

СПОРТ В СОВРЕМЕННОМ МИРЕ И ОБЩЕСТВЕ**Ю.А. Чехович**, 2 курсНаучный руководитель – **А.Ю. Филипский**, старший преподаватель
Полесский государственный университет

Современный спорт не стоит на месте. Совершенствуются методики подготовки спортсменов на различных этапах специализации, появляются новые способы развития необходимых физических качеств атлетов, появляются новые эталоны в технике выполнения двигательных действий, антропометрических параметров [1, с.22].

В XXI веке нет ни одного человека, который бы не занимался физической культурой и спортом, не участвовал в каких-либо состязаниях, эстафетах, флэш-мобах. Доказательством является то, что интерес к крупнейшим международным соревнованиям, таким как Олимпийские игры, Чемпионаты мира и Европы, Всемирные универсиады, неуклонно растет. За проведением этих соревнований наблюдает каждый второй житель планеты, потому как это самые захватывающие и непредсказуемые зрелища. Наблюдая за выдающимися спортсменами мира, люди получают бурю эмоций, которые ни с чем не сравнимы. Такие крупнейшие мероприятия привлекают людей к занятиям физической культурой и спортом.

Физическая культура и спорт выступают как мощное средство социального становления личности человека, активного совершенствования индивидуальных, личностных качеств, а также совершенствования профессионально значимых качеств, двигательной сферы и других. Таким образом, физическая культура и спорт являются важнейшим условием, а физическое воспитание важнейшим средством всестороннего и гармоничного развития личности. [1, с.118].

Во всём мире роль физической культуры и спорта люди видят по-разному. Одни очень прохладно относятся к физической культуре и спорту и, даже считают занятия ими бесполезной тратой времени. Другие люди видят смысл в спорте и их, к счастью, больше, чем первых. Причём каждый из них может иметь разное отношение к физической культуре и спорту: кто-то предпочитает смотреть их по телевизору, кто-то предпочитает просто заниматься каким-либо видом спорта или общефизической подготовкой, ну, а для кого-то спорт это средство существования. Среди последних могут быть действующие спортсмены, тренеры, врачи, директора различных спортивных обществ, попечители спорта и др. И каждый из них вносит свой вклад в развитие спорта на нашей планете.

В нашем веке физическая культура и спорт являются многофункциональным общественным явлением. В первую очередь это напрямую связано с фактом воздействия на воспитание человека, а также с профилактикой и снижением риска обширного ряда заболеваний. Занятия физической культурой и спортом на регулярной основе ведут к повышению функциональных возможностей человека, активности обменных процессов в организме, стабилизации обмена веществ и энергии. В противном случае, малоподвижный образ жизни ведет к атрофии мышц, снижению прочности костей, ухудшению функционального состояния центральной нервной, дыхательной, сердечно-сосудистой и других систем. Тонус и жизнедеятельность организма значительно снижается. [4, с.11].

Придя в спортивную секцию или школу, юный спортсмен попадает в новую социальную сферу: тренеры, судьи, спортивный коллектив – это новые личности социализации, конкретные люди, ответственные за воспитание и образование, обучение культурным нормам и образцам поведения, обеспечивающие эффективное освоение новой социальной роли, в которой оказывается юный спортсмен. Для каждого человека особенно важна первичная социализация, когда закладываются основные психофизические и нравственные качества личности. В первичной социализации спортсмена, наряду с семьей и школой, задействован социальный институт физической культуры и спорта. Среди агентов первичной социализации далеко не все играют одинаковую роль и обладают равным статусом. По отношению к ребенку, проходящему социализацию, родители занимают превосходящую позицию. Для юного спортсмена тренер также играет одну из ведущих ролей. Ровесники, напротив, равны ему. Они прощают ему многое из того, что не прощают родители и тренер. В каком-то смысле, с одной стороны ровесники, а с другой родители и тренер воздейству-

ют на юного спортсмена в противоположных направлениях. Тренер в данном случае усиливает позиции родителей в формировании базисных ценностей, а также регулирует сиюминутное поведение, ориентируя юного спортсмена на спортивный стиль жизни, достижение высоких результатов. [4, с.96].

Многие врачи рекомендуют спорт как профилактику многих заболеваний, а физические нагрузки всегда были, есть и будут основой реабилитации после каких-либо заболеваний, операций, травм. Также рекомендуют абсолютно всем людям независимо от возраста заниматься циклическими видами спорта, бег, плавание, катание на лыжах. [1, с.46].

