

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РФ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ им В.П. Астафьева»  
(КГПУ им В.П. Астафьева)

Институт физической культуры спорта и здоровья  
Кафедра теории и методики физического воспитания и спорта  
44.03.01 Педагогическое образование  
Направленность (профиль) образовательной программы Физическая культура

КУРСОВАЯ РАБОТА

По дисциплине теории и методики физического воспитания и спорта  
**Цель и задачи физического воспитания в обществе**

Выполнила:

Хурда Анастасия Викторовна

Форма обучения – очная

Руководитель:

Старший преподаватель кафедры теоретических основ физического  
воспитания

Кройтор Александр Сергеевич

Дата (защиты) \_\_\_\_\_

Оценка \_\_\_\_\_

Красноярск, 2018

## Содержание

<b>Введение</b> .....	3
<b>Раздел 1. Теоретические основы физического воспитания в обществе</b> .....	5
§1.1. Физическое воспитание .....	5
1.1.1. Исходные понятия.....	5
1.1.2. Предмет теории и методики физического воспитания .....	7
§1.2. Цель и задачи физического воспитания .....	8
1.2.1. Дошкольный возраст .....	9
1.2.2. Школьный возраст .....	10
1.2.3. Студенческая молодёжь .....	11
1.2.4. Взрослое население .....	14
<b>Раздел 2. Выявление роли физического воспитания в обществе</b> .....	17
§2.1. Уровень здоровья населения Красноярского Края.....	17
2.1.1. Численность населения Красноярского края.....	17
2.1.2. Естественное движение населения .....	18
2.1.3. Заболеваемость взрослых и детей по Красноярскому краю .....	18
§2.2. Статистика людей занимающихся физической культурой .....	20
§2.3. Профилактика заболеваемости по средствам физического воспитания .....	22
<b>Заключение</b> .....	25
<b>Список используемой литературы</b> .....	27

## Введение

Актуальность выбранной темы обуславливается тем, что физическое воспитание имеет всеобъемлющий, социальный характер. Физическое воспитание – одна из древнейших форм целенаправленного воспитательного процесса. Гармоничное сочетание интеллекта, духовных и физических сил очень ценилось человеком на протяжении всего его развития. В целях воспитания и совершенствования людей физическая культура использует возможности индивидуума, естественные силы природы, достижения наук о человеке, научные результаты и установки медицины, гигиены, анатомии, физиологии, психологии, педагогики. Всё это является чрезвычайно важным для общества нашего времени, так как число людей с различными заболеваниями постоянно растет, и по средствам физического воспитания число таких людей может сократиться. Физкультура и спорт являются самостоятельным видом человеческой деятельности, значение которой в развитии общества достаточно велико. Они значительно влияют на общественное производство, развитие общественных отношений, формирование человека как личности.

Важные уроки физкультуры, а не только в определенные часы и дни недели, назначенные школьной программой. Массовые оздоровительные, физкультурно-спортивные мероприятия направлены на широкое участие студентов в регулярных занятиях физической культурой и спортом, укрепление здоровья, улучшение физической и спортивной подготовки студентов.

Физическая культура и спорт очень популярны в наши дни. Статьи и книги, написанные и посвященные спорту, пьесам, фильмам, социологам, врачам, историкам, педагогам и специалистам из других областей, все чаще обращают свое внимание на изучение его проблем. Все это не просто дань моде, но представление о месте, которое физическая культура и спорт занимают в современном обществе. Особое значение имеет последовательное развитие образа жизни, при котором

физическая культура и спорт выступают в качестве факторов формирования взрослой и гармонично развитой личности.

Цель курсовой работы заключается в выявлении влияния физического воспитания на личность и общество в целом.

Задачи курсовой работы:

1. Изучить и проанализировать литературу по теории и методике физического воспитания;
2. Раскрыть перечень имеющихся целей и задач физического воспитания разных возрастных контингентов;
3. Провести исследование: реальность реализации цели и задач физического воспитания в обществе.

Объектом курсовой работы является физическое воспитание в обществе.

Предметом курсовой работы являются цели и задачи физического воспитания в обществе.

Методы курсовой работы:

1. Анализ учебно-методических материалов, архивных документаций;
2. Сравнение;
3. Обобщение.

