

А. Н. Козулько, Р. Ю. Король

УО «Брестский государственный технический университет», г. Брест

ФИЗКУЛЬТУРНОЕ НАПРАВЛЕНИЕ РАБОТЫ В ПРАКТИКЕ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ЦЕНТРОВ ГОРОДА БРЕСТА

Summary. In this work, a study was conducted on the basis of studying the work of physical education centers of the city of Brest. The physical-health-improving services of the analyzed centers were considered, the features of the provision of services were identified. Achievements and shortcomings in the organization of sports and recreational work in the city of Brest were identified.

Резюме. В данной работе проводилось исследование на основании изучения работы физкультурных центров г. Бреста. Были рассмотрены физкультурно-оздоровительные услуги анализируемых центров, выявлены особенности о. занятия услуг. Были выявлены достижения и недостатки в организации физкультурно-оздоровительной работы в г. Бресте.

Актуальность. Физкультура и спорт играют немаловажную роль в жизни каждого человека. Занятие спортом сопровождается индивидуальным интересом, а также имеет первостепенную важность для сообщества в целом. Благодаря регулярным занятиям физкультурой и спортом, иммунная система укрепляется, можно с легкостью справиться с физическими, умственными и моральными нагрузками. Исходя из этого, физкультурное направление работы осуществляется в практике оздоровительных центров, которые оказывают услуги, включающие развитие физических качеств в секциях по спортивным играм, оздоровление при занятиях оздоровительным плаванием в бассейнах, фитнесом и аквааэробикой, занятия интеллектуальным видом спорта – бильярдом, развитие быстроты реакции при занятиях настольным теннисом и мн. др.

Отрицательные последствия недостатка двигательной активности охватывают весь организм, снижая его сопротивляемость к разнообразным стрессорным воздействиям. Природные воздействия, болезнетворные возбудители, которым организм в норме способен противостоять, могут вызвать расстройство и дискоординацию функций органа, а в дальнейшем и развитие заболевания.

Цель исследования – изучить физкультурное направление работы в практике оздоровительных центров г. Бреста.

Задачи исследования:

1. Рассмотреть физкультурное направление работы в практике оздоровительных центров г. Бреста.

2. Выявить особенности и недостатки организации физкультурно-оздоровительных занятий и формы оздоровительной работы физкультурных центров г. Бреста.

Методы исследования – анализ и обобщение литературных источников, анализ интернет-источников, наблюдение.

Результаты и их обсуждение. Физкультурно-оздоровительный центр – это современный, комфортабельный, прекрасно оснащенный спортивный комплекс, предназначенный для регулярных занятий спортом людей разных профессий, возрастов и разного уровня подготовки. Физкультурно-оздоровительные центры оказывают широкий спектр услуг для жителей города и его гостей. Как в будни, так и в выходные дни здесь можно с интересом провести свободное время, поправить свое здоровье [1].

Основные учреждения г. Бреста, оказывающие физкультурно-оздоровительные услуги, представлены в таблице.

Таблица – Физкультурно-оздоровительные центры г. Бреста

Учреждения	Услуги
Оздоровительно-спортивный комплекс «Брестский»	Оздоровительный бег; занятия в группах здоровья (бальные и спортивные танцы, аэробика, танец живота и др.); тренажерный зал; настольный теннис; футбол (запасное поле).
Спортивный комплекс «Виктория»	«Брестский областной ЦОР по игровым видам спорта»: гандбол; волейбол; баскетбол; тренажерный зал. Занятия в спортзале № 2: аэробика для детей; эстрадные танцы для детей; ритмическая гимнастика для детей; бадминтон; большой теннис; настольный теннис. Занятия на центральной арене: гандбол; мини-футбол, футбол; волейбол; баскетбол; индорхоккей; бильярд; бильярд «Пул»; каратэ.
Спорткомплекс «Динамо»	Занятия в секции пулевой стрельбы; курсы по самообороне; рукопашный бой; занятия в секции по прикладной стрельбе; прикладная стрельба; занятия в секции по рукопашному бою первоначальной подготовки; занятия в секции по рукопашному бою, каратэ.
Спортивный комплекс «Олимп»	Настольный теннис; аренда спортзала; тренажерный зал; хоккей на траве; большой теннис (запасное поле); мини-футбол (запасное поле).
Стадион «Локомотив»	Настольный теннис; бильярд; тренажерный зал; занятия на беговой дорожке; игра на футбольном поле; игра на запасном футбольном поле.
Легкоатлетический манеж	Тренажерный зал; большой теннис; баскетбол; бадминтон; подвижные игры; беговая дорожка; настольный теннис.
Ледовый дворец	Тренажерный зал; хоккей (посещение оздоровительной группы); катание на льду; прокат коньков; бильярд; настольный теннис [2].

Продолжение таблицы

Дворец водных видов спорта	Плавание; аквааэробика; бильярд; настольный теннис; тренажерные залы [3].
Гребной канал	Тренажерный зал; плавание; аквааэробика; йога; ушу; прокат роликовых лыж; прокат роликовых коньков; прокат велосипедов; настольный теннис.
Стрелковый тир	Аэробика; тхэквондо.
Физкультурно-оздоровительный комплекс (ФОК)	Плавание (большой бассейн); плавание (малый бассейн); настольный теннис; бильярд; тренажерный зал; игровой зал.
Картинговый стадион «Альянс»	Картинговый спорт; прокат картингов.
Теннисные корты	Игра; детские групповые занятия; взрослые групповые занятия; индивидуальные занятия, спарринг; занятия специальной физической подготовкой.
Бассейн «Нептун»	Плавание; тренажерный зал.
Зал тяжелой атлетики	Тренажерный зал; аэробика, эстрадные танцы [4].

