Черёмухина Ксения 3ПСО-12

Физическая культура и спорт как социальные явления общества. Современное состояние физической культуры и спорта.

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.

Как и культуру общества в целом, физическую культуру можно рассматривать с разных точек зрения. Для ее относительно полной характеристики необходимо иметь в виду три аспекта:

- деятельностный (физическая культура - как процесс или способ рационально организованной преобразовательной деятельности);

- предметно-ценностный (физическая культура - как совокупность «предметов», представляющих определенную ценность для удовлетворения общественных и личностных потребностей. К таким ценностям можно отнести занятия в области физической культуры, различные методики занятий и обучения физическими упражнениями, материально-техническую базу);

- персонифицированно-результативный (физическая культура - как результат деятельности, воплощенный в самом человеке. Эти результаты могут представлять собой уровень физического развития, физической подготовленности, степень освоения двигательных умений и навыков, эстетика форм тела и др.).

Физическая культура как род деятельности имеет в качестве своей отличительной особенности то, что ее специфическую основу составляет двигательная активность человека, направленная на развитие и сохранение его деятельных сил. Другими словами, ее специфические компоненты представлены рациональными способами двигательной активности. Важно учесть, что к таким способам относятся лишь те, которые позволяют наилучшим образом сформировать необходимые в жизни двигательные умения и навыки, обеспечить направленное развитие жизненно важных физических качеств, улучшить состояние здоровья.

Физическая культура как совокупность предметных ценностей представлена комплексом материальных и духовных бал, созданных в обществе в результате физкультурной деятельности. Для физической культуры они представляют ее ценностное содержание и являются для людей предметом освоения, использования и дальнейшего развития. К ценностям физической культуры относят различные виды гимнастики, спорта, подвижные игры, многочисленные комплексы физических упражнений, а также научные знания, принципы, правила и методы использования физических упражнений, программно-нормативные основы и спортивные достижения.

Физическая культура как персонифицированный результат деятельности характеризуется совокупностью ее полезных результатов, воплощенных в самом человеке. К ним относятся: преобразование природной основы человека и его физическое образование.

Таким образом, физическая культура является сложным, многогранным объектом. Ее необходимо рассматривать и как особый род культурной деятельности, и как результат этой деятельности. Основу ее специфического содержания составляет целесообразная физическая активность человека, направленная на совершенствование его природных качеств и способностей, благодаря чему в общем комплексе явлений культуры физическая культура является специфическим социальным фактором направленного физического развития человека. Именно этим она отличается от других сторон культуры. Однако, имея в виду данное обстоятельство, необходимо констатировать, что физическая культура является неотъемлемым слагаемым культуры общества и личности.

Осознание роли физической культуры в жизни человека и общества усилилось в последние десятилетия. Стимулом для этого является значение физической культуры как фактора совершенствования природы человека, как элемента компенсации развивающегося дисбаланса требуемого объема и качества двигательной активности с одной стороны, и реальной физической активности в повседневной жизни - с другой стороны.

Физическая культура посредством физических упражнений готовит людей к жизни и труду, используя естественные силы природы и весь комплекс гигиенических факторов, а также режим труда, быт, отдых, определяющих состояние здоровья человека и уровень его общей и специальной физической подготовки.

Исходя из этого, нами была выдвинута следующая гипотеза - мы предполагаем, что на современном этапе возросла роль физической культуры и спорта среди молодежи, все большее количество людей приобщается к занятиям спортом и здоровому образу жизни.

Для подтверждения гипотезы, нами было проведено исследование на базе Самарского государственного технического университета. Всего в исследовании приняло участие 20 человек: 10 юношей и 10 девушек. Возраст испытуемых от 19 до 23 лет.