

**ПРОБЛЕМЫ ПРЕПОДАВАНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА  
В ВУЗЕ**

*Сатторов Карим Нариманович*

*старший преподаватель, Самаркандский государственный университет*

**Аннотация.** В данной статье раскрывается роль и роли физической культуры и спорта в обществе, а также основные проблемы преподавания физической культуры в вузах. Автор утверждает, что отношение к занятиям физической культурой в вузе зависит не только от профессионализма педагогов, но и от материально - технической базы.

**Ключевые слова:** Спорт, физическая культура, массовый спорт, пропаганда, отношение, массаж.

**Abstract.** This article reveals the role of physical culture and sports in society, as well as the main problems of teaching physical education in universities. The author argues that the attitude to physical education classes in universities depends not only on the professionalism of teachers, but also on the material and technical base.

**Key words:** Sports, physical culture, mass sports, propaganda, attitude, massage.

Физическая культура и спорт в современном обществе играют, несомненно, важную роль и выполняют множество функций.

Это сфера деятельности, направленная в первую очередь на сохранение и укрепление здоровья, а также на развитие психофизических способностей человека посредством двигательной активности, возведенной в систему. Кроме того, это часть культуры, включающая систему знаний, умений, ценностей, которые создает и эксплуатирует общество для физического и интеллектуального развития человека. В процессе занятий спортом человек совершенствует физическую форму, двигательная активность способствует ведению здорового образа жизни, физическое воспитание помогает адаптироваться в социуме. Студенты практически не пользуются этим методом, несмотря на то, что массаж является неотъемлемой частью комплекса физической культуры, а восстановительный массаж – неотъемлемой от спортивной тренировки. На данный момент физическая культура проигрывает в информационной войне гедонистическому стилю жизни. И современные молодые люди часто с большим энтузиазмом идут к врачу, нежели в спортивный зал.

Это объяснимо: с экранов телевизоров и со страниц печатных и электронных изданий постоянно идет реклама новых лекарственных средств и

медицинских процедур, направленных на улучшение тела и состояние здоровья. В их сложных условиях преподавателям в области физической культуры и спорта нужно искать все новые возможности для популяризации занятий физической культурой в вузе, для того, чтобы положительно воздействовать на оздоровление духовно-нравственного климата, а также стимулировать физическую активность. Для изучения мотивации для участия в занятиях физической культурой мы провели анкетирование студентов. В исследовании приняло участие 5 учебных групп (120 студентов) различных факультетов Самаркандский медицинского института. Исследование показало, что отношение к занятиям физической культурой в вузе различается у студентов различного социального статуса. Так, 25% опрошенных, имея финансовый достаток, предпочитают посещать платные фитнес клубы. Это мотивируется тем, что в фитнес клубах имеется в наличии современный спортивный инвентарь, инструктор профессионал, который уделяет им повышенное внимание, кроме того – это влияет на их статус среди сверстников. 30% студентов в ущерб своему здоровью выбирают оплачиваемую работу. 50% студентов рассматривают занятия физической культурой и спортом, как отличную возможность повышать свою физическую подготовленность, приобретая навыки к ведению здорового образа жизни, при условии занятий в комфортных условиях, с хорошим профессиональным спортивным инвентарем; 5% студентов предпочитают занятия в группах ЛФК по причине состояния здоровья. Изначально слово спорт имело значение - игры, забавы, развлечения. Мы рассматриваем спорт как неотъемлемую, но самостоятельную часть физической культуры. Спорт - это больше подготовка и осуществление соревновательной деятельности, он требует мобилизации физических, психических и нравственных качеств человека. Модель, при которой практически все системы организма проявляются в зоне абсолютных физических и практических пределов здорового человека, - это спорт высоких достижений.

Его цель максимальные спортивные результаты. Спорт высоких достижений нередко связан с губительными для здоровья последствиями: перегрузки, травмы. Поэтому кафедра физической культуры не имеет ключевой целью подготовку спортсменов высокого класса. Здесь подразумеваются спортивные соревнования, но они не связаны с мировыми рекордными показателями. Несмотря на это работа кафедры имеет важнейшее значение: преподаватели прививают любовь к физической культуре и привычку к физической активности.

Ведь массовый спорт позволяет миллионам людей совершенствовать свои физические качества и двигательные возможности, укреплять здоровье и продлевать долголетие. Некоторые путают занятия спортом с движением

болельщиков, что никакого отношения к здоровому образу жизни и физической культуре не имеет. Исходя из вышеизложенного, правомерно сделать следующие выводы: отношение к занятиям физической культурой в вузе зависит не только от профессионализма педагогов, но и от материально - технической базы, современного инвентаря. Необходимо создавать условия для массового спорта для поддержания здоровья студенческой молодежи и активно пропагандировать здоровый образ жизни.

#### Список литературы

1. Казначеев, С. В. Физическая культура: курс лекций / С. В. Казначеев, В.А. Пузынин – Новосибирск: Изд-во СибАГС, 2008. – 147 с.
2. Казначеев, С. В. Опыт преподавания физической культуры внефизкультурном вузе / С. В. Казначеев, О. В. Лопатина, Ж. Ю. Боголюбова Актуальные вопросы образования. Современные тенденции формирования образовательной среды технического университета: сб. материалов Международной научно-методической конференции, 3-7 февраля 2014 г., Новосибирск. – в 3 ч. - Ч. 3. – Новосибирск: СГГА, 2014. – С. 165-169.
3. Энгельс, Ф. Происхождение семьи, частной собственности и государства/ Ф. Энгельс. – Госполит-издат, 1950. – С. 162-170.