

СКОВБЕЛЬ Т.С., факультет ВиГ, гр. В-100,
Брест, УО «БрГТУ»

Научный руководитель – Бажанова Г.К., старший преподаватель
УО «БрГТУ»

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В ЖИЗНИ СТУДЕНТОВ

Введение. Физическая культура – сфера социальной деятельности, направленная на сохранение и укрепление здоровья, развитие психофизических способностей человека в процессе осознанной двигательной активности.

Цель работы - определить степень использования физической культуры в сфере образования и показатели состояния физической культуры в обществе.

Методы исследования. Анализ литературных источников отечественных и зарубежных авторов, интернет-источники.

Обсуждения результатов. Физическая культура – это часть культуры, представляющая собой совокупность ценностей, норм и знаний, создаваемых и используемых обществом в целях физического и интеллектуального развития способностей человека, совершенствования его двигательной активности и формирования здорового образа жизни, социальной адаптации путем физического воспитания, физической подготовки и физического развития. Основными показателями состояния физической культуры являются: уровень здоровья и физического развития людей; степень использования физической культуры в сфере образования. Каждый из компонентов физической культуры имеет известную самостоятельность, свою собственную целевую установку, материально-техническое обеспечение, различный уровень развития и объем личностных ценностей. Совокупность ценностей физического воспитания достигается в решении взаимосвязанных оздоровительных, развивающих, образовательных задач.

Выводы. Следовательно, к оздоровительным и развивающим задачам физического воспитания относятся: укрепление здоровья и закаливание организма; гармоничное развитие тела и физиологических функций организма; всестороннее развитие физических и психических качеств; обеспечение высокого уровня работоспособности и творческого долголетия.