

осознается основной массой российского общества. Этот факт является свидетельством завершения формирования общественного заказа на образование [5].

На гимназию возлагалась двоякая задача: с одной стороны, ученики, закончившие полный гимназический курс, могли поступать на гражданскую службу, а с другой - только классическая гимназия открывала двери для поступления в университеты.

Список литературы:

1. Высочайше утвержденный устав гимназий и прогимназий ведомства Министерства народного просвещения от 19 ноября 1864 года // 2-ПСЗРИ. – Том 39. Отд. 1. № 41472. – С. 167-179.
2. Высочайше утвержденные изменения и дополнения в устав гимназий и прогимназий Высочайше утвержденный от 19 ноября 1864 года от 19 июня 1971 года // 2-ПСЗРИ. Том 46. Отд. 1. № 49744. – С. 903-911.
3. Рождественский С.В. Исторический обзор деятельности Министерства народного просвещения. 1802-1902. СПб: 1902. – 785 с.
4. Сысоева Е.Н. Правовые аспекты светского образования в Российской империи в XIX веке // Современное общество и право. 2014. № 4 (17). С. 32-36.
5. Хабалева Е.Н. Особенности организации начального образования в Российской империи во второй половине XIX – начале XX века (на примере Орловской губернии) // Научный диалог. - 2015. № 8(44). С. 97-114.

Понкратова Евгения Юрьевна

*студентка 1 курса факультета информационных технологий и системного анализа
ФГБОУ ВПО «Орловский государственный институт экономики и торговли»
e-mail: evgeniyaponkratova@mail.ru*

Научный руководитель:

Хабалева Екатерина Николаевна

*старший преподаватель кафедры истории, философии, рекламы и связей с общественностью
ФГБОУ ВПО «Орловский государственный институт экономики и торговли»
e-mail: katya.e2011@yandex.ru*

УДК 796:378.17

Новикова Х.В., Якушева М.Д.

ВЛИЯНИЕ СПОРТА НА ФОРМИРОВАНИЕ ЛИЧНОСТИ

Физическое воспитание является эффективным инструментом формирования личности в современных условиях. Умение преодолевать трудности, справляться с поражениями и победами, подчиняться режиму регулярных тренировок способствует проявлению таких качеств характера, как упорство и умение рационально распределять силы.

Ключевые слова: спорт, личность, целеустремленность, воля, решительность, физические качества.

Помимо того, что спорт и физическая культура являются средствами физического совершенствования, формой проведения досуга, а главное - укрепляют здоровье человека, они оказывают значительное влияние и на другие стороны нашей жизни. Например, на нравственные и интеллектуальные качества, на трудовую деятельность, на формирование воли и также на наше собственное самосовершенствование.

Проведение регулярных и целенаправленных физических нагрузок, тренировок или же просто занятий физической культурой, помимо воспитания в себе определенных умений, навыков и физических качеств, также подразумевает формирование личности, его психических качеств, свойств и черт характера. В ходе физического воспитания возникает формирование физических качеств человека происходит методом прогнозирования жизненных ситуаций, проиграть которые возможно с помощью физических упражнений, спортивных и особенно игровых ситуаций.

Абсолютно всем очевиден тот факт, что, занимаясь спортом, человек в первую оче-

редь совершенствуется, тем самым укрепляет свой организм. Он контролирует себя полностью: свое тело, свою способность управлять движениями и двигательными действиями. А это имеет огромное значение. Еще в далеком 1927 году в первой отечественной монографии, которая была посвящена психологии спорта, российский и советский психолог Александр Петрович Нечаев писал: «Пора, наконец, признать, что нельзя говорить о полном воспитании там, где отсутствует воспитание движений. Ловкость, выносливость и настойчивость, в известном смысле, могут быть названы мускульными добродетелями, а утомляемость, апатия, капризное настроение, скука, беспокойство, рассеянность и неуравновешенность – мускульными пороками».

Без всякого сомнения, можно смело сказать, что спорт – это одно из значимых средств воспитания собственных движений, улучшение их деликатной и четкой координации, развитие нужных двигательных физических качеств. Но помимо этого, в процессе занятия физической культурой укрепляется характер человека, его воля, поднимаются навыки управления собой, вырабатывается качество быстрого и правильного ориентирования в затрудненных ситуациях, а также способность разумно рисковать или же воздерживаться от риска. Когда спортсмен проводит свои тренировки с кем-либо (будь то товарищ или соперник), он обогащается опытом человеческого общения, расширяет свой кругозор.

