая культура студента / В.И. Ильинич. - М.: Гардарики, 2008. - С.463.
8. Паначев В.Д. Спорт и личность: опыт социологического анализа / В.Д. Паначев // СОЦИС. - 2007. - №11. - С.125-128.
9. Педагогическая энциклопедия / ред. И.А. Каиров, Ф.Н. Петров, Ф.Ф. Королев // - М. : Советская энциклопедия, 1968. - С.880 .
10. Голощапов Б.Р. История физической культуры и спорта / Б.Р. Голощапов// Москва, «АСАДЕМА», 2001.-С. 192.
11. Лесгафт П.Ф. Избранные труды / П.Ф. Лесгафт// Москва, Физкультура и спорт.- 1987 .- С. 299.
12. Выдрин В.М. Спорт в современном обществе/ В.М. Выдрин// Москва, Физкультура и спорт.- 1980.- С.292.