

ВЛИЯНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНО - СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ НА РАЗВИТИЕ ЛИЧНОСТИ ГОСУДАРСТВЕННОГО СЛУЖАЩЕГО

Данилина Вероника Станиславовна

студент Пензенского государственного университета, РФ, г. Пенза

Ильин Валерий Алексеевич

научный руководитель, профессор, кандидат педагогических наук, Пензенский Государственный Университет

На сегодняшний день с большой скоростью набирает популярность занятия физической культурой, как обычных граждан, так и государственных служащих. Ведь это становится не только модно, но и колоссально влияет на здоровье всего организма, что в последующем сказывается на его работе в целом.

Исходя из того, что сотрудники, находящиеся на государственной службе имеют огромное влияние на состояние и развитие общества, так как в их руках находятся полномочия, которые позволяют влиять на все сферы деятельности. Если придерживаться мудрого изречения, что спорт – это здоровье, то необходимо, значительное внимание уделять физической подготовки государственных служащих. Это совсем не означает, что сотрудники государственных органов должны сдавать нормативы на время, освоить все виды спорта, обязательно участвовать в соревнованиях, кроссах или эстафетах.

Спорт – это деятельность, направленная на воссоединение объекта и субъекта деятельности, госслужащий – это субъект, а государственная служба – объект. Как правило, в любой работе, объект располагается вне субъекта, последний старается наиболее эффективно использовать свои профессиональные навыки и умения для быстрого и четкого выполнения поставленных целей и задач, как и спортсмен, который работает над собой каждый день, совершенствует свою силу воли, гибкость, выносливость, то есть, непосредственно, работает над формированием и воспитанием своей собственной личности.

Спортсмен проделывает трудную и кропотливую работу – день за днем узнает себя как можно полнее и точнее, потому что от мелких деталей зависит его очередная победа или поражение.

Чувствовать свой организм, работу каждого отдельно взятого органа – одна из главных задач спортсмена. Начинать следует с простых и повседневных вопросов: Какое мое самочувствие в течение суток? Какие факторы способствовали на его изменение в определенной ситуации? Вследствие чего появилась вялость и усталость? Интересно то, что одна попытка выполнения спортивного упражнения выполнена на «отлично», четко, быстро, а последующая – кардинально иначе, почему так происходит?

Затем, начинается этап поиска ответов на все интересующие вопросы, спортсмен начинает анализировать свое самочувствие в определенное время суток, сопоставлять его с настроением и полученным результатом, возникают новые вопросы: как сделать правильно и в какое время?

Следует отметить, что любой спортсмен осознанно совершенствует себя как атлета, например, гимнаст Борис Шахлин сделал вывод, что «надо перед зачётной попыткой предельно точно, чуть ли не идеально представить себе упражнение - проделать его мысленно у себя в голове...» или воспользоваться тактикой знаменитого спринтера Джесси Оуэнса: «необходимо развивать силу мышц - сгибателей большого пальца...»

Как только спортсмен получит прямой ответ на свой вопрос, он переходит к действию - этап развития своих силовых качеств, быстроты, улучшение координации движений, выполняя их в различные условия, например, когда злой; в определенное время суток и так далее, у него появляется способность управлять своим настроением, быстрее справляться с волнением, что, в конечном счете, напрямую сказывается на результате выполнения упражнения.

Работа над самим собой, стремление стать идеальным, и совершенствование в спорте, его вид не имеет особого значения, все это, тем самым, позволяет человеку совершенствоваться всесторонне.

Исходя из результатов психологических исследований, установлено, что в процессе совершенствования личности в разных видах спорта формируются и затем усовершенствуются сами психологические процессы, которые образуют систему, состоящую из рычагов управления собственными движениями. Например, работая над точностью, усовершенствуя этот навык, можно без секундомера отмерять заданные промежутки времени, с погрешностью в 1% или придерживаясь точного ритма и темпа, выполнить движения точно заданной амплитуды с заранее определенным усилием.

Предвидеть все возможные неожиданности, быть морально к ним готовым, а так же суметь четко и быстро на них отреагировать - одно из основополагающих условий выполнения государственной службы.

Специфика спорта как вида деятельности заключается в возможности использования средств самосовершенствования в воспитании людей с учетом дальнейшей их подготовки к труду.