Структура курсовой работы:

В первом разделе курсовой работы речь идет о теоретических основах физического воспитания. Данный раздел состоит из двух параграфов, в которых говорится о физическом воспитании и его целях и задачах в обществе в разных возрастных группах, по мнению разных авторов.

Второй раздел курсовой работы нацелен на выявление роли физического воспитания в обществе. Этот раздел содержит три параграфа, в которых речь идет о уровне здоровья, статистики людей занимающихся физической культурой и спортом, а также о профилактике заболеваемости по средствам физического воспитания. Исходя из этого параграфа делается ряд выводов, о том, как реализуется физическое воспитание по Красноярскому краю.

Для курсовой работы было использовано 11 источников литературы.

## **Раздел 1. Теоретические основы физического воспитания в обществе**

### §1.1. Физическое воспитание

Холодова Ж.К. в учебнике по теории и методике физической культуры и спорта говорит, что осознание человечеством явления упражняемости и важности так называемой предварительной подготовки человека к жизни, установление связи между ними послужили истоком появления подлинного физического воспитания. Формы организованного физического воспитания возникли в Древней Греции в виде специального обучения молодежи военным и спортивным упражнениям, но вплоть до Новейшей истории они оставались достоянием немногих представителей привилегированных классов или ограничивались рамками военного обучения. [10, с. 4].

#### 1.1.1. Исходные понятия

Каждая научная дисциплина пользуется отличительным понятийным аппаратом, вкладывая определенные значения в слова или термины. В одно и то же слово в различных сферах научной и хозяйственной деятельности может вкладываться различное понятие. Первостепенными терминами понятийного аппарата предмета «Теория и методика физического воспитания и спорта» являются: «физическая культура», «физическое воспитание», «физическое развитие», «физическая подготовка и подготовленность».

Используя учебник «Теория и методика физического воспитания» Василькова А.А., мы можем дать определение первому термину: физическая культура – часть единой культуры общества, одна из областей социальной деятельности, направленной на укрепление здоровья, формирование физических способностей человека [2, с. 8].

Так же, в своем учебнике Васильков А.А. берет определение «физическая культура», используя учебник Л.П. Матвеева и А.Д. Новикова по теории и методике физического воспитания 1976 года выпуска: Физическая культура (в широком смысле слова) составляет значительную долю культуры общества — всю совокупность его достижений в создании и рациональном использовании

специальных средств, методов и условий направленного физического совершенствования человека [2, с. 8].

В книге «Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста» В. Шебеко очень полно и точно определяет термины «физическое воспитание» и «физическое развитие»: «Физическое воспитание - это система образования, в которой используются ресурсы физической культуры для гармоничного развития человека. Физическое воспитание - это активная сторона физической культуры, которая превращает ценности физической культуры в личное богатство человека и оказывает контролируемое влияние на физическое развитие человека, включая развитие широкого спектра физических и определенных базовых качеств. улучшает функционирование различных органов и систем и способствует наиболее полной реализации генетической программы, которая определяет биологический уровень различного физического развития конкретного человека ». [10, с. 10]; «Физическое развитие - это естественный процесс изменения форм и функций организма в течение жизни человека. Этот процесс характеризуется качественными и количественными показателями. Количественными показателями физического развития являются изменения роста и массы тела. Качественные показатели характеризуют изменения в функционировании организма, что проявляется в изменениях индивидуальных физических качеств (силы, скорости, гибкости, выносливости), а также общей работоспособности». [10, с. 11]. Физическое развитие — это процесс при котором формируется и далее изменяется на протяжении жизни человека морфофункциональные свойства его организма, а также физические качества и способности.

Васильков А.А. в своем учебнике дает следующие определения для разных типов физической подготовки: «Физическая подготовка - педагогический процесс развития двигательных навыков, умений, физических качеств. Различают:

1. Общая физическая подготовка – включает средства, не связанные с соревновательной деятельностью, и направленную на гармоничное развитие всех

мышечных групп и физических качеств; нормализацию осанки; повышение функциональных способностей внутренних органов;

2. Вспомогательная физическая подготовка – включает комплекс подводящих и вспомогательных средств развития соревновательного двигательного навыка и умения;
3. Специальная физическая подготовка – направлена на развитие мышечных групп, функциональных систем и физических качеств, необходимых для достижения наивысших показателей в спортивной и профессиональной деятельности» [2, с. 9].

