

Иванова М.И. Капланова Т.В.

Ivanova M.I., Kaplanova T.V.

Уральский государственный юридический университет

имени В.Ф. Яковлева

Ural State University of Law

named after V.F. Yakovlev

Екатеринбург, Россия

Yekaterinburg Russia

**ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА КАК УЧЕБНАЯ ДИСЦИПЛИНА:
ОТ ТРАДИЦИЙ К НОВЫМ ФОРМАМ**

Аннотация: В данной статье автор рассматривает физическая культура как учебная дисциплина. Изучены вопросы исторического развития дисциплины в Российской Империи, Союзе советских социалистических республик и Российской Федерации, определена причинно-следственная связь сложности привлечения обучающихся к занятиям. Рассмотрены действующие федеральные спортивные проекты России и их влияние на спорт. Предложен алгоритм действий для разрешения сложившейся проблемы.

Ключевые слова: физическая культура, физическое воспитание, массовый спорт.

**PHYSICAL EDUCATION AS AN ACADEMIC DISCIPLINE: FROM TRADITIONS
TO NEW FORMS**

Abstract: In this article, the author considers physical education as an academic discipline. The issues of the historical development of the discipline in the Russian Empire, the Union of Soviet Socialist Republics and the Russian Federation are studied, the causal relationship of the difficulty of attracting students to classes is determined. The current federal sports projects of Russia and their impact on sports are considered. An algorithm of actions to solve the current problem is proposed.

Keywords: physical culture, physical education, mass sports.

Физическая культура - самая главная учебная дисциплина для сохранения здоровья среди молодёжи, в частности студентов. Физическая активность для обучающихся необходима не меньше, чем изучение профильных дисциплин. Например, спорт помогает в развитии воспитания движений, совершенствования точной координации, двигательных физических качеств.

На территории Российской Федерации действует Федеральный закон №329 «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», правовое регулирование спортивной и физической деятельности в образовательных организациях закреплено в статье 28. Касаясь высших учебных заведений и средне профессиональных учебных заведений можно выделить следующие положения:

1. Обязательные занятия физической культурой и спортом в пределах основных образовательных программ;
2. Факультативные занятия физической культурой и спортом в пределах дополнительных образовательных программ;
3. Создание условий для вовлечения обучающихся в занятия физической культурой и спортом.
4. Осуществление физкультурных мероприятий во время как учебных, так и внеучебных занятий;
5. Проведение медицинского контроля за организацией физического воспитания;
6. Организация и содействие в проведении спортивных мероприятий с участием обучающихся;
7. Популяризация студенческого спорта;
8. Содействие в участии обучающихся в международных спортивных мероприятиях.

В этом же ФЗ содержится легальное определение физической культуры, а именно - 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 путём физического воспитания, подготовки и развития.

Физическая культура менялась вместе с историей Отечества. Впервые занятия по данной дисциплине стали обязательными в 1701 году, в Московской школе математических и навигационных наук. В последующие годы физическое воспитание стало появляться в иных учебных заведениях. Первыми преподавателями физической культуры можно назвать танцевального мастера Стефана Рамбура и учителя верховой езды И. Штурмевеля [1].

То есть первые занятия по физической культуре не включали в себя ни формирование здорового образа жизни, ни физическое и интеллектуальное развитие человека. Главная цель нововведения - "телесное благолепие" и умение держаться в седле. С течением времени физическая культура развивалась среди населения: обучали преподавателей гимнастики, появлялись новые виды спорта. Однако это не привело к нужному результату, во многих учебных заведениях физическое воспитание не считалось обязательным, поскольку в большинстве отсутствовали помещения для занятий.

Изменения возникли после смены власти в стране в ходе революции 1917 года. Рабочая молодёжь и малоимущие граждане стремились заниматься спортом, на что влиял выход России из Первой мировой войны. Основная цель, ради которой советское правительство стремилось развивать физическую культуру -

политическая. Основная масса занятий проходила в спортивных клубах, из которых могли исключаться граждане, не поддерживающие идеологию партии.

