Аксентьева И.В.

Российский государственный профессионально-педагогический университет,

г. Екатеринбург, Россия

Ira.smagina.88@mail.ru

ОРГАНИЗАЦИЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В УСЛОВИЯХ ОГРАНИЧИТЕЛЬНЫХ МЕР,
ПРЕПЯТСТВУЮЩИХ РАСПРОСТРАНЕНИЮ ПАНДЕМИИ

Аннотация. Статья посвящена организации физкультурно-оздоровительной деятельности в условиях ограничительных мер. Организация физкультурно-оздоровительной деятельности – это целенаправленный систематический процесс массового спорта. В статье анализируется результативность проведения онлайн-занятий физической культурой и спортом в условиях пандемии.

Ключевые слова. Физическая культура и спорт, массовый спорт, физкультурно-оздоровительные и физкультурно-спортивные мероприятия.

*Физические упражнения могут
заменить множество лекарств,
но ни одно лекарство в мире не может
заменить физические упражнения.*

А. Моссо

Тема здорового образа жизни является одним из самых актуальных вопросов на сегодняшний день, а проведение физкультурно-спортивных мероприятий для населения является средством формирования данного образа жизни. Физкультурно-спортивные мероприятия относятся к массовому спорту. Данная форма спортивных мероприятий выступает

как средство массового приобщения всех слоев населения к занятию физической культурой и спортом.

В соответствии с п. 14 ст. 14 Федерального закона от 06.10.2003 № 131-ФЗ «Об общих принципах организации местного самоуправления в Российской Федерации» [4] к вопросам местного значения городского и сельского поселения относится обеспечение условий для развития на территории поселения физической культуры, школьного спорта и массового спорта, организация проведения официальных физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий. Следовательно, в соответствии с интересами государства и требованиями населения перед органами местной власти (муниципальными образованиями) ставится задача организации физкультурно-спортивных и физкультурно-оздоровительных мероприятий для населения, в первую очередь направленных на вовлечение большего количества подрастающего поколения в систематические занятия физической культуры и спорта. И именно вовлечение подрастающего поколения, так как это будущее нашей страны, будущее нации, военной и политической основы, а оно должно быть здоровым и развитым не только физически, но и психологически и духовно. А все эти качества и закладывает в человека занятие физической культурой и спортом.

В соответствии с п. 4 ст. 2 Федерального закона от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» [5]: «массовый спорт - часть спорта, направленная на физическое воспитание и физическое развитие граждан посредством проведения организованных и (или) самостоятельных занятий, а также участия в физкультурных мероприятиях и массовых спортивных мероприятиях». Следовательно, массовый спорт – это и самостоятельные занятия физической культурой.

На сегодняшний день в целях предупреждения распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19) на территории Российской Федерации предпринимаются меры по ограничению и проведению физкультурно-спортивных и физкультурно-оздоровительных мероприятий. Так в соответствии с Указом Губернатора Свердловской области от 26 октября 2020 года № 589-УГ «О внесении изменений в Указ Губернатора Свердловской области от 18.03.2020 № 100-УГ» [3] запрещается проводить массовые физкультурно-спортивные и физкультурно-оздоровительные мероприятия на объектах физической культуры и спорта закрытого типа.

С 18 марта 2020 года в Указ Губернатора в области проведения мероприятий физкультурно-оздоровительной направленности вносилось множество изменений. Мероприятия разрешалось проводить на открытом воздухе, кроме массовых (до 50 человек) и снова они запрещались. Итогом всех этих запретов стало уменьшение количества занимающихся физической культурой и спортом, что может привести и к большому количеству сезонной заболеваемости в период осень 2020 – весна 2021, ведь именно спорт является основной предпосылкой укрепления иммунитета. Но большинство физкультурно-спортивных организаций не сдаются и проводят физкультурно-оздоровительные мероприятия, в том числе и тренировки, в заочном режиме (онлайн). Цифровые технологии также активно внедрились в массовый спорт и мотивируют население продолжать вести здоровый образ жизни [1]. 26 марта 2020 года Министерство спорта Российской Федерации запустило акцию в социальных сетях «Тренируйся дома. Спорт – норма жизни» [2]. Именно онлайн-тренировки с данным хештэгом стали наиболее популярными в период строгих ограничительных мер.