Шебеко В.Н. утверждает, что «Физическая подготовленность – сформированность жизненно важных двигательных умений и навыков, достигнутый уровень развития двигательных способностей и работоспособности человека». [10, с. 12]

#### 1.1.2. Предмет теории и методики физического воспитания

По мнению Василькова А.А: «Предмет “Теория и методика физической культуры” отображает общие основы, на которых базируется физическое воспитание в зависимости от возрастного периода развития, для различного контингента занимающихся физкультурой, поэтому является “Общей теорией и методикой физической культуры (воспитания, подготовки)”».

Васильков А. к частным теориям и методикам относят: «Теория и методика физического воспитания в дошкольном возрасте»; Теория и методика физического воспитания в школьном возрасте; Теория и методика физического воспитания в вузах и техникумах; Теория и методика оздоровительной физической культуры; Теория и методика лечебной физической культуры; Теория и методика адаптивной физической культуры; Теория и методика физической подготовки в вооруженных силах; Теория и методика физической профессионально-прикладной подготовки и др.» [2, с. 22].

Принимая во внимание особенности каждого возрастного периода, теория и методика физического воспитания определяет цель, задачи, средства, методы и формы организации педагогического процесса, специфику руководства

им в образовательных учреждениях. Она обеспечивает практику необходимыми теоретическими основами, способствуя ее совершенствованию.

## §1.2. Цель и задачи физического воспитания

«Физическое воспитание – целенаправленная, четко организованная и планомерно осуществляемая система физкультурной и спортивной деятельности детей». [7, с. 112]

«Физическое воспитание – это вид воспитания, специфическим содержанием которого является обучение движениям, воспитание физических качеств, овладение осознанной потребности в физ-культурных занятиях.» [10, с. 7].

Чтобы определить цель физического воспитания, важно предположить, что оно должно быть гуманистическим, конкретным, оптимистичным и реальным. Оно должно быть направлено на физическое самосовершенствование, достаточное для удовлетворения потребностей человека и общества в диверсифицированном развитии, улучшения здоровья, предотвращения болезней и формирования здорового образа жизни с помощью физической культуры.

«Цель должна ориентировать физическое воспитание на формирование у дошкольников, учащихся и студентов положительных мотивов физкультурных или спортивных занятий, способностей к организации здорового образа жизни. Включаясь в учебную деятельность, дети, учащиеся, студенты изучают физкультурные знания, усваивают методические и двигательные умения и навыки, повышают уровень функциональных возможностей». [6, с. 21]

«Целью физического воспитания является — достижение человеком гармоничного физического и духовного развития, физического совершенства, профилактики заболеваний, сохранение и укрепление здоровья, подготовки к учебной и профессиональной деятельности». [2, с. 23].

Для того чтобы цель сделать достижимой в физическом воспитании решается комплекс специфических и общепедагогических задач.

1. Совершенствование физического развития.
2. Совершенствование развития функциональных систем организма: сердечно-сосудистой, дыхательной, выделительной, нервной (центральной, вегетативной и периферической), эндокринной, пищеварительной и др.
3. Профилактика заболеваний, укрепление и сохранение здоровья, продление жизни, восстановление после учебной и трудовой деятельности.
4. Совершенствование развития физических качеств: быстроты, выносливости, силы, координации движений, гибкости и их сочетаний.
5. Овладение и совершенствование двигательных умений и навыков, которые необходимы в естественной жизни и профессиональной деятельности.
6. Овладение знаниями в области физической культуры, способности к самостоятельному использованию средств и методов физического воспитания для укрепления здоровья и физического совершенствования.
7. Формирование морально-нравственных, эстетических и этических, патриотических норм современного культурного человека, на основе общечеловеческих ценностей. [10, с. 23]

Наиболее представительными и важными формами организации физического воспитания, оздоровления и физического развития являются государственные: в дошкольных учреждениях, общеобразовательных школах, учреждениях начального и среднего профессионального образования, высших учебных заведениях, армии и на флоте. Государство проявляет заботу о здоровье общества, его будущем. Самостоятельные формы физического воспитания призваны предоставить возможность любому человеку повышать свой уровень здоровья и физического развития. Это различные общества и объединения, клубы, оздоровительные центры, профилактории и другое.