Но главным достижением советского союза принято считать возможность граждан участвовать в массовом физическом спорте страны. По другому это называется комплекс «Готов к труду и обороне», который введён 11 марта 1931 года. Стоит отметить, что внедрение проходило неудачно из-за сложности комплекса, нехватки материально-технического обеспечения, спортивных сооружений, а также отсутствия специалистов, которые могли подготовить людей к выполнению комплекса. Однако, не смотря на такие трудности, уже с середины 1930-ых годов комплекс ГТО стал рассматриваться как основа физического воспитания общества.

С течением времени советское общество развивалось благодаря спорту. СССР был лидером по количеству полученных медалей на Олимпийских играх. Однако, в 1991 году Советский союз распался, и физическая культура претерпела серьёзные изменения.

ФЗ-329 появился лишь в 2007 году, а федеральное финансирование в отдельной строке сформировалось только к 2011 году. Помимо этого, серьёзно страдали спортивные объекты, на ремонт которых просто не хватало денежных средств, многие из них передали коммерсантам. Сильнейшим ударом по физическому воспитанию населения стало в том числе распространение наркотических средств, массовое употребление алкоголя и табака. Всё это привело к тому, что физическая культура как учебная дисциплина не вызывала интереса у студентов и школьников.

Однако со временем спорт в стране снова начал процветать. Значительную роль в этом сыграл национальный проект “Демография”. Федеральный проект включает в себя не только возможность прохождения квалификационного теста ГТО, но и широкое развитие массового спорта. Всё это способствует повышению авторитета физической культуры как учебной дисциплины.

Но тем не менее преподаватели физической культуры продолжают испытывать трудности в активном привлечении студентов к занятиям. Главной причиной можно отметить отсутствие массового спорта на территории Российской Федерации. Занятия спортом и физкультурными занятиями происходят в обязательном порядке исключительно в учебных заведениях, без их дальнейшего продолжения в трудовой деятельности.

Таким образом, физическая культура как учебная дисциплина претерпела ряд изменений. Впервые она появилась в XVIII веке как дополнительная дисциплина, развивающая определённые черты человека. В современных реалиях физическая культура развивает физические и интеллектуальные способности человека. Привлечение студентов к изучению дисциплины остаётся всё также сложным в

связи со слабым развитием массового спорта в России. Для изменения сложившейся ситуации необходимо тесное сотрудничество между преподавателями ВУЗов и государством нашей страны.

Библиографический список:

1. *История физической культуры и спорта: учебник* / Н. Ю. Мельникова, А. В. Трескин; под ред. проф. Н. Ю. Мельниковой. Москва: Советский спорт, 2013. 106 с.

УДК 796.52

Ильина Н.С.

Ilyina N.S.

Уральский государственный университет путей сообщения,

г. Екатеринбург, Россия

Ural State University of Railway Engineering,

Yekaterinburg, Russia

ЗНАЧЕНИЕ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ СТУДЕНТОВ В ПЕРИОД НАПРЯЖЕННЫХ УМСТВЕННЫХ НАГРУЗОК

Аннотация. Здоровье студенческой молодежи – это не только отсутствие болезней или наличие каких-либо физических дефектов, это состояние их физического, духовного, интеллектуального и социального благополучия. В данной статье рассмотрена роль оптимального режима двигательной деятельности студентов, которая позитивно действует на их умственную работоспособность в период нервно-эмоциональных напряжений, помогая организму быстрее реабилитироваться после стресса от экзаменов.

Ключевые слова: студенты, физическая культура, работоспособность.

THE IMPORTANCE OF STUDENTS' MOTOR ACTIVITY DURING PERIODS OF STRESS

Abstract. The health of students is not only the absence of diseases or the presence of any physical defects, it is the state of their physical, spiritual, intellectual and social well-being. This article examines the role of the optimal mode of students' motor activity, which has a positive effect on their mental performance during the period of nervous and emotional stress, helping the body to recover faster after the stress of exams.

Keywords: students, physical education, performance.

В наши дни все большее количество студентов, по роду своей учебной деятельности или развлечения, вынуждены проводить много времени за экраном компьютерного монитора или других гаджетов. Персональный компьютер для них, к сожалению, уже давно превратился в постоянного спутника, так как применение его является необходимостью во время обучения в вузе, и вопросы, связанные с влиянием сидячего образа жизни на здоровье молодежи, вызывают