

4. Оздоровительный бег, польза бега, как правильно заниматься бегом / URL: <http://budzdorov.org/> (дата обращения: 15.03.2012)

YOGGING - PROVEN WAY TO HEALTH

D. V. Nesterova, V. YA. Khrabrykh

Keywords: running, health, training, hard work, good.

The article is devoted to improving the proper organization of a simple procedure - run. The paper presents recommendations, advice, guidance. Also considered a positive influence to improve the running of the body.

УДК 77.01.00

СОЦИАЛЬНЫЕ ФУНКЦИИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

*А.С. Разумова, студентка 3 курса экономического факультета
Научный руководитель – старший преподаватель
кафедры физического воспитания – О.И.Разумова.
ФГБОУ ВПО «Ульяновская государственная
сельскохозяйственная академия»*

Ключевые слова: *Образование, спорт, тренер, функции, физическая культура.*

Работа посвящена изучению социальных функций физической культуры и спорта.

В жизни человека и общества физическая культура и спорт имеют большое социальное и социально-педагогическое значение. Основные социальные эффекты и значение физической культуры и спорта проявляются в личностном и социальном аспектах. В личностном аспекте важен эффект воздействия физической культуры и спорта на индивида, показывающий, как совершенствуется человек в результате занятий физическими упражнениями. Социальный аспект показывает, как изменяется, совершенствуется под благотворным воздействием физической культуры и спорта социальная деятельность человека и его вклад в со-

циальный прогресс, в общественное производство для удовлетворения потребностей всего общества.

Физическая культура и спорт проявляют себя в жизни современного человека и общества неотъемлемым компонентом образа жизни - общества в целом, социальной общности, группы и личности. Более того, в прогрессирующем цивилизованном обществе все более актуализируется и выдвигается на передний план именно физическая культура личности. Она как сознательная и целеустремленная, рационально организованная, оптимально нормированная и научно управляемая деятельность обеспечивает развитие телесно-двигательной основы человека. В целом физические упражнения способствуют совершенствованию социальных навыков и качеств человека.

Физкультурно-спортивные занятия составляют часть стиля жизни, способа осуществления субъектом индивидуальной или групповой жизнедеятельности. Отношение человека к физической культуре и спорту выражается в активных регулярных или эпизодических занятиях [3]. Исследовательский холдинг «Romir Monitoring» провел опрос на тему «Увлечение спортом», и получил такие данные: в России регулярно занимаются спортом примерно 17% населения, не регулярно занимаются 81% населения, и 2% отказались от ответа [4].

По планам Министерства спорта, туризма и молодежной политики РФ, доля граждан, регулярно занимающихся спортом, к 2015 году должна составлять 30 процентов от всего населения.

“Основной целью “Стратегии развития физкультуры и спорта до 2020 года” является увеличение числа граждан Российской Федерации, регулярно занимающихся спортом, - заявил агентству “Весь спорт” заместитель министра спорта РФ, олимпийский чемпион Павел Колобков.

Отметим, что эта цифра пока вдвое ниже планки, установленной премьер-министром РФ Владимиром Путиным в апреле нынешнего года. Представляя отчет о работе правительства, он потребовал, чтобы спортом в стране занялось две трети населения. Затем, по его мнению, надо стремиться выйти на уровень многих европейских стран, где эта доля составляет порядка 70%.

По словам Колобкова, особое внимание в программе уделяется развитию спорта среди студентов, лиц с ограниченными физическими возможностями [5].

На основе возрастающего общественного производства осуществляется и совершенствуется рост общественных фондов потребления и личного благосостояния людей. Это, в свою очередь, существенно определяет масштабы и основные направления физической культуры и

спорта в стране, гарантирует широким слоям населения удовлетворение их потребностей в занятиях физической культурой и спортом, в рациональной активизации двигательного режима, обеспечивающего здоровье и высокую работоспособность, творческое долголетие и хорошее самочувствие.

Основными социальными функциями физической культуры и спорта являются: воспитательная, гуманистическая, образовательная, материально-производственная.

Ведущей социальной функцией физической культуры и спорта является воспитание человека. Эффективность воспитывающих функций обусловлена их взаимосвязью с другими явлениями общественной жизни, сочетанием физического воспитания с остальными компонентами комплексной системы воспитания. Наряду с физическим воспитанием человек получает духовное, умственное, трудовое, эстетическое и патриотическое воспитание. В процессе физкультурно-спортивной деятельности, на физкультурно-спортивных занятиях, спортивной тренировке, в туристических походах и краеведческих экскурсиях человек воспитывается многосторонне.

