

Травмы, падения и ушибы неотъемлемая часть любого спорта, но в фигурном катании риск намного больше из-за полного отсутствия защитной экипировки.

Но это не дает право пренебрегать своим здоровьем. Во время тренировки нужно быть максимально сосредоточенным, не отвлекаться, полностью настроиться на длительную тренировку, а так же соблюдать меры безопасности, чтобы не травмироваться и уберечь не только своё здоровье, а так же здоровье своего партнёра.

Список использованных источников:

1. Спортивные травмы. Клиническая практика предупреждения и лечения / под общ. ред. Ренстрёма П.А.Ф.Х. – Киев, «Олимпийская литература», 2003.
2. Травмы в фигурном катании. Шишки-бурситы, кисты и костные мозоли. URL: <http://www.icedreams.info/травмы-в-фигурном-катании>.
3. Травмы в фигурном катании: профилактика спортивных травм фигуристов. URL: <http://blog.r13-r21.com.ua/articles/travmi-v-figurnomu-katanni-profilaktika-sportivnih.php>.
4. Лечение суставов: как жить с уродством Хэглунда. URL: <https://zen.yandex.ru/media/id/5b104cc44b16da00aaa46505/kak-jit-s-urodstvom-heglunda-5bf58899c366e400a98d21af>.
5. Спортивная наука: триада спортсменов. URL: http://sportivnauka.blogspot.com/2014/02/blog-post_8.html.

Ковтун Е.В.

доцент,

*Харьковский национальный университет
имени В.Н. Каразина*

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА, ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ РАЗНЫХ ГРУПП НАСЕЛЕНИЯ

В XXI век человечество вступило в радикально изменившихся геополитических условиях. В течение последних десяти лет произошло крушение биполярной системы международных отношений, в которой поддерживался определенный баланс сил, позволявший сохранять общую международную безопасность [1].

В мировом развитии возобладали две взаимоисключающие тенденции [1]: первая тенденция проявляется в укреплении экономических и политических позиций значительного числа государств и их интеграционных объединений, в совершенствовании механизмов многостороннего управления международными процессами, в становлении многополярного мира; вторая тенденция проявляется через попытки создания структуры международных отношений, основанной на доминировании в международном сообществе развитых западных стран при лидерстве США и рассчитанной на односторонние, прежде всего военно-силовые, решения проблем мировой политики в обход основополагающих норм международного права, формирование однополярного мира,

обеспечивающего выживание «золотого миллиарда» за счет природных ресурсов и населения других стран [1].

Важность и актуальность выбранной темы состоит в том, что на сегодняшний день отчетливо просматривается тенденция разных групп населения в стремлении к спортивному образу жизни. Свидетельством этому, является многократное посещение спортивных залов, клубов разновозрастных категорий людей, проживающих на территории нашего государства. Это является важнейшим из направлений спортивного развития населения, проживающего не только в крупных городах на территории Украины, но и в обласных центрах в целом.

Спорту присущи здравоохранительная, образовательная, культурная, духовная, правоохранительная и оборонная функции. Физическая развитость населения способствует улучшению производства, как следствие, возрастает экономический потенциал государства. Все более важной становится его роль в социализации и воспитании подрастающего поколения, формировании образа и стиля жизни. Он «затрагивает и такие, казалось бы несопоставимые явления, как общественное положение, расовые и национальные отношения, деловую жизнь, модели автомобилей, моды, концепцию героизма и этические ценностей.

Формирование здорового образа жизни, есть одна из основных задач, к выполнению которой стремится каждое государство. Определяющее значение в этом имеет социальный образ жизни, обеспечиваемые обществом и государством доступные стандарты жизнедеятельности человека каждому гражданину, чем определяется уровень и качество жизни населения страны. Для этого общество мобилизует различные средства, которыми реально располагает, и в первую очередь возможности человеческого фактора – масштабов популяции, демографической динамики и состояния здоровья населения. В обеспечении основ достойной жизни всех членов общества важная роль принадлежит промышленному и агротехническому производству, образованию и культуре, в частности физической культуре, спорту и спортивно-оздоровительному туризму [2]. Здоровье в глобальном понимании является залогом прогрессивного развития цивилизации в целом. Так как показатели заболеваемости населения по всей территории нашего государства, являются не утешительными, необходимым, является внедрение культурного и спортивного образа жизни населения разных возрастных категорий.

В современном мире спорт явление, затрагивающее интересы больших групп людей. Спорт выполняет ряд социальных и политических функций, прежде всего, культивирует здоровый образ жизни.

Актуальность проблемы изучение здоровья человека как социальной ценности, позволяющей выяснить его политическое, экономическое, эстетическое, нравственное и психофизиологическое содержание.

