(cc) BY

Трошева Диана Александровна

студентка

ФГБОУ ВО «Донской государственный технический университет»

г. Ростов-на-Дону, Ростовская область

ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

Аннотация: *физическая культура и спорт в нашей стране за последние сто лет играла очень важную роль в развитии общества. Статья посвящена актуальным проблемам развития физической культуры и спорта в России. Автором рассмотрены причины появления этих проблем и предложены способы их устранения.*

Ключевые слова*: физическая культура, спорт, здоровый образ жизни, правильный режим, проблемы развития спорта, спортизация, здоровье.*

Физическая культура – деятельность, направленная на развитие физического здоровья, представляет собой часть общей культуры и включает овладение спортивным мастерством, научными знаниями в этой области.

Сегодня развитие физической культуры и спортизация молодежи напрямую связано с сохранением и укреплением здоровья нации, в особенности подрастающего поколения. Физическое воспитание – это важная составляющая развития всего общества.

Все знания, вся новшества, вносимые в образование, будут бессмысленны без здорового образа жизни. Проблемы физической культуры заключаются в правильной организации процесса воспитания молодежи. Такая дисциплина, как физическая культура, должна постоянно обновляться, модернизироваться. В образовательный процесс необходимо внедрять новейшее оборудование, инновационные технологии, упрощающие и улучшающие процесс восприятия информации от спортивного преподавателя.

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Рис. 1. Физическое воспитание путем общения

Неоднократно специалисты утверждают, что на сегодняшний день действующая система физического воспитания подрастающего поколения не справляется с заказом государства о спортизации молодежи. Ухудшается уровень физического здоровья студентов из-за низкого уровня развития образовательного процесса. Необходимо найти новый подход для развития у молодежи желания саморазвиваться, заниматься физической культурой, постоянно быть в тонусе.

Первой и самой главной проблемой является возникновение различного рода заболеваний. Снижается у молодежи уровень возможности быстрой адаптации к новым условиям, работоспособность, выносливость. Эту проблемы необходимо немедленно решать с помощью занятий физической культурой и спортом. Молодежь должна стремиться к здоровому образу жизни. Этот процесс называется таким термином, как спортизация.

Под спортизацией понимается активное использование спортивной деятельности, спортивных технологий, соревнований и элементов спорта в образовательном процессе с целью формирования спортивной культуры обучающихся.

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Рис. 2. Прививание любви к спорту с раннего детства

Второй немаловажной проблемой развития спорта является снижение эффективности технологий, применяющихся в процессе физического воспитания молодежи. Сегодня, используемые формы и методы обучения в полной мере не реализуют личностный подход преподавателя к формированию ЗОЖ. Главным недостатком является отсутствие индивидуального подхода к студенту. Оздоровительная работа с обучающимися не развита, ведение здорового образа жизни на низшем уровне. Для решения этой проблемы необходимы изменения в методах организации процесса физического воспитания на занятиях физической культуры.

Так, одним из путей внедрения качественных и структурных преобразований в учебный процесс по физическому воспитанию в высшей школе будет изменение формы и методики проведения практических занятий по физической культуре со студентами с целью повышения уровня развития основных физических качеств и двигательных способностей, укрепления уровня их здоровья, целенаправленной подготовки к предстоящей им трудовой и социальной деятельности. Спортивный преподаватель должен найти к каждому студенту подход, иными словами, индивидуализировать процесс обучения. Занятие спортом будет иметь положительный результат только тогда, когда практическое выполнение будет соответствовать способностям занимающегося, его состоянию.

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Третьей проблемы спорта и физической культуры является проьлема индивидуализации. Каждый обучающийся по-разному развит в плане физической подготовленности состоянию здоровья. Точно такие же педагогические приемы влияют на разных студентов по-разному. Кому-то они кажутся сложными, кому-то приносят пользу, а кому-то и вовсе их не хватает. Работа с такими лицами должна проводиться индивидуально. Это и есть очень важная проблема.

Рис. 3. Индивидуализация занятий спортом

В результате молодежь не подготовлена к самостоятельности, к личному использованию средств спорта для поддержания своего здоровья и физической подготовленности.

Для поддержания и сохранения здоровья необходимо организовывать и проводить теоретическое информирование в виде лекций и бесед о важности спорта, о способах и формах организации учебного процесса, о правильности выполнения различных упражнений, о строении человеческого тела и способах сохранения здоровья.

Здоровье – сберегающий подход – это совокупность приемов, методов и форм воздействия наиболее эффективно способствующая формированию и последующему развитию у студентов компетенций здоровье – сбережения, внутренней мотивации занятий физической культурой.

Подводя итог, можно сказать, что развитие физической культуры нужно осуществлять во всех направлениях, не обделяя как специализированные ком-

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

плексы, так и детские сады, школы и людей, желающих совершенствоваться для себя, ведь физическая культура – залог здоровой нации.

Список литературы

1. Алексеев С.В. Спортивное право. Трудовые отношения в спорте: Учебник для студентов вузов, обучающихся по направлениям «Юриспруденция» и «Физическая культура и спорт» / С.В. Алексеев. – М.: ЮНИТИ-ДАНА, Закон и право, 2013. – 647 с.

2. Барчуков И.С. Физическая культура: учебник для студентов учреждений высшего профессионального образования / И.С. Барчуков; под общ. ред. Н.Н. Маликов. – М.: ИЦ Академия, 2013. – 528 с.

3. Виноградов П.А. Физическая культура и спорт трудящихся / П.А. Виноградов, Ю.В. Окуньков. – М.: Советский спорт, 2015. – 172 с.

4. Бишаева А.А. Физическая культура: Учебник для учреждений нач. и сред. проф. образования / А.А. Бишаева. – М.: ИЦ Академия, 2012. – 304.

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)