

Физическая  
{ культура и спорт  
как социальное  
явление общества

Работу выполнила: Левщанова М.Г. Гр 3ПСО12

Физическая культура - органическая часть общечеловеческой культуры, ее особая самостоятельная область. Вместе с тем, это специфический процесс и результат человеческой деятельности, средство и способ физического и духовного совершенствования личности. Физическая культура удовлетворяет социальные потребности в общении, игре, развлечении, в некоторых формах самовыражения личности через социально-активную полезную деятельность [3].

В своей основе физическая культура имеет целесообразную двигательную деятельность в форме физических упражнений, позволяющих эффективно формировать необходимые умения и навыки, физические способности, оптимизировать состояние здоровья и работоспособность.

- ▣ К физической культуре относится достаточно широкий круг явлений, в частности :
- ▣ - тело человека с его характеристиками;
- ▣ - процесс физического развития и физического воспитания;
- ▣ - знания, потребности, ценностные ориентации, социальные отношения и институты.

# Формы и функции физической культуры

Под функциями физической культуры понимаются объективно присущие ей свойства воздействовать на человека и человеческие отношения, удовлетворять и развивать потребности общества и личности. При этом подразумевается, что физическая культура реализуется в полной мере не сама собой, а главным образом через активную деятельность человека, направленную на использование соответствующих культурных ценностей.

Функции физической культуры практически неотделимы от ее форм, на основе которых они осуществляются.

- Выделяют следующие разделы и виды физической культуры:
- 1. Базовая физическая культура. К ней относится в первую очередь та фундаментальная ее часть, которая включена в систему образования и воспитания подрастающего поколения в качестве основного физического образования и обеспечения базового уровня физической подготовленности.
- 2. Спорт. По сравнению с другими компонентами физической, он представляет наибольшие возможности для поступательного развития физических качеств и связанных с ними двигательных способностей, необходимых в качестве предмета спортивной специализации. В связи с этим ряд общих функций физической культуры получают в спорте свое специфическое выражение.
- 3. Профессионально-прикладная физическая культура. Она подразделяется на собственно профессионально-прикладную и военно-прикладную физическую культуру. Особенности этих разновидностей определяются тем, что они включены в систему специальной подготовки человека к конкретной деятельности, которая становится основной для него.
- Профессионально-прикладная физическая культура направлена на создание предпосылок для успешного освоения той или иной профессии. на оптимизацию профессиональной деятельности и ее воздействия на человека.
- 4. Оздоровительно-реабилитационная физическая культура. Этот специфический раздел физической культуры выделился на основе специально направленного использования физических упражнений в качестве средств профилактики различных заболеваний и восстановления утраченных функций организма.
- 5. «Фоновые» виды физической культуры. Под этим термином объединены гигиеническая физическая культура, включенная в рамки повседневного быта, и рекреативные формы физической культуры. При этом имеются в виду те формы двигательной активности, которые являются факторами оперативной оптимизации текущего функционального состояния организма и нормализации его функций на некотором среднем уровне обычного повседневного состояния, способствуя тем самым формированию благоприятного функционального «фона» для основной деятельности.

Стратегия развития  
физической культуры и  
спорта в РФ на период до  
2020 года

- С переходом России в начале 1990-х годов к новой политико-экономической модели общественного развития, существенные изменения претерпела и система физической культуры.
- Направленность и функционирование системы физической культуры и спорта на протяжении нескольких десятков предыдущих лет определялась утилитарной направленностью (физическая подготовка к труду, защите Родины), а также престижной функцией отечественного спорта на международной арене.
- В последние годы наблюдается смещение цели физической культуры в сторону приоритета психофизического развития личности, формирование ее физической культуры.