

**Модернизация системы физического воспитания и спорта студенческой молодежи: тенденции, проблемы, пути решения**

**Ницина Ольга Александровна**

*Студент*

*Иркутский государственный университет, Институт социальных наук, Шелехов,  
Россия*

*E-mail: olichk1102@yandex.ru*

Система физического воспитания является одним из важнейших факторов успешного развития и функционирования общества. Неоднократно доказаны утверждения о том, что возможности различных видов физических упражнений в укреплении здоровья, повышении общей работоспособности, психической устойчивости и других, не менее значимых показателях, очень велики. Развития современного общества связано с процессами трансформации и модернизации, вследствие чего происходят изменения социальных систем и ценностей, которые, в свою очередь, оказывают влияние на различные группы населения. Одной из наиболее мобильных социально-демографических групп является молодежь, от которой зависят процессы социальных изменений, которая будет формировать общество будущего. При этом здоровье выступает как ведущий фактор, определяющий не только гармоничное развитие личности, но и успешность освоения профессии, плодотворность будущей профессиональной деятельности [1]. Физическая культура и спорт необходимы для социального становления молодого человека, являясь важным средством его всестороннего развития. Физическая культура и спорт – это мощные социальные феномены, способные формировать и преобразовывать как социальную реальность, так и личность.

В России сегодня регулярно занимаются физической культурой и спортом только 15 % граждан. Можно отметить то, что этот крайне низкий показатель говорит не о равнодушии людей к физическим упражнениям, а в большинстве своем об отсутствии возможностей для занятий спортом. Говорит о том, что ресурсы для развития системы физической культуры и спорта используются неэффективно. И на сегодняшний день возникает необходимость формирования недорогой, доступной широким слоям населения, но в то же время полноценной спортивной инфраструктуры. Значительной модернизации требует система физического воспитания в образовательных учреждениях. Практически нет успехов в области развития студенческого спорта, сворачивается деятельность спортклубов, а большинство вузов не справляется даже с требованиями учебной дисциплины по физкультуре[2]. А ведь студенческий спорт - это база для спорта высоких достижений во всем мире. Ценой этих и других нерешенных проблем часто является не только физическая, но и нравственная деградация личности. Актуальность проблемы определяется также тем обстоятельством, что большое количество студентов имеет низкие показатели физического развития, что связано с различными факторами: социально-демографическими, климатогеографическими и другими. Но, тем не менее, данные большинства исследований позволяют говорить о том, что здоровье и жизнеспособность человека, независимо от его социального статуса, на 50% зависят от его образа жизни.

Грамотно сформированный стиль жизни является ключевым моментом в сохранении здоровья человека. Существует множество фитнес-центров и спортивных клубов, но целевая аудитория большинства таких учреждений включает в себя людей с высоким уровнем доходов. В то время как развитие массового спорта, доступного абсолютно всем слоям населения, независимо от их социального статуса и положения, имеет достаточно низкий уровень. Содержание проблемы и необходимость ее решения связывается, во-первых, со слабой материально-технической базой условий проведения занятий физической культурой. Необходимо строительство и открытие новых комплексов, физкультурно-оздоровительных, центров, а также реконструкция действующих объектов, создание оптимальных условия для занятий физкультурно-оздоровительной деятельностью. Во-вторых, с повышением стоимости физкультурно-спортивных услуг. Недостаточное количество спортивных объектов является одним из факторов повышенной стоимости тех физкультурно-оздоровительных услуг, которые предлагают уже существующие центры. Необходима доступная ценовая политика в отношении услуг, которые касаются оздоровления населения, в частности студенческой молодежи, так как материальное положение данной социальной группы является не стабильным. И, в-третьих, как следствие двух предыдущих факторов, у молодежи возникает слабый интерес и слабая мотивация к занятиям физической культурой. Поэтому, для формирования ценностей здорового образа жизни в молодежной среде, необходимо, прежде всего, создание условий, которые будут способствовать привлечению студентов к физкультурно-оздоровительной деятельности.

На основании вышеизложенного, можно выделить следующие приоритетные направления модернизация системы физической культуры и спорта:

1. Расширение, реконструкция материально-технической базы для занятий физической культурой и спортом;
2. Развитие не только физических, но и нравственных, эстетических качеств человеческой личности путем применения различных духовно-оздоровительных практик;
3. Обучение кадров для нужд оздоровительного спорта, в частности подготовка высококвалифицированных тренеров-инструкторов в различных физкультурно-оздоровительных областях, инструкторов-методистов оздоровительных занятий;
4. Проведение научных исследований и информационной деятельности в сфере физической культуры и духовного развития личности;
5. Организация мероприятий, направленных на повышение социального статуса физической культуры и спорта как одной из составляющих национальной идеи, формирующей физически здорового и развитого человека, а также на развитие «культы» здорового тела, здорового духа, здоровой жизни.

Реализация данных мероприятий позволит модернизировать и усовершенствовать систему физического воспитания студентов путем включения в занятия современных оздоровительных практик; сделать массовый спорт доступным для студентов; привлечь молодежь к регулярным занятиям физической культурой и спортом; организовать работы по проведению массовых спортивных и зрелищных мероприятий; агитационно-пропагандистскую работу по физической культуре и спорту; укрепить и развить спортивную материально-техническую базу; улучшить показатели здоровья населения.

Занятия физической культурой и спортом — это не только физическое здоровье и физическое совершенствование человека, но и весь комплекс воспитательного, оздо-

ровительного, профилактического, а также духовного воздействий, способствующих гармоничному развитию личности. В связи с преобразованием современного общества, процессами трансформации увеличиваются нагрузки на организм человека. Таким образом, проблема необходимости совершенствования системы физического воспитания, а вместе с тем и развития духовной сферы человека в современных условиях является особенно актуальной, так как гармоничное развитие личности является основой успешного развития и функционирования общества.

### **Литература**

1. Ильинич, В.И. Студенческий спорт и жизнь. / В.И. Ильинич / М.: АО «Аспект пресс», 1995. – 144 с.
2. <http://www.bmsi.ru> (Библиотека международной спортивной информации)