

Автушенко С.В. Роль физической культуры в формировании личности // Академия педагогических идей «Новация». Серия: Студенческий научный вестник. – 2019. – №5 (май). – АРТ 410-эл. – 0,2 п.л. - URL: <http://akademnova.ru/page/875550>

РУБРИКА: ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ

УДК 796.011.1

Автушенко Сергей Вячеславович

студент 1 курса факультета подготовки специалистов
юридического института

Научный руководитель: Рогожников Максим Алексеевич

ФГКОУ ВО «Санкт-Петербургская
академия Следственного комитета Российской Федерации»,
г. Санкт-Петербург, Россия

e-mail: avtushenkosergeyy@rambler.ru

**РОЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ФОРМИРОВАНИИ
ЛИЧНОСТИ**

Аннотация: В данной статье рассматривается влияние физической культуры на процесс становления личности. Делается вывод о значимости физической культуры для формирования личностных качеств.

Ключевые слова: личность, физическая культура, тренировки.

Avtushenko Sergey Vyacheslavovich

1st year student, faculty of training of specialists
of law institute Supervisor: M. Rogozhnikov, PhD, Associate Professor
FSTEIHE «St.Petersburg Academy of the Investigative Committee of the
Russian Federation»
Saint-Petersburg, Russian Federation
e-mail: mrogozhnikov89@gmail.com

**THE ROLE OF PHYSICAL CULTURE IN THE FORMATION OF
PERSONALITY**

Abstract: This article deals with the influence of physical culture on the process of formation of personality. The conclusion about the importance of physical culture for the formation of personal qualities.

Key words: personality, physical culture, workout.

Актуальность данной темы во многом обуславливается тем, что такой вид культуры, как физическая культура, является крайне значимым для развития и реализации потенциала личности. Последние исследования показывают, что общество и личность уделяют малое внимание физической культуре, как ценности, а также абсолютизируют задачи телесно-физической интерпретации данного вида культуры. Данные тенденции негативно сказываются на обществе, и, как следствие, мы видим сокращение трудоспособного населения, снижение средней продолжительности жизни, рост уровня алкоголизма и наркомании среди всего населения и многое другое.

Физическая культура и спорт с давних лет присутствуют в жизни человека в той или иной форме. Примером тому может служить Древняя Греция со значительным разнообразием видов спорта. Стоит отметить, что с давних пор у многих народов сложились свои уникальные виды спорта, а некоторые из них впоследствии смогли стать международными.

При рассмотрении физической культуры как процесса и результата деятельности можно понять, что она способна оказать огромное влияние на формирование личности. Добиваясь успехов в спорте, человек совершенствует не только своё тело, но и развивает личностно-значимые качества, такие как воля и целеустремлённость умение анализировать, обобщать и объяснять знания; формирует в себе гражданственность, активное отношение к труду, эстетические и нравственные качества; учится лучше контролировать себя.

В XXI веке с распространением глобальных информационных сетей становится проще искать необходимую информацию в том числе о спорте и физической культуре. Кроме того, статистика показывает, что всё большее число молодых людей с помощью интернета находит для себя дополнительные мотивы начать и продолжать заниматься различными видами физической активности, начиная от командно-спортивных игр на любительском уровне, заканчивая достижением значительных результатов в серьёзном спорте и превращением спорта в основной вид своей деятельности.

Как уже было отмечено ранее, достижение серьёзных результатов в спорте помогает развивать волю и целеустремлённость. Нельзя, однако, утверждать, что занятия физической культурой на любительском уровне не влияют на развитие личностных качеств. Так, например, командные игры, помогают развивать навыки социального взаимодействия. С помощью

командных игр личность учится взаимодействовать в команде, достигать общезначимых результатов. Одновременно с этим, ведение игровой статистики стимулирует человека проявлять инициативу и активность на поле, что отражается на результативности личности в других видах деятельности.

Подводя итог, хочу отметить, что гармонично развивающаяся личность – это личность в равной степени занимающаяся как умственной, так и физической деятельностью. Именно поэтому, на мой взгляд, каждый человек должен заниматься спортом хотя бы несколько раз в неделю. Физическая активность помогает развивать физические и личностные качества человека, снять напряжение, стресс и негативные эмоции, которые накапливаются во время тяжёлой трудовой недели.

Список использованной литературы:

1. Кокоулина О.П. Занятие физической культурой и спортом как фактор развития личности//Инфраструктурные отрасли экономики: проблемы и перспективы развития. №2. 2013. С.160-166
2. Курасбедиани З.В. Физическая культура как фактор формирования личности// Научные ведомости Белгородского государственного университета. Серия: Философия. Социология. Право. 2008. С. 191-196.

Дата поступления в редакцию: 12.05.2019 г.

Опубликовано: 13.05.2019 г.

© Академия педагогических идей «Новация». Серия «Студенческий научный вестник», электронный журнал, 2019

© Автушенко С.В., 2019