Целью исследования проблемы ставится донести до жителей нашей страны, мысль о необходимости восприятия культуры физического воспитания как первостепенной задачи, влияющей на их жизненное благополучие.

Задача: определить характер общественного отношения к необходимости занятия физической культурой и спортом различных групп населения.

Цель, задачи: перед сферой физической культуры и спорта стоят глобальные вызовы и задачи, решение которых требует современных подходов, обеспечивающих возможность для граждан страны вести здоровый образ жизни, систематически заниматься физической культурой и спортом, получить доступ к развитой спортивной инфраструктуре, а также повысить конкурентоспособность украинского спорта.

К числу основных задач, требующих решения для достижения поставленной цели, относятся:

1) создание новой национальной системы физкультурно-спортивного воспитания населения;

2) разработка и реализация комплекса мер по пропаганде физической культуры и спорта как важнейшей составляющей здорового образа жизни;

3) модернизация системы физического воспитания различных категорий и групп населения, в том числе в образовательных учреждениях профессионального образования;

4) совершенствование подготовки спортсменов высокого класса и спортивного резерва для повышения конкурентоспособности украинского спорта на международной спортивной арене. Усиление мер социальной защиты спортсменов и тренеров;

5) развитие инфраструктуры сферы физической культуры и спорта и совершенствование финансового обеспечения физкультурно-спортивной деятельности.

Можно смело утверждать, именно люди составляют основополагающий ресурс физической культуры, спорта и туризма: социально-экономический и социокультурный эффект физкультурно-спортивного движения, системы физического воспитания населения и туристской спортивной, оздоровительной деятельности появляется и материализуется только при условии активных занятий людей физической культурой, спортом и туризмом. В связи с непростой социально-экономической ситуацией и рядом социальных проблем в нашей стране: детской безнадзорности, наркоманией и преступностью среди молодежи в настоящее время на территории Украины имеет место быть возникающая ситуация, необходимость принятия радикальных мер по качественному улучшению состояния здоровья населения. Формированию новых ценностных ориентиров молодежи (включающих неприятие вредных привычек), высокого уровня развития патриотизма. Устная, печатная и наглядная пропаганда является одним из мощнейших «двигателей» массового спорта это документальные, учебные, научно-популярные и художественные фильмы, направленные на развитие физической культуры и пропаганду массового спорта. Значительное воздействие в качестве средства пропаганды оказывают массовые спортивные соревнования.

Внимание к массовому спорту, который становится основой развития студенческого спорта, а в последствии и спорта высших достижений, стало одним и важнейших условий физического совершенствования и воспитания моральных качеств миллионов граждан нашей страны [2].

Очень активная работа проводится по развитию физической культуры и спорта несовершеннолетних и молодежи с ограниченными возможностями здоровья и других групп лиц, нуждающихся в повышенной социальной защите. Вместе с тем многие проблемы в организации работы по развитию физической культуры и спорта среди инвалидов еще остаются нерешенными. Это непригодность материально-технической спортивной базы к особенностям спорта среди инвалидов, недостаточное количество спортивных мероприятий, отсутствие специалистов по адаптивной физической культуре.

А так же можно наблюдать изменения в лучшую сторону в сфере физического образования, что будет, очевидно, способствовать не только увеличению продолжительности жизни нации [2].

Подводя итоги, можно вывести формулу здоровья нации и мирового благополучия, важнейшим слагаемым которой будет физическая культура и спорт разных групп населения. Стремление заниматься должно культивироваться у человека в любом обществе с самого раннего возраста [2]. Не менее важной, становится роль физической активности человека в социализации и воспитании подрастающего поколения, формировании образа и стиля жизни. Сфера спортивной деятельности «затрагивает и такие, казалось бы несопоставимые явления, как общественное положение, деловую жизнь, модели автомобилей, моду, концепцию героизма и этические ценности» [2]. Поэтому несомненную актуальность приобретает изучение здоровья человека как социальной ценности, позволяющей выяснить его политическое, экономическое, эстетическое, нравственное и психофизиологическое содержание.

Определить приоритеты социокультурной политики государств. Очень важным является то, что приобщая к спорту и соответственно к спортивному и здоровому образу жизни детей с раннего возраста, можем быть уверены, что из этой идеи, выйдет положительный результат, как государства так и для общества в целом.

Список использованных источников:

1. Баранов, В. А. Физическая культура: ценностно-гуманистическая основа качества жизни современного общества: автореф. дис. ... д-ра филос. наук : 09.00.11 / Виктор Алексеевич Баранов. – М., 2011. – 42 с.
2. Терминология спорта. Толковый словарь спортивных терминов, Суслов Ф. П., Спорт АкадемПресс, 2011. – 54 с.