**Роль физической культуры в образовании.**

*Быстрее!Выше!Сильнее!*

В соответствии с социально-экономическими потребностями современного общества, его дальнейшего развития и исходя из сущности общего среднего образования целью физического воспитания в учебных заведениях является содействие всестороннему развитию личности. Система физического воспитания должна создавать максимально благоприятные условия для раскрытия и развития не только физических, но и духовных способностей ребенка, его самоопределения. Установка на всестороннее развитие личности предполагает овладение обучающимися основами физической культуры. Одним из наиболее важных компонентов физической культуры личности являются знания.

Существенная роль знаний в формировании физкультурной деятельности личности проявляется в их взаимодействии с остальными составляющими физической культуры – направляют активность при использовании средств физического воспитания в целях укрепления здоровья, содействия нормальному физическому развитию, выступают в качестве ориентировочной основы при овладении двигательными умениями и навыками, развития двигательных способностей. Знания в области физической культуры выступают необходимым условием формирования потребностей в сознательном применении физических упражнений в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья. Наряду с этим изучение педагогической практики и анализ научно-методической литературы свидетельствуют о низком уровне знаний студентов в сфере физической культуры.

Разрешение **противоречия** между высокой значимостью знаний в формировании физической культуры личности и низким уровнем содержательного и методического обеспечения процесса формирования этих знаний на уроках физической культуры выступает в качестве одной из актуальных **проблем** совершенствования физического воспитания школьников. Одним из первоочередных шагов решения данной проблемы является исследование роли знаний в формировании физической культуры. Это и выступает в качестве **цели**. Достижение этой цели предполагает последовательное решение двух **задач**: 1) уточнить сущность и содержание физической культуры личности как стратегической цели физического воспитания; 2) определить место и роль знаний в развитии и функционировании структурных компонентов физической культуры личности.

Перед преподавателями поставлена задача формирования физической культуры у каждого учащегося как основного условия его добровольного включения в активные занятия физическими упражнениями. Основными слагаемыми физической культуры личности являются: крепкое физическое здоровье; высокий уровень физического развития; оптимальный уровень двигательных способностей; знания в области физической культуры; потребности, мотивы и цели занятий физическими упражнениями; освоенные способы осуществлять физкультурную деятельность. Как видно из содержания понятия «физическая культура», знания входят в него в качестве необходимого структурного компонента.

В философии под знаниями понимают идеальную форму существования объекта или явления. Знания могут иметь двоякую форму существования: в качестве компонента общественного опыта; в качестве компонента индивидуальной психики. Знания, рассматриваемые во втором качестве, определяются как адекватное отражение объективной реальности в сознании человека в форме ощущений, восприятий, представлений, понятий, гипотез, теорий, учений, которые сохраняются в памяти и направлены на регулирование и управление деятельностью. Как видно из содержания этого определения, сущность знания, как компонента психики отдельного конкретного индивида, определяется через рассмотрение его отношения к категориям «сознания» и «деятельности».

С.Д. Смирнов отмечает, что во внешней и внутренней деятельности наряду с временной организаций, как процесса – преемственностью и последовательностью актов, существует и особый план, план образа, который придает единство и целостность любой деятельности – как одномоментного отражения исходных условий, хода деятельности и ее ожидаемого результата. Поэтому условно выделяются два плана сознания – сознание как внутренняя деятельность и сознание как отражение (образ). Они представляют по сути две формы бытия психики, которые, будучи взаимосвязаны, в то же время качественно несводимы друг к другу. В деятельности осуществляются их взаимопереходы и развитие.

Рассмотрим, как связано понятие «знание» с сознанием как образом. «Способ, каким существует сознание и каким нечто существует для него, – писал К. Маркс, – это знание». В работах А.Н. Леонтьева, выполненных в контексте общепсихологической теории деятельности, вводится понятие «образа мира», раскрывающего сущность и содержание индивидуального сознания. Он рассматривается в качестве интегрального образования познавательной сферы личности и определяется как многоуровневая система представлений человека о мире, других людях, себе и своей деятельности.

Знания, представленные в чувственной ткани сознания и личностных смыслах, могут существовать только как содержательные компоненты индивидуального сознания. Знания-значения возникают и развиваются в ходе материальной деятельности с вещественными предметами и в сотрудничестве со взрослыми. Благодаря интериоризации операциональных и предметных значений на основе знаковых систем, и в первую очередь, языка, они облекаются в форму понятий (словесных значений) и обретают благодаря этому возможность объективного существования, т.е. вне индивидуального сознания.

Усвоение знаний на всех трех уровнях выступает необходимым условием формирования физической культуры личности. В частности, на уровне чувственной ткани сознания (ощущений, восприятий и представлений) школьники получают необходимую информацию о положительном влиянии физических упражнений на собственное самочувствие, работоспособность и настроение, другими словами, непосредственно отражают положительное влияние средств физического воспитания на здоровье и физическое развитие. Поскольку знания на данном уровне могут существовать только как содержательный компонент индивидуального сознания и не могут быть переданы учащемуся с помощью слова, то единственным способом формирования таких знаний является включение его в непосредственное выполнение физических упражнений, положительное воздействие которых найдет свое отражение в ощущении, восприятии себя как здорового человека. На уровне знаний-значений школьники получают учебную информацию о фактах, закономерностях и механизмах влияния средств физического воспитания на развитие и совершенствование как отдельных функций, так и организма в целом (медико-биологические знания), о способах и условиях применения этих средств в целях укрепления своего здоровья. Знания-значения ориентируют и направляют активность на рациональное применение средств физической культуры в целях укрепления здоровья и физического развития. Знания на уровне личностных смыслов придают этим средствам личностную значимость и побуждают к их использованию для решения субъективно привлекательных задач укрепления здоровья и физического развития.

