

ВСЕСТОРОННЕЕ РАЗВИТИЕ ЛИЧНОСТИ СТУДЕНТА КАК ОДИН ИЗ ФАКТОРОВ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ВУЗЕ

Шамиль Хамидович Кожбахтеев

Старший преподаватель кафедры физического воспитания
Ташкентского университета информационных технологий
имени Мухаммада аль-Хорезми

Елена Борисовна Васильева

Старший преподаватель кафедры физического воспитания
Ташкентского университета информационных технологий
имени Мухаммада аль-Хорезми

АННОТАЦИЯ

Изучение гармоничного формирования личности студента является одним из важнейших факторов учебного процесса. Физическая культура преподается в школах, средних и высших учебных заведениях и играет большую роль в формировании личности учащейся молодежи. Зачастую роль физической культуры недооценивается, хотя она важна не менее других предметов, поскольку влияет, прежде всего, на триаду здоровья (физическое, психическое, социальное) и состояние человека, повышая интеллект и играя важную роль в его жизни.

Ключевые слова: гармоничного формирования личности, студент, физическое развитие, уровень агрессивности, саморегуляция психических состояний.