Таким образом, в г. Бресте различными физкультурными центрами предоставляется широкий спектр физкультурно-оздоровительных услуг, которые направлены на развитие массового спорта и общественного физкультурно-оздоровительного движения, поддержание хорошего уровня здоровья населения города и содействие здоровому образу жизни.

Выводы. Перспективное развитие физической культуры и спорта требует комплексного решения целого ряда противоречий между социальной необходимостью укрепления здоровья населения на основе массового привлечения к занятиям физической культурой и спортом и, с другой стороны, несовершенством деятельности физкультурно-спортивных организаций, недостатком материально-спортивной базы, слабыми кадровыми ресурсами, низкой инновационной готовностью отрасли и другими условиями.

Реализация мер в сфере физической культуры и спорта ориентирована на развитие массового спорта и общественного физкультурно-оздоровительного движения, подготовку спортивного резерва и развитие спорта высших достижений; создание системы информационной, аналитической, научной и методической поддержки, обеспечение технических, организационных и кадровых условий в сфере физической культуры и спорта. Важно стимулировать моду на спортивный отдых и здоровый образ жизни, что во многом зависит от развития системы информационно-пропагандистского сопровождения, в том числе с использованием новых информационных технологий (интернет-порталы, информационные киоски и др.). В конечном счете это еще один фактор доступности физической культуры и спорта.

Центры физкультурно-оздоровительной работы с населением по месту жительства являются первичным звеном организации профилактической деятельности средствами физической культуры и спорта. Основное предназначение этих организаций состоит в обеспечении физкультурно-спортивной занятости и досуга населения во внеучебное и нерабочее время, массовом привлечении к участию в спортивных соревнованиях, конкурсах и праздниках, а также в выявлении и отборе одаренных детей, направлении их в спортивные секции для наиболее полного развития способностей.

Важным фактором привлечения населения к регулярным занятиям физической культурой и спортом является доступность, которая обеспечивается центрами в нескольких аспектах: временном (занятия организованы для детей и молодежи во внеучебное время, для взрослых – в вечерние часы, после завершения трудового дня, а также в выходные); территориальном (занятия организованы в жилых районах, что минимизирует транспортные потребности и снижает сопутствующие издержки); стоимостном (занятия организованы на доступной платной основе).

Наблюдается положительная динамика развития физкультурно-спортивной активности населения, чему способствует целенаправленная деятельность по модернизации материально-спортивной базы, совершенствованию функционирования физкультурно-спортивных организаций, обеспечению доступности и качества услуг, укреплению кадрового потенциала.

Главными факторами планомерного роста численности занимающихся являются модернизация и повышение эффективности использования спортивных сооружений, совершенствование деятельности центров физкультурно-оздоровительной работы с населением по месту жительства, продвижение спортивно-массовых мероприятий, пропагандирующих активный отдых и здоровый образ жизни.

Необходимым условием привлечения населения к занятиям физической культуры и спортом является модернизация и развитие материально-спортивной базы, повышение эффективности использования сети существующих спортивных сооружений. При анализе деятельности физкультурно-оздоровительных центров г. Бреста были выявлены следующие недостатки: недостаточно квалифицированные инструкторы, руководители секций, тренеры, так как оборудование обновляется, функциональность тренажеров увеличивается; прокат устаревшего оборудования; многие из комплексов не реставрируются длительное время; имеются устаревшие тренажеры; некоторые тренажерные залы имеют малое помещение для занятий, что создает неудобства для занимающихся; центры, которым более 20 лет, нуждаются в капитальном ремонте; некоторые современные центры построены некачественно и поэтому нуждаются в ремонте; перегруженность групп у частных тренеров, что снижает эффективность занятий.

Подводя итоги, можно сказать, что, работая над развитием физкультурно-оздоровительной активности населения, необходимо стремиться в полной мере реализовать социально-профилактический потенциал физической культуры и спорта – организовать досуг детей, тем самым снизив риски наркомании и противоправного поведения, укрепить здоровье трудящихся и продлить активную жизнь старшего поколения, создать условия для реабилитации инвалидов.

Список использованной литературы

1. Положение о физкультурно-оздоровительных группах, секциях, клубах по спортивным интересам, школах здоровья // Организация физкультурно-оздоровительной работы среди трудящихся : сб. норматив. док. – Минск : Четыре четверти, 1997. – 148 с.
2. Ледовый дворец [Электронный ресурс]. – 2019. – Режим доступа: <http://nakatke.by>. – Дата доступа: 10.03.2019.
3. Дворец водных видов спорта [Электронный ресурс]. – 2019. – Режим доступа: <http://brest-dvvs.by>. – Дата доступа: 10.03.2019.
4. Спортивные объекты Бреста [Электронный ресурс] // Вечерний Брест. – 2019. – Режим доступа: <http://vb.by>. – Дата доступа: 10.03.2019.