

**Карелина Елена Алексеевна**

студентка

**Новоселова Марина Сергеевна**

старший преподаватель

ФГБОУ ВО «Уральский государственный юридический университет»

г. Екатеринбург, Свердловская область

## **ПРОБЛЕМЫ РАЗГРАНИЧЕНИЯ ПОНЯТИЙ**

### **ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ**

***Аннотация:** в современном мире педагоги различных образовательных организаций и организаторы физкультурно-оздоровительных мероприятий сталкиваются с проблемой снижения вовлеченности обучающихся в физическую активность. Одной из основных причин этого является устоявшееся мнение о синонимичности понятий «спорт» и «физическая культура». В статье раскрываются различие данных терминов и пути повышения интереса детей к здоровому образу жизни.*

***Ключевые слова:** спорт, физическая культура, отличия, физкультурно-оздоровительные мероприятия, здоровый образ жизни.*

В соответствии со статистикой ВОЗ на 2022 год примерно 31% населения в мире не соблюдали рекомендованный уровень физической активности. Малоподвижный образ жизни становится проблемой глобального характера, так как может привести к возникновению ряда серьёзных заболеваний, чем снизит качество жизни [2]. Аналогичная ситуация наблюдается и у детей, по данным ВОЗ примерно 79,1% мальчиков и 80,9% девочек ведут преимущественно не активный образ жизни.

В Российской Федерации реализуется национальная программа «Развитие физической культуры и спорта». Были изданы Постановление Правительства РФ от 30.09.2021 №1661 «Об утверждении государственной программы Российской

Федерации «Развитие физической культуры и спорта» и о признании утратившими силу некоторых актов и отдельных положений некоторых актов Правительства Российской Федерации», Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 17.03.2025 №209 «Об утверждении федеральной программы воспитательной работы для организаций отдыха детей и их оздоровления и календарного плана воспитательной работы» и иные. Это позволяет нам определить, что государство заинтересованно в сохранении и улучшении здоровья населения и детей. В рамках её реализации проводятся физкультурно-оздоровительные мероприятия.

Из результатов исследования за 2023 год следует, что наиболее вовлечённой в них является категория граждан от 30–39 лет и составляет 32,2%, люди остальных возрастов вовлечены в данную деятельность меньше. Более подробная информация по данному вопросу приведена в таблице ниже.

Таблица

Анализ вовлеченности граждан  
в физкультурно-оздоровительные мероприятия

Возрастная категория граждан	Доля вовлеченности в физкультурно-оздоровительные мероприятия
20–29 лет	23,7%
30–39 лет	32,2%
40–54 лет	28,3%
55–59 лет	8,2%
От 60 лет	7,6%

Часть из них полагает, что не сможет выполнить физические упражнения или в результате выполнения получить травму, поэтому необходимо разграничивать понятия «физическая культура» и «спорт», что впоследствии может привести к повышению интереса к физической активности у детей, так как чаще всего на поведение детей влияет личный пример родителей и других членов семьи.

*Цель исследования:* выявить различия между понятиями «физкультура» и «спорт», выявить пути преодоления ошибочного отождествления физической культуры и спорта с целью привлечения населения к участию в физкультурно-оздоровительных мероприятиях.

*Задачи исследования.*

1. Провести анализ понятий «физическая культура» и «спорт».
2. Выявить различия между понятиями «физическая культура» и «спорт».
3. Выявить факторы, влияющие на нежелание населения, принимать участие в физкультурно-оздоровительных мероприятиях.
4. Выявить инструменты повышения вовлеченности населения в физкультурно-оздоровительные мероприятия.

*Методы исследования:* исследование основано на анализе научных публикаций, понятий «физическая культура» и «спорт» данных в Федеральном Законе [6].

*Организация исследования:* необходимо определить цели и задачи исследования, а также проанализировать и систематизировать материалы, полученные в результате исследования в результате чего выявить пути решения проблемы, указанные в исследовании.

*Результат исследования.*

Проанализировав текущую ситуацию, можно сделать вывод, что у населения сложилось устойчивое мнение, о синонимичности понятий «физкультура» и «спорт», вследствие чего, не имеющие достаточного количества времени или состояния здоровья, подходящего для активных физических тренировок люди, в том числе и младшего возраста, выбирают малоподвижный образ жизни, отказываясь от участия в физкультурно-оздоровительных мероприятиях [7].

