

Секция «Исследования в области физической культуры и спорта»

Роль физической культуры и спорта в духовном воспитании личности

Василенко Жанна Андреевна

Кандидат наук

Донской государственной технической университет, Ростов-на-Дону, Россия

E-mail: lera.2010203@gmail.com

Роль физической культуры и спорта в духовном воспитании личности

Жижарев Дмитрий Александрович

Старший преподаватель

Филипповский Илья Сергеевич,

Студент

Птицын Иван Андреевич

Студент

Донской Государственный Технический Университет, Инновационный Бизнес и Менеджмент, Ростов-на-Дону, Россия

e-mail: Sarcof76@gmail.com

Физическая культура и спорт играют важную роль в духовном воспитании личности. Участие в спорте способствует формированию ценностей, таких как дисциплина, трудолюбие, уважение к противнику, честная борьба. Занятия физической культурой помогают развивать волевые качества, настойчивость, умение преодолевать трудности. Спорт способствует совершенствованию самоконтроля, развитию выдержки, терпения и умения работать в команде.

Целью исследования является анализ воздействия физической культуры на духовное воспитание каждого человека не зависимо от возраста и спортивных интересов.

Участие в соревнованиях учит справедливости, воспитывает уважение к соперникам и соблюдению правил. Кроме того, занятия спортом способствуют улучшению физического здоровья, что в свою очередь благоприятно влияет на психическое состояние. Человек, занимающийся физической культурой и спортом, обретает уверенность в себе, умение преодолевать трудности и достигать поставленных целей. Это помогает формировать сильную духовную личность, способную преодолевать жизненные трудности и стремиться к самосовершенствованию [1]. Физическая культура и спорт могут также способствовать развитию духовных качеств, таких как самопознание, самоконтроль и самодисциплина.

Что касается этики и морали, то они играют важную роль в спорте, определяя поведение спортсменов, их отношения друг с другом, соперниками и болельщиками [3].

Рассмотрим аспекты этики и морали в спорте:

1. Честная игра: одним из основных принципов спорта является честная игра. Это означает соблюдение правил, отсутствие обмана и уважение к соперникам. Спортсмены должны играть честно, без использования запрещенных средств или методов, чтобы добиться победы.

2. Уважение к соперникам: в спорте важно уважать своих соперников независимо от их уровня или достижений. Это включает в себя уважение к их усилиям, спортивным навыкам и достоинству, даже в случае поражения.

3. Обучение через поражение: поражение в спорте является частью игры, и важно уметь проигрывать с достоинством. Это поможет спортсмену вырасти как личность, научиться извлекать уроки из своих ошибок и стремиться к улучшению.

Этика и мораль в спорте помогают создать здоровую и приятную атмосферу соревнований, способствуют развитию спортивной культуры и формированию характера у спортсменов. Важно следовать этим принципам, чтобы спорт оставался не только физическим состязанием, но и духовным обогащением для всех его участников [4].

Самовыражение в спорте играет немаловажную роль, и вот почему:

1. Выражение через физическую активность: Спорт позволяет людям выражать себя не только словами, но и через свое тело. Каждое движение, каждая техника, каждая победа или поражение могут быть способом передать свои чувства, эмоции и мысли.

2. Показатель личностных качеств: Спорт выделяет тех, кто готов преодолевать себя, работать над своими недостатками, стремиться к поставленным целям. В этом процессе проявляются такие качества как целеустремленность, настойчивость, самодисциплина, упорство.

3. Творческое самовыражение: в спорте есть место для творчества и уникального стиля. Каждый спортсмен может найти собственный подход, стратегию и тактику, которые соответствуют его индивидуальности. Например, в искусстве фигурного катания или стиле игры в баскетбол.

4. Отражение характера: Спорт может быть зеркалом личности. Во время соревнований выделяются такие черты как агрессия, спокойствие, стратегичность, смекалка. Иногда спортсмен раскрывает в себе новые стороны, которых сам не замечал.

Таким образом, физическая культура и спорт не только способствуют укреплению физического здоровья, но и являются эффективным инструментом для формирования духовных ценностей, уважения к себе и окружающим, а также способности преодолевать трудности и достигать поставленных целей. В современном обществе важно понимать и учитывать эту роль спорта в духовном развитии личности, поощрять занятия физической культурой и спортом как неотъемлемую часть гармоничного развития человека.

Источники и литература

- 1) Молодой учёный №47 (442) ноябрь 2022 г. - Бухарева Д. М., Федотова Г. В. Физическая культура и спорт в современных условиях
- 2) Молодой учёный №3 (293) январь 2020 г. - Хамидуллина Д. А., Мусалимова Р. С. Оценка физического и психологического компонентов качества жизни школьников
- 3) Молодой учёный №11 (458) март 2023 г. - Ефремова Н. В. Пропаганда олимпизма, физической культуры и спорта музейными методами на примере выставки «Олимпийцы русского Севера»
- 4) Молодой учёный №21 (311) май 2020 г. - Балвочюс М., Машичев А. С. Проблемы занятий физической культурой в условиях самоизоляции

Иллюстрации



Спорт – здоровый дух и тело

Рис. : Спорт – здоровый дух и тело