Благодаря этому люди приобретают мощь, быстроту и осторожность, отвагу, умение одержать победу и принимать поражение, а также радоваться победам других – все эти наилучшие физические и волевые свойства, которыми спорт одаряет, соответствуя, конечно, личным качествам каждого, кто к нему приобщается? И пусть все понимают, что суть спорта в воспитании нового человека, гармонически сочетающего в себе духовное богатство, моральную чистоту и физическое совершенство, значительна и высока, нелишне привести примеры высказываний тех людей, которые достигли высоких результатов в этой сфере, стали известными, добились всеобщей признательности общественности, а главное – достигли своих личных целей.

«Чтобы стать спортсменом, достичь каких-то высот, надо полюбить свой вид спорта – мысль эта очевидна», – эти слова принадлежат выдающемуся советскому хоккеисту, заслуженному мастеру спорта СССР, двукратному олимпийскому чемпиону и восьмикратному чемпиону мира Валерию Борисовичу Харламову. Его имя знают все, он был одним из ведущих хоккеистов 70-х годов, который добился всеобщего признания не только в своей стране, но и за ее пределами.

Систематическое сознательное преодоление своих собственных трудностей, которые связаны с постоянным занятием спортом (например, такие трудности, как ощущение боли или преодоление утомления и продолжение тренировки дальше) вырабатывают в человеке уверенность в собственных действиях и поступках, выносливость, веру в себя и в свои силы.

Абсолютно в любом виде спорта состязания проводятся при соблюдении определенных ужесточенных правил, которые обуславливают не только сам процесс соревнований, но и готовность к ним. Эти правила устанавливают психологическую готовность спортсмена. Они требуют от него в каждом виде спорта определенных проявлений физических достоинств, определенных качеств мышления, силы воли, разрешенного уровня психологического возбуждения. Нужда в неоднократном проявлении качеств и достоинств неминуемо приведет к их самосовершенствованию. Спортсмен трудится над улучшением своей силы, эластичности, устойчивости, быстроты, над правильностью выполнения упражнений. Он формирует умение выкладываться полностью, даже когда силы на исходе или просто нет желания. К тому же он получает умение управлять своим настроением, справляться с сильным волнением, вызывать в себе состояние приподнятости, вдохновения, то есть овладевает умением самоуправления, самоконтроля эмоциями, тренирует свою волю. Всё это спортсмен делает сознательно, для того чтобы достичь наилучших результатов на соревнованиях. Таким образом, совершенствуясь в спорте, человек совершенствуется всесторонне. А это, вообще, нужно не только для спорта.

Большинство людей наивно предполагают, что в спорте самосовершенствование затрагивает лишь физическое развитие. Мол, «сила есть - ума не надо». Это суждение является обманчивым. Данное высказывание не один раз ставило в тупик тех, кто действительно не обделен силой. В наши дни даже самые ярые сторонники этой фразы остерегаются применить расхожую формулу. Относится ли она, допустим, к теннису? С помощью только силы, выдержки, быстроты, умением подавать мяч и бить его с отскока победы в теннисе не достигнешь. Тут нужно применять мышление, уметь разгадать тактику соперника и его намерения, необходимо быть скрытным в действиях, навязывать свою игру. Также умение думать, рассуждать необходимо и в футболе, и в волейболе, и в хоккее, и в баскетболе, и во многих других видах спорта. Так что данную фразу смело можно считать неверной.

Психологи выделили основные качества, которыми должен обладать настоящий спортсмен: настырность и целеустремленность, отважность и решительность, инициативность, выдержанность, а главное - обладание собой. Но стоит отметить, что этими качествами следует обладать не только спортсмену, но и каждому человеку, для того чтобы с легкостью добиваться поставленных жизненных целей.

Целеустремленность – сознательная и активная направленность личности на определенный результат деятельности. Целеустремленный человека отличается от других тем, что он точно знает, чего хочет. Он ставит перед собой задачу и, несмотря на любые преграды, идет к ней. Развивая это качество в спорте, человек использует его и дальше. Если рассмотреть это на примере студента, то он использует это качество в своей профессиональной подготовке, когда требуется внимательность на лекциях, то есть он осуществляет движение к своей цели – получение качественного образования по выбранной специальности.

Также спорт помогает оценивать себя. Как это работает? Сейчас узнаем. Каждый человек является частью определенного коллектива. И совершенно понятно, что каждый день он оценивает в плане того, какую пользу он приносит, т.е., насколько он полезен обществу, какие функции выполняет и что дает окружающим его людям. А особо оценивается молодыми людьми не только то, что и как он делает сейчас, но и то, что он даст обществу в будущем. На осознание конечной цели человека, которую он хочет достичь, и влияют эти факторы, что и как он делает сейчас. В психологи данная цель имеет название - уровень притязаний человека. Из этого можно сделать вывод, что уровень притязаний - это то, к чему человек стремится, чего он действительно хочет и на что имеет свои права. И этот самый уровень притязаний и есть то условие, которое побуждает человека к определенной деятельности и определяет заданные цели.