Воспитание человека в сфере физической культуры и спорта включает:

- распространение духовного, идеологического, гуманистического влияния социальной среды на все стороны физкультурно-спортивной деятельности и на разнообразные формы, виды и методы физкультурно-оздоровительной и спортивной работы;

- использование совокупности экономических, социальных и духовных условий физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности;

- целеустремленное использование различных форм, средств и методов физического воспитания как специфической сферы образовательной и социально-педагогической деятельности.

В процессе занятий физкультурой и спортом развиваются ценные социальные качества личности, такие, как гуманистическая убежденность, признание первостепенной ценности и приоритетности прав и свобод личности, устойчивость дружелюбных и уважительных отношений к людям. Сами по себе абстрактные понятия «спорт», «физическая культура», так же, как и «образование», «культура», «искусство», человека не воспитывают. Его воспитывает активный субъект деятельности, в частности тренер, учитель, инструктор, менеджер, при этом учащийся, спортсмен не остается пассивным объектом, а со своей стороны активно включается в физкультурно-спортивную деятельность, стремясь

творчески добиться наилучших результатов. Своим старанием и инициативой учащийся, в свою очередь, воздействует на тренера, педагога. Таким образом, в процессе физкультурно-спортивных занятий создается субъектно-объектная воспитывающая система.

В процессе занятий физической культурой и спортом развивается общественная активность личности. Спортсмены широко участвуют в выборной общественной деятельности, старательно выполняя функции и обязанности общественных судей, тренеров, инструкторов, капитанов команд, старост групп, секций и кружков.

Гуманистическая нравственность активно реализуется и воспитывается в товарищеском взаимодействии, в спортивном коллективе, в команде, группе, между спортсменами и тренером, среди партнеров и соперников по спорту на основе сознательно и добросовестно соблюдаемых правил, обычаев, традиций, неразрывно связанных с этикой общественного поведения, спортивной этикой.

Спортивные мероприятия способствуют сближению и взаимопониманию, становлению и укреплению товарищеского партнерства и дружеских связей между представителями различных этнических общностей. Спортивные межнациональные контакты способствуют сближению национальных культур, ускорению духовного и нравственного развития каждого народа. Общение спортсменов содействует преодолению негативных настроений и предубежденности между представителями разных этносов и стран [2].

Занятия физическими упражнениями обеспечивают повышение умственной работоспособности, более полное и качественное усвоение новых знаний, что положительно сказывается на сроках и плодотворности обучения разных контингентов, имеет немалый социально-экономический эффект.

Занятия физической культурой и спортом способствуют повышению общей и специальной работоспособности, социальной биогенной адаптации к условиям среды и обеспечивают готовность человека к социальной деятельности [1].

Библиографический список:

1. Виленский М.Я., Физическая культура студента: Учебник, «Гардарика» - М., 1996, 448 с.
2. Выдрин В.М., Теория и методика физической культуры: Курс лекций. - СПб., 1999
3. Морозов, В.И. Спорт, общество, человек / В.И. Морозов. – Мн.: 1996. – 112 с.
4. <http://www.cybersecurity.ru>

5. <http://www.newsru.com>

SOCIAL FUNCTIONS OF PHYSICAL CULTURE AND SPORTS

A.S.Razumova., O.I.Razumova.

Keywords: Education, Sports, Coach, function, physical culture.

This is a study of the social functions of physical culture and sports.

УДК 77.01.00

ПРИНЦИПЫ ЗДОРОВЬЕ СБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В ОБРАЗОВАНИИ

*А.С. Разумова, студентка 3 курса экономического факультета
Научный руководитель – старший преподаватель
кафедры физического воспитания – О.И.Разумова.
ФГБОУ ВПО «Ульяновская государственная
сельскохозяйственная академия»*

Ключевые слова: *Взаимосвязь, здоровый образ жизни, методы, образование, принципы, технологии, физическая культура.*

Работа посвящена изучению принципов здоровьесберегающих технологий в образовании.

Термин «здоровьесберегающие образовательные технологии» можно рассматривать и как качественную характеристику любой образовательной технологии, её «сертификат безопасности для здоровья», и как совокупность тех принципов, приёмов, методов педагогической работы, которые дополняют традиционные технологии обучения и воспитания, наделяют их признаком здоровьесбережения.

Системный анализ содержания образования, образовательного процесса и существенных характеристик педагогических технологий позволил выделить и сформулировать ряд важных технологических принципов, которые учитывались при разработке здоровьесберегающей системы образования [1].

1. Принцип единства связи элементов системы здоровьесберегающей технологии.