

## ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И ЕЁ ВЛИЯНИЕ НА РЕШЕНИЕ СОЦИАЛЬНЫХ ПРОБЛЕМ

**В.М. Паршакова, старший преподаватель**

**Пермский государственный аграрно-технологический университет имени академика Д.Н. Прянишникова  
(Россия, г. Пермь)**

***Аннотация.** В статье проанализируем какое влияние оказывает физическая культура на решение социальных проблем. Физическая культура дает людям возможность вести активный и здоровый образ жизни. Человек больше преуспевает в учебе, на работе, в быту, в общении с другими людьми. Физкультура также решает социально-экономические, воспитательные и задачи, касающиеся физического и эмоционального здоровья. Государство помогает реализовать удовлетворенность людей в этой потребности, тем самым способствуя развитию общества и страны в целом.*

***Ключевые слова:** физическая культура, общество, социальные проблемы, физические нагрузки, здоровый образ жизни, физическая активность, спорт, человек.*

Физическая культура – социальная деятельность, которая направлена на сохранение и укрепление здоровья, развитие психических и физических способностей человека в процессе осознанной двигательной активности.

Занятие спортом раскрывает в человеке разные его стороны, помогает сохранять устойчивую позицию в обществе. Физическая активность – залог хорошего настроения и самочувствия. Доказано, что люди, которые занимаются спортом, добиваются в жизни больших успехов, чем те, кто игнорируют занятия спортом. В каждой стране существует множество мест, где людям с детства и до самой старости прививается необходимость занятий спортом. Например, спортивные сооружения, спортивные базы в учебных заведениях и отдельно от них, спортивно-медицинские учреждения, учебные заведения, которые готовят кадры физической культуры и спорта.

В спортивной сфере учитываются личные и общественные интересы, она способствует долголетию человека, сплочению семьи, складывается здоровая обстановка в социальной сфере, снижается заболеваемость.

Развитие спорта дает приток новых рабочих мест и, как следствие, новых кадров. Благоприятно влияет на экономическое состояние страны. Развитие

людей в спортивной индустрии в мировом масштабе обеспечивает международные связи, раскрывает потенциал человеческих возможностей, формирует образ страны. Победы спортсменов способствуют развитию работы в коллективе, поднятию морального духа населения, росту патриотизма, гражданского долга и гордости за страну.

Физическая культура способствует созданию материальных и духовных ценностей. Побуждает к строительству различных сооружений, созданию, конструированию и улучшению инструментов, приборов и инвентаря для занятий спортом.

Физкультура пополняет «копилку» знаний людей, изучая анатомическое строение человека, влияние физических нагрузок на физическое и психическое состояние человека, его адаптации к ним и биологическим резервам организма. Физическая культура выполняет ряд функций: образовательную, прикладную, спортивную, рекреативную, оздоровительную.

На предприятиях, в фирмах и образовательных учреждениях организовываются спортивные мероприятия, направленные на поддержание физической активности людей в любом возрасте, на формирование дружного коллектива для дальнейшей успешной работы и учёбы. Также подобные мероприятия

дают возможность эмоциональной разрядки населения, что обеспечивает стабильность существования того или иного коллектива и предприятия в целом.

Характеристика спорта со стороны социального развития также показывает и экономическую значимость физической культуры. Материальные вложения общества в развитие спорта многократно окупаются, прежде всего, повышением уровня работоспособности, укреплением здоровья и долголетием. Немалое значение имеют финансовые доходы, получаемые от продажи спортивного инвентаря, эксплуатации спортивных сооружений, спортивных зрелищ, а также издательства научной литературы.

Физическая культура раскрывает потенциальные возможности человека, дисциплинирует и способствует формированию личностных качеств. Например, таких как, коммуникабельность, выносливость, устойчивость к негативным факторам среды, уверенность в себе, решительность, способность пре-

одолевать трудности. Также появляется желание к саморазвитию и любовь к жизни.

Для нормального функционирования человеку необходим определенный объем физических и социальных компонентов, таких, как пища, воздух, солнечный свет, отдых, движение и т.п. Интересный факт, после большого количества умственных нагрузок снять усталость помогает небольшая физическая нагрузка, разминка.

Физическая культура и спорт являются не только средством физического совершенствования людей, укреплением здоровья, правильного распределения времени и рационального проведения досуга, способом социальной адаптации человека в обществе, но и влияют на другие стороны человеческой жизни, повышая трудовую деятельность, нравственные и интеллектуальные качества. Удовлетворяет потребности людей в самопознании, самовоспитании и реализации своих внутренних возможностей.

#### Библиографический список

1. Бальсевич В.К. Физическая подготовка в системе воспитания культуры здорового образа жизни человека. Материалы Всесоюзной научно-практической конференции «Физическая культура и здоровый образ жизни». М., 1990.
2. Галкин В.В. Экономика спорта и спортивный бизнес.
3. Визитей Н.Н. Физическая культура и спорт как социальное явление.
4. Паначев В.Д. Влияние физической культуры и спорта на саморазвитие личности студента.

## PHYSICAL CULTURE AND ITS IMPACT ON SOCIAL PROBLEMS

V.M. Parshakova, senior lecturer

Perm state agro-technological university named after academician D.N. Pryanishnikov  
(Russia, Perm)

**Abstract.** *In the article we analyze the influence of physical culture on the solution of social problems. Physical culture gives people the opportunity to lead an active and healthy lifestyle. More people succeed in school, at work, at home, in communicating with other people. Physical education also addresses socio-economic, educational and physical and emotional health issues. The state helps to realize the satisfaction of people in this need, thereby contributing to the development of society and the country as a whole.*

**Keyword:** *physical culture, society, social problems, physical activity, healthy lifestyle, physical activity, sport, people.*