Важно развитие у государственного служащего жизненно важных физических и двигательных качеств, а также совершенствование психологических процессов, начиная с самых простых, например, психомоторика, и заканчивая наиболее сложными, интеллектуальными процессами, такими как, мышление, воображение.

Всем известно, что развитие и совершенствование воли человека, наилучшим образом, возможно через спорт. Для достижения определенных целей, связанных с преодолением препятствий необходимо целенаправленное развитие воли человека, как и все спортивные тренировки, любые соревнования невозможны без возникновения и преодоления различных преград.

Препятствия, с которыми сталкиваются спортсмены, достаточно разнообразны, это зависит от выбранного им спорта, следовательно, для преодоления определенных сложностей, требуется использование различных видов силы воли, например, чтобы выполнить прыжок на лыжах с трамплина, связанный с риском, необходимо проявить смелость, а настойчивость нужна очень кстати, для того чтобы справиться с чувством усталости при беге на длительную дистанцию.

Такие волевые качества как целеустремленность, настойчивость, упорство, самообладание и выдержка, самостоятельность, инициативность, а так же смелость и решительность важны не только для личности спортсмена, но и государственного служащего.

В работе важно проявление воли, состоящей из ясности и точности поставленных целей и задач, сосредоточенность всех действий и мыслей на пути к достижению цели, то есть целеустремленность госслужащих.

В процессе принятия решений, преодоление сложных преград, отстаивание своей точки зрения, необходимы настойчивость и упорство государственных служащих.

В работе важна мобильность и нестандартный подход в решении сложных вопросов, обладание устойчивостью по отношению к внушающим влиянием других людей и их действий, в этом случае инициативность и самостоятельность в характере госслужащих, помогут справиться им с кризисными моментами в процессе их профессиональной сфере деятельности.

Выявление главного мотива, определение срока его выполнения, степень важности,

осознание и принятие краткосрочных, среднесрочных и долгосрочных целей – все это необходимое условия формирования и совершенствования целеустремленности государственного служащего.

Кадровый состав на государственной службе достаточно широк, каждый отдельный сотрудник является частичкой многоуровневой сложной системы функционирования всей государственной службы управления, таким образом, умения работать в коллективе, не отделяясь от него – это важное умение всех сотрудников. В процессе выполнения своих должностных обязанностей человек оценивает себя, свою работу, учитывает оценку своих коллег, затем проектирует свои потенциальные возможности и перспективы.

Профессиональный успех определяется по очень просто формуле: что было запланировано и что в итоге достигнуто, реализовано. Интересно то, чем больше человека уважают в коллективе, тем выше у него уровень привязанности к тому или иному месту работы, повышается собственная самооценка, ведь именно она оказывает непосредственное влияние на развитие личности государственного служащего, как он себя воспринимает в обществе, как к нему относятся окружающие, каким образом выстроены профессиональные отношения и так далее.

Спорт для любого человека – значимое и жизненно важное занятие, он служит фундаментом развития самооценки человека, которая необходима, как и в повседневной жизнедеятельности, так и во время выполнения служебных обязанностей.

В заключение следует отметить, что занятия физкультурно – спортивной деятельностью напрямую влияют на формирование и развитие личности государственных служащих, так как охватывают процесс самопознания себя самого и окружающих, самосовершенствование своих навыков и умений, работу над силой воли, а также умение быстро справляться со стрессовыми ситуациями и вырабатываем уверенности в себе и в собственных силах.

Блестящая карьера госслужащего начинается со спорта, ведь именно в нем формируются важные профессиональные качества как целеустремленность, настойчивость, сила воли, и так далее, что позволяет в итоге добиться эффективной профессиональной деятельности и феноменальных результатов. Такие известные спортсмены как Светлана Журова – олимпийская чемпионка в беге на коньках, является депутатом и вице – спикером Государственной Думы, Алина Кабаева, известная и талантливая гимнастка, – депутат Государственной Думы пятого созыва от партии «Единая Россия», Анастасия Глухих – член «Единой России», многократная чемпионка мира по плаванию в ластах, и многие другие, что позволяет сделать вывод: в настоящее время происходит возрастание числа спортсменов, которые активно вовлечены в государственную политику.