Усвоение знаний на всех трех уровнях выступает необходимым условием заботы школьника и об уровне своего физического развития.На уровне чувственной ткани сознания в результате выполнения физических упражнений и рационального применения других средств физического воспитания у школьника появляется ощущение и восприятие себя как физически развитого человека, отвечающего социально обусловленным нормам. Знания-значения раскрывают понятие о физическом развитии, раскрывают физиологические закономерности и механизмы влияния средств физического воспитания на изменение его отдельных показателей, показывают, каким образом можно использовать эти средства для изменения в доступных пределах пропорций тела, соотношения мышечной и жировой ткани, осанки, фигуры и т.п. Достигнутые в процессе занятий физическими упражнениями положительные изменения в показателях физического развития отражаются в психике учащегося в форме эмоционального переживания удовлетворенности. Последнее способствует переводу знаний-значений на уровень личностных смыслов, которые уже не только направляют, но и побуждают к применению физических упражнений для совершенствования показателей физического развития.

Исходя из представлений о трехкомпонентной структуре двигательного действия исходным моментом его построения в процессе обучения является создание полноценной ориентировочной основы действия. Последняя выступает в качестве программы, на основе которой строится движение, от степени полноты и точности представленной в ней информации зависит соответствие действия поставленной двигательной задаче и успешность достижения необходимого результата. Ориентировочная основа действия выступает как знание о действии: его задаче, способе и условиях решения задачи. В связи с этим необходимо подчеркнуть, что это знание может существовать объективно, в форме учебной информации, представленной в учебнике, как знания-значения. Другой субъективной формой является его существование в индивидуальном сознании, как субъективного образа действия, включающего в свое содержание не только знания-значения, но чувственную ткань сознания (ощущения, восприятия, представления) и знания как личностные смыслы.

Знание, как субъективный образ двигательного действия, является необходимым условием адекватности реально совершаемого действия поставленной двигательной задаче и условиям ее решения. Чем полнее и точнее знания человека, тем выше качество решения задачи. В этом заключается основная роль знаний в формировании двигательных умений и навыков у учащихся на уроках физической культуры.

Знания на уроках чувственной ткани сознания выступают в форме зрительных и двигательных ощущений, восприятий, представлений о задаче, условиях и способе решения двигательной задачи. Знания-значения отражают в форме понятий основные закономерности и механизмы рационального способа решения двигательной задачи. Знания-личностные смыслы придают усвоению техники физических упражнений субъективную значимость, способствуя активизации учебно-познавательной деятельности учащихся на уроках физической культуры.

Знания всех уровней выступают и как условие развития **двигательных способностей** учащихся. Отражение на уровне чувственной ткани сознания качественных характеристик двигательной функции в форме ощущения силы, выносливости, быстроты, координационных возможностей, возникающее в результате выполнения физических упражнений, является необходимым условием управления проявлением двигательных способностей. Знания-значения отражают в форме понятий основные физиологические и психологические закономерности и механизмы проявления и развития двигательных способностей. Знание методов и средств развития двигательных способностей позволяет учащимся рационально решать задачи их формирования средствами физического воспитания. Ощущение роста своих двигательных возможностей придает знаниям о двигательных способностях определенный личностный смысл.

Роль знаний в формировании потребностей и мотивов занятий физическими упражнениями и использовании других средств физического воспитания определяется тем, что все предыдущие виды знаний: о влиянии средств физического воспитания на укрепление здоровья, физическое развитие, формирование двигательных умений и навыков, развитие двигательных способностей приобретают личностную значимость, поскольку раскрывают перед школьником как субъектом деятельности все привлекательные стороны их применения. Известно, что одним из необходимых компонентов формирования установки на физкультурно-педагогическую деятельность является когнитивный компонент: установка формируется при условии, когда человек на своем личном опыте убеждается в необходимости средств физического воспитания для удовлетворения своих потребностей быть здоровым, физически развитым и подготовленным.

Одновременно предыдущие виды знаний, прежде всего на уровне знаний-значений в своей совокупности определяют умение самостоятельно и сознательно применять средства физического воспитания в целях укрепления здоровья, физического развития, овладения техникой физических упражнений на уровне умений и навыков, развития двигательных способностей.

Обобщая вышеизложенное, можно заключить, что знания являются важной составной частью физической культуры личности. Будучи представленными на уровнях чувственной ткани сознания (ощущения, восприятия, представления), знаний-значений (понятия, теории), личностных смыслов (потребности-мотивы), они обеспечивают функционирование и развитие остальных компонентов физической культуры личности студента, а в совокупности с ними – и успешность физкультурно-спортивной деятельности обучающегося.