#### 1.2.1. Дошкольный возраст

«Система физического воспитания представляет собой упорядоченный набор взаимосвязанных компонентов, взаимодействие которых способствует физическому оздоровлению людей». [10, с. 16].

В дошкольных учреждениях система физического воспитания характеризуется единством целей, задач, принципов и форм работы, направленных на физическое и личностное развитие детей. В то же время — это подсистема, часть национальной системы физического воспитания, в которую входят учреждения и организации, которые осуществляют и контролируют эту работу.

Единственной целью всей системы физического воспитания является формирование физической культуры личности. Конкретной целью физического воспитания дошкольников является воспитание здорового, физически развитого ребенка, обладающего двигательными навыками и навыками, знанием физической культуры и способностью контролировать себя.

Цель определяет цели физического воспитания (здоровье, образование, образование), которые детализированы с учетом возрастных особенностей развития ребенка.

Решение оздоровительных задач направлено на защиту жизни и укрепление здоровья детей, улучшение функций организма, повышение общей активности и работоспособности.

«Образовательные задачи включают развитие двигательных навыков и развитие знаний физического воспитания. К концу дошкольного возраста ребенок должен уметь выполнять различные движения: ходить, бегать, прыгать, ловить, бросать, лазать по-разному, кататься на лыжах, скользить по ледяным дорожкам, кататься на велосипеде, кататься на коньках. Сформированные двигательные навыки позволяют детям добиваться хороших результатов в двигательной активности». [2, с.16].

«Учебные задачи направлены на формирование личности ребенка с помощью физической культуры. Они концентрируют свое внимание на признании права каждого участника образовательного процесса на личность, способную к саморазвитию». [2, с. 16].

### 1.2.2. Школьный возраст

«В школьный период жизни человека важность физической культуры заключается, прежде всего, в создании основы для всестороннего физического

развития, укрепления здоровья, формирования различных двигательных навыков и способностей, что приводит к предпосылкам для гармоничного развития личности. Полного развития детей школьного возраста без активного физического воспитания практически невозможно достичь. Известно, что недостаток физической активности ухудшает здоровье растущего организма, снижает защитные и адаптационные силы организма, не обеспечивает его полноценного развития.». [11, с. 11]

Основные физические способности и функциональные возможности можно повысить именно в школьном возрасте, позднее развить те или иные качества удастся с трудом.

«Цель физического воспитания детей школьного возраста является формирование здоровья». [9, с. 12].

Физическое воспитание призвано вызывать у школьников потребность и интерес к регулярным занятиям физической культурой и спортом:

- вооружение специальными знаниями в области гигиены, физической культуры и спорта;
- развитие двигательных умений и навыков, отработка и совершенствование внешней культуры поведения: осанки, ловкости;
- привитие навыков личной гигиены;
- развитие у учащихся физических задатков в различных видах физкультуры и спорта [7, с. 113].

### 1.2.3. Студенческая молодёжь

В своем Учебно-методическом комплексе В.М. Наскалов сказал следующее: «Содержание образовательных стандартов конкретизирует социальный заказ с учетом функций и целевых установок структурных элементов системы образования. Государственные программы физического воспитания дают его содержательную развертку.». [9, с. 23].

В основе физического воспитания студенческой молодежи в средних и высших профессиональных учебных заведениях положены Государственные образовательные стандарты по физической культуре.

«В государственном образовательном стандарте физическая культура в высших учебных заведениях представлена как учебная дисциплина и важнейшая составляющая развития отдельной личности. Являясь неотъемлемой частью общей культуры и профессиональной подготовки студента в период обучения, физическая культура является необходимой частью гуманитарного компонента образования, важность которого проявляется через гармонизацию духовной и физической силы, формирование таких универсальных человеческих ценностей, как здоровье, физическое и психическое здоровье.» [2, с. 314]

Свои основные функции физическая культура наиболее полно выражает в целенаправленном педагогическом процессе физического воспитания. Физическое воспитание в высших учебных заведениях предусматривает содействие воспитанию гармонично и интеллектуально развитых личностей.

