УДК 519.20

Оспищев Виктор Петрович

старший преподаватель кафедры физического воспитания

Белгородский государственный университет

Белгород

Ospishchev Victor Petrovich

Belgorod University

ospishchev@bsu.edu.ru

Добренькая Юлия Владимировна

студент

Белгородский государственный университет

Белгород

Dobrenkaya Julia Vladimirovna

Belgorod University

uliadobrenkaa35@gmail.ru

**ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ В СИСТЕМЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**

**PHYSICAL CULTURE AND SPORTS IN THE HIGHER EDUCATION SYSTEM**

**Аннотация**: В статье приведены и изучены приоритетные направления системы образования, изучено влияние физической культуры и спорта на учебно-воспитательный процесс. Уделено внимание физической культуре и спорту с позиции их воздействия на здоровье человека с общественно-исторической практики. В статье собраны основные представления о физическом воспитании в системе высшего образования. Занятия физкультурой и спортом это основной источник здорового тела, поэтому очень важно изучить подробнее влияние предмета физкультуры на умственную и духовную жизнь студентов.

**Abstract:** The article presents and studies the priority areas of the education system, examines the influence of physical culture and sports on the educational process. Attention is paid to physical culture and sports from the perspective of their impact on human health from socio-historical practice. The article contains the basic concepts of physical education in the higher education system. Physical education and sports are the main source of a healthy body, so it is very important to study in more detail the influence of the subject of physical education on the mental and spiritual life of students.

**Ключевые** **слова**: физическая культура, спорт, высшее образование, физическое образование, здоровье, благополучие.

**Keywords:** physical education, sports, higher education, physical education, health, well-being.

**Введение**

Физическая культура и спорт — это составная часть общей культуры, которая представляет собой ценности, нормы, знания. Это область социальной деятельности, которая направлена на достижение физического развития человека при помощи осознанной двигательной активности. Высшее образование является важной ступенью в образовательной системе, целью которой является формирование компетентного и грамотного специалиста, готового к профессиональной деятельности. Физическая культура и спорт играют важную роль в образовании, как инструмент формирования физических и моральных качеств студентов, так и в обеспечении их здоровья и благополучия.

Целью данной статьи является анализ роли физической культуры и спорта в системе высшего образования, а также определение эффективных способов их реализации.

**Материалы и методы**

Материалы для статьи были собраны на основе литературного обзора и анализа статистических данных. Были проанализированы данные о физическом образовании в высших учебных заведениях различных стран, а также опубликованные исследования по теме.

**Результаты исследования**

В системе высшего образования дисциплина «Физическая культура и спорт» должна решать важные общепедагогические задачи и способствовать развитию правильного здорового образа жизни студентов.

На занятиях студенты приобретают базовые знания практического характера, поддерживают определённый уровень функциональной подготовленности, приобретают опыт в регулировании и корректировании индивидуального физического становления, используют средства физической культуры для организации активного отдыха, изучают технику безопасности для предотвращения травматизма, проводят профилактические мероприятия врождённых и приобретённых заболеваний.

Физическая культура и спорт в высшем профессиональном образовании формирует личностные качества учащихся, такие как трудолюбие, целеустремленность, выносливость, лидерство, ориентация на сплочённость, ответственность, самоконтроль, самооценка и другие.

Физическая культура и спорт играют важную роль в системе высшего образования, как инструмент формирования физических и моральных качеств студентов. Они способствуют:

1) Формированию физических навыков и координации;

2) Укреплению здоровья и благополучия студентов;

3) Развитию моральных качеств, таких как дисциплина, доброта и спортивное мастерство;

4) Социализации и общению студентов;

5) Обучению студентов важности здорового образа жизни и физической активности.

В высших учебных заведениях физическая культура и спорт реализуются в виде различных программ и курсов, таких как:

1) Физкультура и спорт как отдельный предмет;

2) Спортивные секции и клубы;

3) Фитнес и йога;

4) Тренажеры и программы по укреплению здоровья.

В последние годы физическая культура и спорт в высших учебных заведениях подверглись изменениям, связанным с изменением образовательной политики и технологий. В частности, были введены электронные платформы для мониторинга физической активности и здоровья студентов, а также разработаны программы для дистанционного обучения.

**Заключение**

Таким образом, физическая культура и спорт играют важную роль в системе высшего образования, как инструмент формирования физических и моральных качеств студентов. Для успешной реализации физической культуры и спорта в высших учебных заведениях необходимо:

- Обеспечить финансирование программ физической культуры и спорта;

- Разработать эффективные программы и курсы для студентов;

- Обеспечить доступность программ физической культуры и спорта для всех студентов;

- Внедрять новейшие технологии и методы для мониторинга физической активности и здоровья студентов.

**Список литературы**

1. Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 04.12.2007 № 329-ФЗ [Электронный ресурс] // URL: http://www.consultant.ru/document/cons\_doc\_LAW\_73038/ (дата обращения: 01.02.2022).

2. Бацунов, С. Н. Современная парадигма развития физической культуры и спорта в вузе / С. Н. Бацунов, Е. Г. Цапов. Н. А. Усцелемова // Филологические науки. Вопросы теории и практики. — 2017. — № 7–1 (73). — 180–183 с.

3. Вестник Научного общества студентов, аспирантов и молодых ученых [Электронный ресурс] / Федеральное гос. бюджетное образовательное учреждение высш. проф. образования «Амурский гуманитарно-пед. гос. ун-т». — Комсомольск-на-Амуре: АмГПГУ, 2017. № 2–28 с.

4. Дианов, Д. В. Физическая культура. Педагогические основы ценностного отношения к здоровью / Д. В. Дианов, Е. А. Радугина, Е Степанян. — М.: КноРус, 2018. — 184 с.

5. Кайнова Э. Б. Общая педагогика физической культуры и спорта: Учебное пособие / Э. Б. Кайнова. — М.: Форум; НИЦ Инфра-М, 2014. — 208 с.

6. Васильева, Ю. Я. Физическая культура и спорт в системе высшего образования / Ю. Я. Васильева. — Текст : непосредственный // Педагогическое мастерство : материалы XXVII Междунар. науч. конф. (г. Казань, апрель 2022 г.). — Казань: Молодой ученый, 2022. — С. 44-47. — URL: https://moluch.ru/conf/ped/archive/437/17082/ (дата обращения: 01.05.2024).

7. Вопросы физического воспитания студентов. Выпуск 29. — М.: Издательство Санкт-Петербургского университета, 2017. — 212 с.

8. Дианов, Д.В. Физическая культура. Педагогические основы ценностного отношения к здоровью / Д.В. Дианов, Е.А. Радугина, Е Степанян. — М.: КноРус, 2018. — 184 с.