

*Мартьянова Марина Игоревна*  
*ФКОУ ВО Пермский институт ФСИН России*  
*курсант 2 курса, рядовой внутренней службы*  
*Россия, г. Пермь*

*Научный руководитель: Новиков Алексей Владимирович*  
*преподаватель кафедры ОиФП*  
*ФКОУ ВО Пермский институт ФСИН России,*  
*майор внутренней службы*  
*Россия, г. Пермь*

---

## **ЭСТЕТИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ**

**АННОТАЦИЯ:** Эстетическое развитие личности начинается с раннего детства. Воспитание музыкального, художественного вкуса в процессе занятия физической культурой приводит к повышению эстетического уровня у человека, который совершенствует навыки культурного поведения. Занятия физической культурой и спортом приучает человека любить «прекрасное», способствует видению и чувства красоты окружающей реальности.

**Ключевые слова:** эстетическое воспитание, физическая культура, физическое воспитание, спорт, искусство.

---

*Martyanova Marina Igorevna*  
*Perm Institute of the Federal Penitentiary Service of Russia*  
*2nd year cadet, internal service private*

---

---

*Scientific supervisor: Novikov Alexey Vladimirovich*  
*Teacher of the Department of Physical Education and Physical Culture and*  
*Health work Federal State Educational Institution of Higher Professional*  
*Education Perm Institute of the Federal Penitentiary Service of Russia,,*  
Major of the Internal Service

---

## **AESTHETIC EDUCATION IN THE FIELD**

### **PHYSICAL CULTURE**

**ABSTRACT:** Aesthetic development of personality begins in early childhood. Cultivating musical and artistic taste in the process of physical education leads to an increase in the aesthetic level of a person who improves the skills of cultural behavior. Physical education and sports teach a person to love the “beautiful”, promotes the vision and feeling of the beauty of the surrounding reality.

**Key words:** aesthetic education, physical education, physical education, sports, art.

---

Стремление человека к прекрасному прослеживается с древних времен. Благодаря этому красота по сей день сравнивается с чем-то природным, натуральным, настоящим. Естественная красота – это непреложная истина, грация, пластичность, сочетание и пропорции всех красок природы и т.д. В древние времена люди в основном видели красоту в природе, в дальнейшем люди стали тяготеть к красоте своего тела. Сегодня особое внимание уделяется эстетике в отношении физического телосложения, что оказывает позитивное влияние на популяризацию занятий физической культурой и спортом. Поэтому физическая культура и спорт становятся одним из способов эстетического воспитания личности.

Слово «эстетика» произошло от греческого *aisthetikos* (чувствующий, относящийся к чувственному восприятию) – наука о природе и закономерностях эстетического освоения действительности, о «творчестве по законам красоты» (Маркс). Под эстетическим воспитанием понимается создание определенного эстетического взаимоотношения человека и действительности.

При выполнении определенных физических упражнений на разнообразные части тела идет формирование подтянутой фигуры, улучшается осанка, прививается осознание грациозности и красоты движений. Физические нагрузки оказывают положительное влияние на развитие центральной нервной системы. Постоянные занятия физической культурой формируют крепкие мышцы, а также делают организм более устойчивым и приспособленным к негативному воздействию окружающей среды. Это способствует развитию эстетического чувства, вкуса, представления и содействует возникновению позитивного настроения, оптимизма, жизнелюбия.

Красоту фигуры спортсменов, гармоничные высоко организованные ритмичные телодвижения, а также эстетику спортивных достижений можно отнести непосредственно к красоте. Множество физических упражнений отвечают наивысшим нормам искусства. Даже действия высококлассных спортсменов-бегунов при беге на дистанции своей техникой создают ощущение легкой и изящной красоты движений, сопровождаемые определенной скоростью при поддержании постоянного темпа.

Предметом изучения эстетики занятий физической культурой и спортом является эстетические ценности и содержание; виды эстетической деятельности человека в сфере физической культуры и спорта; законы сознания, выражающие физическую культуру с эстетической точки зрения.

Связь эстетического воспитания с физическим обусловлена в одном случае тем, что благодаря физическому воспитанию увеличивается область

эстетического влияния на личность, в другом случае при помощи эстетического воспитания усиливается эффект физического воспитания путем включения в него благоприятных эмоциональных аспектов и мотивации к занятию физической культурой. Внутренняя взаимосвязь физического воспитания с эстетическим построена на базовой цели: образование человека внутри современного общества, а физическое достоинство входит в состав эстетического эталона.

К специфическим задачам эстетического воспитания при выполнении различных физических упражнений относятся:

- развитие эстетических вкусов, понятий и чувств, относящихся к физической культуре и спорту;
- формирование правильной эстетической оценки тела человека и его движений, внутренней и внешней красоты;
- понимание процесса физического совершенствования, основанного на достижении цели гармоничного развития человека;
- формирование умения определять красоту в действиях участников спортивных мероприятий и его окружении, находить изящность в спортивных традициях.

При эстетическом воспитании у человека формируется различные эстетические нужды. Причем имеет принципиальное значение не только формирование способностей восторгаться, воспринимать красоту в различных её выражениях, но и главным образом возможность реализовать её в своих практических действиях. Занятие спортом для этого имеет большие перспективы. При выполнении физических упражнений человек может создать и воспроизвести разнообразные грациозные движения, их красоту, элегантность.

Эстетическое воспитание в рамках осуществления физического воспитания, можно охарактеризовать такими методами, как:

- выразительное и эмоциональное разъяснение и демонстрация физических упражнений с целью вызова чувства восхищения красотой таких упражнений;

- действующий пример вдохновляющих действий и поступков;

- приучение на практике творческого выражения красоты движений во время занятий физкультурой и спортом.

Также необходимо помнить, что искусство является неотъемлемым элементом занятий физической культурой. Музыкальное сопровождение и особый ритм выполнения движений нуждается в большом внимании. Также не нужно забывать о том, что для того, чтобы выступление было зрелищным, вызвало у зрителей огромный интерес и оказало незабываемые впечатления, необходимо для определенного спортивного мероприятия подобрать специальные элементы спортивного инвентаря и костюмы. Это вызовет у зрителей чувство эстетического наслаждения от красоты и грациозности движений, тем самым получив духовное обогащение и возможность коснуться «прекрасного».

Таким образом, эстетическое воспитание человека происходит благодаря физической культуре и спорту. Грациозность, легкость, плавность, элегантность, красота, изысканность и точность движений способны вызвать восторг и наслаждение у окружающих. От вида зрелищных и красочных спортивных выступлений человек приобретает массу положительных эмоций и впечатлений от увиденного, приводящих к удовлетворению своих эстетических потребностей. Физическая культура и спорт приучает человека любить, видеть и чувствовать «прекрасное», повышает эстетический уровень культуры человека, наполняя его душевный мир духовными ценностями. Высокий уровень эстетической культуры позволяет человеку различить натуральную красоту от фальшивой, способствует своими действиями творить добро и красоту и распространять их во всем мире.

### **Использованные источники:**

1. Эстетика: Словарь. Под общей редакцией А. А. Беляева и др. – М.: Политиздат, 1989. С. 447.
2. Сараф М.Я. Введение в эстетику спорта. Учебное пособие для институтов физкультуры / М.Я. Сараф, В.И. Столяров. ФиС. – М.: 1986. С. 340.
3. Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учебное пособие для студентов высших учебных заведений / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. – М.: Издательский центр «Академия». 2000. С. 480.
4. Френкин А.А. Эстетика физической культуры / А.А. Френкип. – М.: ФиС. 1963. С.151.