

МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ

док. фил. пед., доц. А-А.Х. Рамазанов

Азербайджанская Государственная Академия Физической Культуры и Спорта
aliagha.ramazanov@sport.edu.az, orcid.org/0000-0002-7595-3784

Nəşr tarixi

Qəbul edilib: 09 yanvar 2023

Dərc olunub: 29 mart 2023

© 2022 ADBTİA Bütün hüquqlar qorunur

Аннотация. Физическая культура очень важна сегодня, ведь она включает в себя не только спорт, но и духовные ценности, связанные с отношением современного человека к физическому развитию. Последнее время в учебниках все чаще встречается понятие физической культуры, как самостоятельного социального феномена, развивающего в человеке устойчивые качества личности, значительно влияющие не состояние организма, психики, физического развития и статус человека.

Ключевые слова: *физическая культура, физическое здоровье студента, образ жизни, гармоничное развитие.*

В учебных заведениях сложилось специфическая система физического обучения и воспитания студентов, так как наряду с общими требованиями имеются и некоторые особенности организационных, методических, культурно - массовых и оздоровительных процессов ВУЗа.

Физическое обучение и воспитание студентов - целенаправленный и управляемый процесс отражающий объективные закономерности педагогики.

К основным чертам системы физического обучения и воспитания студентов относится: демократизация, гуманизация, патриотизм, научность, а также специальные направленности.

Под демократизацией системы физического воспитания подразумевается преодоление единообразия содержания, форм и методов физического воспитания, раскрытия их вариантности. Это изменение сути

педагогических отношений, переход от жесточайшего подчинения к сотрудничеству.

В педагогическом процессе демократизация выражается в обеспечении всем и каждому студенту одинакового доступа к основам физической культуры, максимальном раскрытии их способности.

Перед педагогом появляются возможности для раскрытия разнообразия и оптимального сочетания форм и методов учебной и внеучебной работы с учетом традиции и других особенностей ВУЗа.

Создание условий для формирования гармоничного развития. В процессе обучения и воспитания между педагогом и студентом формируется интеллектуальные отношения.

Гуманизация педагогического процесса заключается в учете индивидуальных особенностей каждого студента и педагога.

Педагог обязан предоставить обучаемому разноуровневый по сложности субъективной трудности условия, материал программы по физической культуре.

Формирование патриотизма у обучаемых таких благородных качеств, как любовь к Родине, престижности обучения в ВУЗе, гордость за свою профессию.

Организация и управление физическим обучением основываются на научных занятиях, тесной их связи с другими научными дисциплинами ВУЗа.

Современность подсказывает, что специализация физического обучения и воспитания приобретает важное значение в учебной и профессиональной деятельности подготовки специалистов. Физическое обучение и воспитание студентов повышает устойчивость организма в формировании нравственной культуре личности.

Новые условия жизни независимой

Азербайджанской Республики побуждает формировать новую модель личности, который должен считать в себе высокую культуру образования, интеллектность, нравственность и крепкое здоровье.

Проблема движения и здоровья имело достаточно выраженную актуальность ещё в Древней Греции и в Древнем Риме. Так греческий философ Аристотель (IV в. до н.э.) утверждал, что ничего так сильно не разрушает организм, как физическое бездействие.

Великий врач Гиппократ писал: «Гармония функций являются результатом правильного отношения, суммы упражнений к здоровью данного субъекта».

Человек не рождается с готовыми способностями, интересами, характером и т.д. Эти свойства формируются при жизни человека, но на определенной природной основе.

Наследственная основа человеческого организма (генотип) определяет его анатомо-физиологические особенности, основные качества первой системы, динамику нервных процессов.

В биологической организации человека, в его природе заложены возможности психического развития. Но человеческое существо становится человеком только благодаря освоению опыта предшествующих поколений, закреплению в знаниях, традициях, предметах материальной и духовной культуры.

Ответственность за формирование человека несёт общество и, в частности, те организации, которые связаны с культурой, образованием, воспитанием «О физической культуре и спорте в Азербайджанской Республики» определил стратегию и обозначил тактику движения за здоровый быт в основе которого лежит развитие физичес-

кого здоровья, физической культуры граждан общества.

Физическая культура содержит в себе существенный потенциал воспроизводства личности, как целостности в её телесно-духовном единстве.

У развивающегося общества нет другого пути, кроме совершенствования человека средствами культуры. Именно поэтому, в государственной программе по физической культуре для высших учебных заведений на прямую ставится цель формирования физической культуры личности молодого специалиста.

Ученые разных областей науки, исследующие проблемы физической культуры, подчеркивают, что как процесс она всё больше становится необходимой и значимой, частью общего развития и формирования личности в процессе как личностного, так и профессионального совершенствования.

ЛИТЕРАТУРА

1. **Барчуков И.С.** *Теория и методика физического воспитания и спорта.* М. изд. Кнорус 2012 г.
2. **Кудряшов М.В.** *Физическая культура личности как предмет педагогического познания и деятельности.* М., Сборник статей. 2015 г.
3. **Рамазанов А.Х., Карасёв А.В.** *Формирование здорового образа жизни и физической культуры молодежи.* Сборник статей М. 2015 г.
4. **Виленский М.Я., Горшков А.Г.** *Физическая культура здорового образа жизни* М. изд. Кнорус 2012 г.
5. **Ramazanov Ə.X., Nuriyev Y.Q., Məmmədova V.V.** *Fiziki tərbiyə nəzəriyyəsi və metodikası.* Bakalavr və magistr pilləsi üçün dərs vəsaiti. Bakı 2018.

TƏLƏBƏ-İDMANÇILARIN XARİCİ DİL HAZIRLIĞI ZAMANI PEŞƏKAR ÜNSİYYƏT BACARIQLARININ İNKİŞAFI

dos. A-A. X. Ramazanov

Azərbaycan Dövlət Bədən Tərbiyəsi və İdman Akademiyası
aliagha.ramazanov@sport.edu.az, orcid.org/0000-0002-7595-3784

Annotasiya. Bədən tərbiyəsi çox vacibdir, çünki o, təkə idmanı deyil, həm də müasir insanın fiziki inkişafa münasibəti ilə əlaqəli mənəvi dəyərləri əhatə edir. Son zamanlar dərslərdə bədən tərbiyəsi anlayışına insanda sabit şəxsiyyət xüsusiyyətlərini inkişaf etdirən müstəqil sosial hadisə kimi getdikcə daha çox

rast gəlinir. O orqanizmin vəziyyətinə, psixikasına, fiziki inkişafına və insanın statusuna əhəmiyyətli dərəcədə təsir göstərə bilər.

Açar sözlər: *Fiziki tərbiyə, tələbənin fiziki sağlamlığı, sağlam həyat tərz, harmonik inkişafı.*

METHODOLOGICAL FEATURES OF PHYSICAL EDUCATION OF STUDENTS

ass. prof. A-A. Kh. Ramazanov

Azerbaijan State Academy of Physical Education and Sport
aliagha.ramazanov@sport.edu.az, orcid.org/0000-0002-7595-3784

Annotation. How important today physical culture, because it includes not only sports, But also spiritual values associated with the attitude of modern man to the physical development. Not confidentially, the last time in the textbooks are increasingly common nation of physical training as an independent social phenomenon that develops in people resistant qualities of the person, because it can significantly affect the condition of the body,

the mind, and even physical development status, in this article I will talk about the important of physical culture in the life as every human being from his point of view, based on other sources.

Keywords: *physical culture, physical health of the student, healthy lifestyle, harmonious development.*