Понятие спорт определяется в учебной литературе как: «спорт (в широком понимании) представляет собой собственно соревновательную деятельность, процесс специальной подготовки к достижениям в ней, а также специфические межчеловеческие отношения, поведенческие нормы и достижения в сфере этой деятельности» [1, с. 322].

Исходя из вышеизложенного, следует вывод о том, что основной целью спортивной деятельностью является участие и победа в соревнованиях различных уровней, что подтверждается желанием спортсменов как можно чаще занимать именно призовые места. Кроме этого, для занятий профессиональным спортом требуется хорошее состояние здоровья (по общему правилу I или II группу

здоровья) и «дух соперничества». Молодые люди и учащиеся образовательных организаций, не готовые к подобному образу жизни, зачастую теряют мотивацию к физическим упражнениям, выбирая малоактивный образ жизни, игнорируя практически любую физическую нагрузку [5, с. 292].

Физическая культура имеет противоположную спорту цель – общее оздоровление организма, развитие способностей человека и формирование привычки к здоровому образу жизни. Данный вид деятельности не подразумевает в себе соревновательного элемента, заниматься могут люди, с любым состоянием здоровья в том числе и с инвалидностью (с разрешения лечащего врача).

Научно доказано, что адаптивная физическая культура помогает при лечении ряда заболеваний, в частности активно используется при работе с детьми с ограниченными возможностями здоровья (например, с ДЦП), позволяя облегчить симптомы протекания болезни и снизить риски наступления осложнений [3].

Для обеспечения доступности занятий физической культурой в Свердловской области реализуется программа «Развитие физической культуры и спорта в муниципальном образовании, город Екатеринбург» на 2021–2026 годы. В области открываются новые спортивные площадки, ремонтируются стадионы, проводятся работы с населением, в том числе школьного и дошкольного возрастов [4].

Опираясь на вышесказанное, необходимо признать, что интерес к участию в спортивно оздоровительных мероприятиях можно повысить с помощью разъяснения сходств и различий терминов, анализируемых в статье. Также необходимо разработать методические рекомендации, которые будут помогать учителям и преподавателям физической культуры доносить важность и пользу данной учебной дисциплины студентам и ученикам, что впоследствии позволит молодым людям ввести в привычку активный образ жизни и передать подобный стиль жизни последующим поколениям.

Таким образом, занятия физической культурой не являются спортом и доступны практически каждому, независимо от состояния здоровья и ряда иных факторов. Это необходимо разъяснить населению, с целью повышения интереса к участию в физкультурно-оздоровительных мероприятиях.

### **Список литературы**

1. Антонова М.А. Физическая культура и спорт / М.А. Антонова // Теория и практика современной науки. – 2021. – №12 (78). – С. 322–325. – EDN BENXUX
2. Всемирная организация здравоохранения [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.who.int/ru/news/item/26-06-2024-nearly-1.8-billion-adults-at-risk-of-disease-from-not-doing-enough-physical-activity> (дата обращения: 25.05.2025).
3. Национальное-фитнесс сообщество. Исследование на предмет вовлеченности различных возрастных групп населения в физкультурно-оздоровительные занятия от 2024 01. 06 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://clck.ru/3MTWtm> (дата обращения: 25.05.2025).
4. Официальный портал Екатеринбурга [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://екатеринбург.рф/жителям/спорт/официально/прогдок> (дата обращения: 25.05.2025).
5. Сысоев А.В. Концептуальный анализ терминов «физическая культура» и «спорт» / А.В. Сысоев, С.В. Седоченко, О.Н. Савинкова // Ученые записки университета имени П. Ф. Лесгафта. – 2019. – №9 (175). – С. 290–294. EDN SLQUSB
6. Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 04.12.2007 №329-ФЗ [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://yandex.ru/search/?clid=11523852&text> (дата обращения: 25.05.2025).
7. Фискалов В.Д. Спорт и система подготовки спортсменов: учебник / В.Д. Фискалов. – М.: Советский спорт, 2010. – 392 с. EDN QYDLWD