Однако можно говорить о разовости занятий данными тренировками в онлайн-формате. Так на территории Махнёвского

муниципального образования в муниципальном физкультурно-спортивном комплексе «Ермак» (МКУ «МФСК «Ермак») за период с апреля 2020 года по октябрь 2020 года было проведено 14 физкультурно-спортивных и физкультурно-оздоровительных мероприятия для различных слоев населения. В данных мероприятиях приняло участие 301 человек, что в среднем получается 22 человека на мероприятие. По сравнению с 2019 годом – 28 мероприятий и 1480 человек принявших участие, что получается 53 участника на одно мероприятие.

Тренеры МКУ «МФСК «Ермак» с апреля 2020 года начинали проводить онлайн-тренировки, однако задействована была только сфера фитнес-тренировок. Прозанимавшись три занятия в онлайн-формате, группа из 19 человек отказалась в дальнейшем участвовать в онлайн-занятиях, ссылаясь на то, что с тренером в очном формате эффективнее и мотивированнее проходят тренировки. Анализируя данную ситуацию можно сделать следующий вывод: люди оказались не готовы к онлайн-занятиям, тем более что в данной группе занимаются женщины в возрастной категории от 50 до 70 лет. К тому же очень многое зависит и от самого тренера. Он должен был заинтересовать группу к проведению тренировок в данном формате.

Делая вывод об организации физкультурно-оздоровительной деятельности в онлайн-режиме, можно сказать с уверенностью о том, что сфера спорта все больше стала ориентироваться на онлайн-формат. И многие онлайн-практики продолжают действовать и по сей день. Однако занятия физической культурой в онлайн-формате, без очного общения с тренером (тренером-преподавателем), и отсутствие массового спорта (проведение спортивно-массовых и физкультурно-оздоровительных мероприятий для населения в очном режиме) с полным отсутствием пропаганды физической культуры и спорта не приведет к

систематическим занятиям физической культурой и спортом среди населения.

Библиографический список

1. Наздрачев, Г. О. Занятия физической культурой во время пандемии / Г. О. Наздрачев, А. С. Машичев. — Текст: непосредственный // Молодой ученый. — 2020. — № 20 (310). — С. 489-490.
2. *Официальный сайт* Министерства спорта Российской Федерации. Электронный ресурс. URL: <https://minsport.gov.ru/press-centre/news/34807/> (дата обращения: 14.11.2020). Текст: электронный.
3. Указ губернатора Свердловской области от 26 октября 2020 года № 589-УГ «О внесении изменений в Указ Губернатора Свердловской области от 18.03.2020 № 100-УГ «О введении на территории Свердловской области режима повышенной готовности и принятии дополнительных мер по защите населения от новой коронавирусной инфекции (2019-nCoV)» // www.pravo.gov66.ru. Текст: электронный.
4. *Федеральный закон* от 06.10.2003 № 131-ФЗ (ред. от 20.07.2020) Об общих принципах организации местного самоуправления в Российской Федерации (с изм. и доп., вступ. в силу с 28.08.2020) // Собрание законодательства РФ, 06.10.2003, № 40, ст. 3822. Текст: электронный.
5. *Федеральный закон* от 04.12.2007 № 329-ФЗ (ред. от 31.07.2020) О физической культуре и спорте в Российской Федерации (с изм. и доп., вступ. в силу с 30.09.2020) // Российская газета, № 276, 08.12.2007. Текст: электронный.

Аптулаева Е. С.

Российский государственный профессионально-педагогический университет,

г. Екатеринбург, Россия

lisaveta.arte@gmail.com

РАЗВИТИЕ НАПРАВЛЕНИЯ ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВОГО
ОБРАЗА ЖИЗНИ СТУДЕНТОВ