Американский психолог Джемс предложил следующую формулу успеха: самоуважение = притязанию. Из предложенной им формулы вполне понятно, что чем больше успеха достигает человек, тем выше его самоуважение (т.е. самооценка). Но личная оценка успеха определяется достижением намеченного результата. Чем данная цель выше, тем серьезнее планы человека, и чем ему труднее их выполнить, тем ниже самооценка.

Следовательно, из этого можно извлечь следующий вывод. Спорт оказывает влияние на формирование самой важной черты человека, в большей степени определяющей результат, полезность деятельности человека, - это его плодотворность и вклад в общее дело. Но к тому же это влияние может быть разнонаправленным, это связано с протеканием жизни этого человека в спорте. Разносторонность в спорте помогает формировать и самооценку личности.

Самооценка воздействует почти на все сферы жизни человека. Она влияет на поведение и деятельность людей, определяют их значимость как членов общества. Конечно, система основных, ключевых отношений человека определяется не только самооценкой, но и другими социальными критериями и факторами. Но все-таки нет причин пренебрегать ролью самооценки. Для того чтобы удостовериться в этом, достаточно просто представить влияние противоположных (полярных) самооценок на черты характера человека, определяющиеся основными его отношениями.

Спорт для человека – это по-настоящему любимое дело, которое много значит для него. Поэтому общая самооценка спортсмена обычно формируется из своих спортивных возможностей, результатов и перспектив. Когда человек добивается своих целей в спорте, он начинает с уважением относиться к себе, начинает себя любить. Из этого следует, что, высоко оценив себя как спортсмена, он переносит эту оценку и на свою личность как на члена общества.

Спорт способствует тому, что поведение и общение человека расширяются, становятся богаче. Совершенствуемое в ходе занятий спортом умение быть с людьми, взаимодействовать и общаться с ними переносится на другие сферы жизнедеятельности.

Наверное, когда спорт и вся спортивная деятельность в целом не рассматриваются как самое важное в жизни, тогда и возникают воля, самосовершенствование, способы общения, подобающее поведение, объективная самооценка и многое другое.

Список литературы:

1. Паначев В.Д. Спорт в системе физической культуры общества: учеб.пособие. – Пермь: Изд-во ПГТУ, 2013. – С.128-212.
2. Захарова Е.Л. Как спорт помогает оценивать себя [Электронный ресурс]. – 2010. – №25. – С. 65-89. – Режим доступа: <http://works.tarefer.ru/90/100007/index.html>.
3. Григорович Е.С., Романов К.Ю. Физическая культура: учеб .пособие/ Е.С. Григорович, В.А. Переверзев– 3-е изд.– Минск : Высшая школа, 2011. – 352 с.
4. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии: учеб. пособие. – СПб.: Мастера психологии, 2012 –159 с.
5. Матвеев Л.П. Влияние спорта на формирование воли. – М.: Физкультура и спорт. – 1987. – 318с.

Новикова Христина Викторовна

ст. преподаватель кафедры физической культуры

ФГБОУ ВПО «Орловский государственный институт экономики и торговли»

e-mail: alexeydolzhikov90@mail.ru

Якушева Марина Дмитриевна

студентка 2 курса факультета информационных технологий и системного анализа

ФГБОУ ВПО «Орловский государственный институт экономики и торговли»

e-mail: marina-jaku@rambler.ru

УКД 316.612

Новикова Х.В., Борзенкова Д.И.

РОЛЬ СЕМЬИ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ РЕБЕНКА

В статье рассматривается вопрос о правильном физическом воспитании ребенка. Этому следует уделять повышенное внимание, так как здоровье является основой счастья, а все родители желают видеть своих детей счастливыми и здоровыми. Авторы приходят к выводу, что от родителей во многом зависит, насколько их ребенок будет развит физически. Очень важно уделять необходимое количество внимания досугу ребенка, в который должны обязательно входить мероприятия спортивно-развлекательного характера. Важно поддерживать интерес ребенка к выбранному виду спорта, разделять его энтузиазм и радоваться его достижениям.

Ключевые слова: правильный режим дня, процедуры закаливания, утренняя гимнастика, режим питания, двигательная активность.

В деле воспитания положительного отношения к физической культуре очень велика роль семьи. Правильное физическое воспитание детей предполагает постоянное заботливое и бережное отношение к их здоровью в семье. Следует стремиться к четкому распорядку жизни и деятельности детей. Для этого следует установить правильный двигательный режим,