

Павлов Д.В.

*Научный руководитель - ст. преподаватель О.Н. Уколова  
Муромский институт (филиал) федерального государственного образовательного  
учреждения высшего образования «Владимирский государственный университет  
имени Александра Григорьевича и Николая Григорьевича Столетовых»  
602264, г. Муром, Владимирская обл., ул. Орловская, 23*

### **Спорт как средство эстетического воспитания**

Человек сложная система, он многомерен. С научной точки зрения человек — уникальный продукт длительного развития дикой природы и в то же время результат космической эволюции самой природы. В то же время человек рождается и живет в обществе, в социальной среде. Он обладает удивительной способностью мыслить, благодаря чему существует его духовный мир, духовная жизнь. Общество опосредует отношение человека к природе, и поэтому рождение человека становится подлинно человеческим лишь тогда, когда оно втягивается в общественные отношения. Эти истины позволяют нам говорить о человеческой природе как о природном и социальном единстве [1]. Как биосоциальное существо каждый человек, помимо потребности в пище, воде, сне, крове (то есть физиологических потребностей, обеспечивающих нормальное функционирование живого организма), испытывает потребность в индивидуальных интересах, способностях, познании гармонии, внутренней покой, а также познание красоты окружающей действительности. Удовлетворяя эту эстетическую потребность, человек обогащает свой внутренний мир, накапливает духовные ценности и совершенствует себя. Это означает, что вы постепенно становитесь человеком со своим уникальным набором убеждений, идеалов и принципов.

Физическая культура и спорт создают наиболее благоприятные условия для эстетического воспитания, целостного и гармоничного развития личности. При выполнении физических упражнений формируется красивая осанка, совершенствуется форма тела, развивается понимание простоты и грациозности движений. Все это способствует развитию у человека эстетических чувств, вкусов и представлений. В свою очередь, человек с высоким уровнем эстетического вкуса обладает способностью правильно понимать и оценивать «красивое». Его деятельность направлена на создание эстетических ценностей, которые можно выразить через физическую активность. Красота проявляется в технике движений человека [3]. К сожалению, сегодня мало кто, особенно подрастающее поколение, осознает огромное значение спорта и физической культуры в формировании личности человека и не уделяет должного внимания воспитанию. Однако, они серьезно заблуждаются, так как именно физическая культура способствует внешнему и внутреннему развитию личности и формирует эстетические ценности в обществе (физкультурные парады, спортивные мероприятия и т.п.).

Физическая культура является органической частью общечеловеческой культуры, ее особой самостоятельной частью, направленной на развитие физических способностей человека. Однако, это специфический процесс и результат человеческой деятельности, средство и метод физического и психического совершенствования личности. Физическая культура воздействует на жизненно важные стороны личности, которые сохраняются в виде генетически наследуемых отложений и развиваются на протяжении всей жизни под влиянием воспитания, деятельности и окружающей среды [5].

Физическая культура, как уже говорилось, удовлетворяет социальные и духовные потребности человека в общении, игре, развлечении, самовыражении посредством полезных общественно активных действий, получения удовлетворения и удовольствия от красоты и изящества физических упражнений. Кроме того, физическая культура по самой своей природе является общечеловеческой дисциплиной для развития целостной личности, гармонизации своих психических и физических сил. Поэтому физическую культуру следует рассматривать как особый вид культурной деятельности, результаты которой полезны как для общества, так и для человека [2].

Спорт является составной частью физической культуры, а также средством, методом физического воспитания и системой организации различных упражнений и двигательной

активности. В нем, то есть в спорте, человек пытается раздвинуть границы своих возможностей, это огромный мир эмоций, порожденный успехами и неудачами, любимый вид. Но более всего это эффективное средство воспитания и самообразования человека. Социальное значение спорта как компонента физической культуры заключается в том, что он является фактором, способствующим нравственному совершенствованию человека и способствующим эстетическому воспитанию человека, удовлетворению его духовных желаний. Учитывая ценностные ориентации человека в спорте и спортивной деятельности, можно констатировать: ценности, связанные с физическим Я (физические характеристики, здоровье, телосложение), с обновлением (успех, самовыражение, самоутверждение), формируют основной ассортимент с концепцией красоты [4].

Эстетическое воспитание – это целенаправленный процесс формирования у человека эстетического отношения к действительности. Оно связано с восприятием и пониманием «красоты» действительности, радостью от нее, эстетическим творчеством. Эстетическое воспитание должно развивать у людей чрезвычайно широкие эстетические потребности.

Задачами эстетического воспитания являются:

- Воспитание эстетической оценки тела и движений человека;
- Формирование эстетических представлений, эстетических взглядов и идеалов как сферы эмоционально-чувственного восприятия окружающей действительности;
- Воспитание эстетики взаимоотношений с людьми разного возраста и социального положения как одного из условий формирования толерантности, уважения национальных и религиозных чувств;
- Воспитание умений находить и оценивать прекрасное в поведении товарищей и в окружающей обстановке;
- Развитие способности к эстетической оценке, восприятие эстетических понятий, вкусов, оценок и суждений
- Формирование представлений о прекрасном в окружающем мире как необходимом условии развития и совершенствования личности;
- Формирование в неразрывной связи физического, нравственного интеллектуального, и эстетического воспитания как необходимого условия комплексного развития и совершенствования личности;
- Восприятие эстетических идеалов, т. е. правильного понимания и активного стремления к тому образу современной жизни и современного человека, который является характерным для нашего общества;
- Развитие творческих эстетических способностей в различных видах деятельности;

Эстетическое воспитание предназначено для формирования эстетических потребностей людей. Самое главное в этом - не только развить способность наслаждаться, понимать, видеть и чувствовать красоту в ее разнообразных проявлениях, но и развить способность воплощать ее в реальных действиях и поступках. Занятия физкультурой предлагают множество возможностей для этого. Человек, занимающийся спортом, может создавать и воспроизводить различные движения, которые воплощают грацию, пластику, изящество, искусство и красоту упражнений.

### Литература

1. Адашкина А.А. Особенности проявления эстетического отношения при восприятии действительности /А.А. Адашкина // Вопросы психологии, 1999. - №6. - С.100-110.
2. Глушак Н.М. Эстетическое воспитание и урок физической культуры //Физическая культура в школе. - №11, 2002 г..
3. Грудницкая Н.Н. Формирование знаний студентов факультета физической культуры на основе современных информационных технологий. / Н.Н. Грудницкая //Дис. канд. пед. наук., 2002. - 125с.
4. Мелехина, Н. А. Нетрадиционные подходы к физическому воспитанию детей в ДОУ / Н.А. Мелехина, Л.А. Колмыкова. - М.: Детство-Пресс, 2015. - 112 с.
5. Холодов, Ж. К. - Теория и методика физического воспитания и спорта / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. – М.: Академия, 2000. – 480 с.