

ПРОБЛЕМЫ СОВРЕМЕННОГО ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

Турабов А.С. преподаватель,

Наваиский Государственный институт, г. Наваи, Узбекистан

Аннотация. Физическое воспитание и спортивная подготовка молодёжи является очень актуальным. В данной статье анализируются и указываются основные проблемы физического воспитания и спорта.

Ключевые слова: воспитание, молодое поколение, физическая культура, спорт, развитие, проблемы, здоровье, знания.

Summary. Physical education and sports training for young people is very relevant. The article analyzes and indicates the main problems of physical education and sports.

Key words: upbringing, young generation, culture, sport, development, problems, health, knowledge.

Физическая культура – это часть (подсистема) общей культуры человечества, которая представляет собой творческую деятельность по освоению прошлых и созданию новых ценностей преимущественно в сфере развития, оздоровления и воспитания людей. Известно, что в целях развития, воспитания усовершенствования человека физическая культура использует возможности индивидуума, естественные силы природы, достижения наук о человеке, конкретные научные результаты и установки медицины, гигиены, анатомии, физиологии, психологии и др.

Устойчивость уровней физической и технической подготовки достигается правильным планированием и проведением тренировок. При этом нужно учитывать принципы физического воспитания и тренировок: научности, всесторонности, сознательности и активности, повторности и систематичности, постепенности, доступности, коллективности в сочетании с индивидуализацией.

Повышенное внимание к использованию средств оздоровительной физической культуры (ОФК) как никогда актуально сегодня. На период конца 2016 года у 40-60 % школьников начальных классов отмечается нарушение осанки, у 30-40% — отклонения в сердечно-сосудистой системе. 55% девочек и 20% мальчиков имеют избыточный вес [1].

Думается, что естественное стремление кафедр решить поставленные задачи сегодня, и в будущем столкнется с рядом проблем, детерминированных нашим прошлым, с его «гонкой» за объемами и цифрами, фундамент которых огромное количество противоречий:

- разнообразие мотивов, социально и личностно значимых потребностей, чрезмерная унификация содержания, форм, методов, средств обучения воспитания;

- необходимость формирования потребностно -мотивационной сферы студентов в процессе физкультурно-спортивной деятельности и предписывающий, регламентирующий характер ее организации, в которой ограничен учет интересов, духовной культуры личности;

- большие потенциальные возможности эмоционально-эстетического развития в физкультурно-спортивной деятельности и их низкий содержательно-эмоциональный компонент, объединяющий и ограничивающий ее привлекательности;

- стремление молодежи к состязательности, сравнению своих способностей и возможностей в различных сферах физической культуры, спорта и ограниченное, регламентированное включение ее в соревновательную деятельность, преимущественно в рамках обязательного курса «Физическая культура»;

- стремление молодежи к самосовершенствованию и саморазвитию и отсутствие необходимых знаний, операционных умений, самоуправления и методически обоснованного само программирования своей деятельности;

- наличие программно-целевой основы всего учебно-воспитательного процесса и отсутствие необходимого содержательного обеспечения и профессиональной направленности учебных занятий и вне учебной физкультурно-спортивной деятельности по ряду направлений профессионального обучения [2].

Неразрешенность отмеченных и других противоречий привела к тому, что на сегодняшний день физическое образование и воспитание студенчества не оправдывает социальных ожиданий.

Негативные результаты усугубляются снижением возможностей полноценного питания, нерационального расписания учебных занятий, отсутствием действенной профилактики медицинского обслуживания, необходимостью подработки студентов для обеспечения прожиточного бюджета и др. Как результат – состояние здоровья, физическая подготовленность студентов старших курсов к завершению профессионального обучения существенно ухудшается. К физическому воспитанию приобщается лишь незначительная часть выпускников. Резко ограничивается на 3-5 годах обучения участие студентов в спортивной деятельности.

Все это приводит к тому, что в процессе профессиональной деятельности состояние здоровья ограничивает многим выпускникам возможность

полноценной реализации своего творческого потенциала, сокращает их творческое долголетие.

Вузовская физическая культура, играющая роль в гуманитарной подготовке специалиста, представляет для студенческой молодежи особую, превосходящую ценность, восполнить которую в последующие годы в полной мере невозможно.

Особая роль физической культуры отведена в процессах профессионально-прикладной физической подготовки, цель которой – развитие тех качеств, умений, навыков и специальных навыков, которые будут положительно влиять на конкретные трудовые, рекреационные процессы и действия. Так, физическое воспитание, органически связанное с идейно-нравственным воспитанием, формирует высокие личностные качества человека и гражданина.

Нормальное физическое развитие способствует нормальному развитию таких качеств, как память, внимание, высокие уровни устойчивости, восприятие, наблюдательность, умственная работоспособность. На занятиях по физическому воспитанию индивидум усваивает рациональные приемы жизнедеятельности, рациональных действий, правила личной и общественной гигиены, закалывания и т.п., что положительно влияет на умственное развитие, на процесс умственного воспитания, интеллект.

Список литературы:

1. Евсеев, Ю. И. Физическая культура / Ю. И. Евсеев. – Изд. 5-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2008. – 378 с.: ил. – (Высшее образование).
2. Виленский, М. Я. Физическая культура и здоровый образ жизни студента: учебное пособие / М. Я. Виленский, А. Г. Горшков. – 2-е изд., стер. – Москва: КНОРУС, 2012. – 240 с. – (Бакалавриат). УДК 796.011.1
3. Mamirova, D. T. (2022). РОЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНОЙ ПОДГОТОВКЕ В ВУЗАХ ИСКУССТВА И КУЛЬТУРЫ. *Journal of Integrated Education and Research*, 1(6), 107-113.
4. Мамирова, Д. Т. (2019). Влияние Восточного наследия на формирование совершенствования личности. *Научный вестник Наманганского государственного университета*.
5. Мамирова, Д. Т. (2019). Взаимосвязь физической культуры и воспитания профессионального мастера в подготовке будущих специалистов актерского профиля. *Физическая культура: воспитание, образование, тренировка*, (2), 18-19.
6. Tavakulovna, M. D. (2019). Osnovy organizatsii i upravleniya massovymi vidami sporta v sisteme nepreryvnogo obrazovaniya. *Uchenyye zapiski universiteta Lesgafta*, (7), 173.