Эти виды спорта при правильном дозировании нагрузок оказывают огромное положительное влияние на опорно-двигательный аппарат, при занятии этими видами спорта в работу включаются все группы мышц. Занятие физкультурой повышает стрессоустойчивость, что немаловажно для современного общества. Но также есть и другая сторона медали, такая, как злоупотребление физическими нагрузками, особенно это просматривается в современном обществе. Так как современная индустрия красоты диктует свои правила и люди подстраиваются под нее, возникают проблемы с пониманием, что такое физическая нагрузка. Многие проводят часы в спортивных залах, бегают изнурительные кроссы, без инструктора, тренера, думая о том, что, прочитав в интернете или спросив у знакомого программу его тренировки, это даст положительный эффект по истечении короткого промежутка времени.

Злоупотребление физическими нагрузками может нанести не малый вред, поэтому при выборе нагрузки нужен индивидуальный подход, который может найти специалист в данной области, другими словами, тренер, фитнес-инструктор. Но в XXI веке есть серьезная проблема для физической культуры и спорта это отток за рубеж квалифицированных специалистов, тренеров и спортсменов. Это обусловлено, с одной стороны, высоким уровнем подготовленности наших специалистов, тренеров и спортсменов, востребованностью их на мировом уровне, а с другой - отсутствием условий для полноценной работы в нашей стране. Забота о развитии физической культуры и спорта является важнейшей составляющей социальной политики государства, обеспечивающей воплощение в жизнь гуманистических идеалов, ценностей и норм, дающей широкий простор для выявления способностей людей, удовлетворения их интересов и потребностей, активизации человеческого фактора.

Физическая культура, являясь одной из граней общей культуры, во многом определяет поведение человека в учебе, на производстве, в быту, в общении, способствует решению социально-экономических, воспитательных и оздоровительных задач. [4, с.143].

Огромный социальный потенциал физической культуры и спорта необходимо в полной мере использовать на благо процветания Беларуси, поскольку это наименее затратный и наиболее результативный рычаг форсированного морального и физического оздоровления нации.

Однако в настоящее время физической культурой и спортом в стране занимаются всего 27% населения, тогда как в экономически развитых странах мира этот показатель достигает 40-60%. Самая острая и требующая срочного решения проблема - низкая физическая подготовленность учащихся. Реальный объем двигательной активности учащихся и студентов не обеспечивает полноценного развития и укрепления здоровья подрастающего поколения. Увеличивается число учащихся и студентов, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе. Распространенность гиподинамии среди школьников достигла 80% [4, с.167].

В целях реализации новых социальных требований к системе физической культуры и спорта необходимо осуществить комплекс первоочередных мер по улучшению физкультурно-спортивной работы и формированию здорового образа жизни населения.

Одной из главных функций государства является удовлетворение общих потребностей, в том числе потребностей в здоровом образе жизни и в занятиях физкультурой и спортом. Сегодня необходимо разработать единую стратегию действий различных министерств и ведомств, общественных организаций, ученых и специалистов. Эта стратегия должна быть направлена на создание максимально благоприятных условий для оздоровления людей в трудовых коллективах, в образовательных учреждениях, по месту жительства, в местах отдыха.

В настоящее время в нашей стране формируется активный интерес к здоровому образу жизни. Сейчас можно утверждать, что в Республике Беларусь возникает новый социальный феномен, вы-

ражающийся в острой экономической заинтересованности граждан в сохранении здоровья как основы материального благополучия.

Необходимо сохранить и восстановить лучшие традиции отечественного физкультурно-спортивного движения и продолжить поиск новых высокоэффективных физкультурно-оздоровительных и спортивных технологий, направленных на максимальное вовлечение всех слоев населения в активные занятия физической культурой и спортом.

Общенациональное патриотическое движение за оздоровление белорусских граждан средствами физической культуры и спорта должно быть подкреплено на уровне региональной политики, инициативами предпринимательских кругов, трудовых коллективов, общественных организаций и партий, учебных заведений.

Важнейшая задача совершенствования системы управления физической культурой и спортом - формирование оптимальной отраслевой модели управления, в которой будут четко распределены и согласованы компетенция и полномочия, функции и ответственность всех субъектов физкультурно-спортивной деятельности, как на республиканском уровне, так и на уровне местных органов власти.

Список использованных источников

1. Бальсевич В.К. Современные достижения спортивной науки. М., 2004
2. Верхошанский Ю.В. Программирование и организация тренировочного процесса. – М.: ФиС, 2005.
3. Верхошанский Ю.В. Основы специальной физической подготовки спортсмена. – М.: ФиС, 2007.
4. Верхошанский Ю.В. Теория и практика физической культуры, 2003.
5. Костюченко В.Ф. Классификация специальных упражнений, применяемых в тренировке метателей (на примере метания копья) / В.Ф. Костюченко, Е.П. Врублевский, В.А. Боровая // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2014. – № 5.
6. Костюченко, В.Ф. Особенности индивидуальной тренировочной деятельности спортсменов высокой квалификации в годичном цикле подготовки / В.Ф. Костюченко, Е.П. Врублевский // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2009. – № 3.