Цель физического воспитания студентов учащихся в средних и высших профессиональных учебных заведениях является формирование физической культуры личности.

В процессе физического воспитания студентов решаются следующие основные задачи:

1. понимание значимости физической культуры в формировании личности и подготовке к профессиональной деятельности;
2. знание научно-практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
3. формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом;
4. овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре;

5. обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности, определяющей психофизическую готовность студента к будущей профессии;
6. приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей. [2, с. 314]

Целью физкультурного образования студентов средних и высших учебных заведений является формирование физической культуры будущего квалифицированного специалиста.

Функции физической культуры в системе физического воспитания:

- 1) всестороннее развитие физических способностей и на этой основе укрепление здоровья и обеспечение высокой работоспособности;
- 2) овладение техникой двигательных действий различных видов спорта;
- 3) овладение специальными знаниями, формирование потребности систематически заниматься физическими упражнениями; обеспечение необходимой физической подготовленности в соответствии с требованиями избранной профессии;
- 4) освоение организаторских умений и навыков по проведению самостоятельных форм занятий физической культурой. [5, с. 21]

Нынешняя профессиональная работы требует от специалиста не только глубоких теоретических знаний, но и психофизической подготовленности, которая включает в себя целый ряд качеств, основывающихся на физических, психических и духовных способностях человека:

- высокую профессиональную работоспособность;
- наличие резервных физических и функциональных возможностей организма, необходимых для своевременной адаптации к быстро меняющимся условиям производственной и внешней среды, объёму и интенсивности труда;
- способность к полному восстановлению в заданный отрезок времени;
- стремление к достижению цели.

Поэтому преподавание физической культуры в учебных заведениях должно быть направлено прежде всего на формирование физических, физиологических и психических качеств, способствующих достижению и поддержанию достаточной готовности к успешной профессиональной деятельности.

#### 1.2.4. Взрослое население

В категорию взрослого населения включаются все люди от достижения совершеннолетия до глубокой старости.

Согласно возрастной периодизации взрослых людей условно делят на следующие группы:

- 18-28 лет – молодежный возраст;
- 29-39 лет мужчины и 29-34 года женщины – 1-й период зрелого возраста;
- 40-60 лет мужчины и 35-55 лет женщины – 2-й период зрелого возраста;
- 61-74 года мужчины и 56-74 года – женщины –пожилой возраст;
- 75-90 лет и мужчины и женщины –старческий возраст;
- группа старше 90 лет – долгожители.

Среди взрослых людей культивируются все виды физической культуры, удовлетворяющие личностные и общественные нужды в таком виде культуры, как деятельность, направленная на физическое совершенствование.

К таким видам относятся: неспециальное (непрофессиональное) физкультурное образование, спорт, физическая рекреация, двигательная реабилитация и адаптивная физическая культура.

Неспециальное физкультурное образование взрослых предполагает формирование каждым человеком своего собственного представления об уровне своего физического развития, о степени владения двигательными навыками, знания элементарных основ методики своего физического совершенствования. [5, с. 36]

Видом неспециального физкультурного образования является самостоятельная профессионально-прикладная физическая подготовка.

Главное назначение профессионально-прикладной физической подготовки – направленное формирование и сохранение на рациональном уровне тех психических и физических качеств человека, к которым предъявляют высокие требования конкретная профессиональная деятельность, а также выработка многофункциональной стабильности организма к условиям этой деятельности и формирование прикладных двигательных умений и навыков, преимущественно необходимых в связи с особыми внешними условиями труда. [2, с. 360]

Цель профессионально-прикладной физической подготовки – содействовать формированию и совершенствованию культуры движений в сфере профессиональной деятельности, снижению утомления в процессе работы и повышению качества результатов труда, а также сокращению времени адаптации к специфике профессиональной деятельности.

Задачи профессионально-прикладной физической подготовки:

- 1) развитие физических способностей;
- 2) формирование необходимых в данной профессии (специальности) двигательных навыков;
- 3) воспитание воли, настойчивости, организованности, трудолюбия;
- 4) создание основ для противодействия влияния неблагоприятных факторов и условий труда на человека;
- 5) формирование теоретических основ знаний о роли и значения физической культуры для сохранения здоровья человека и повышения производительности его труда. [5, с. 37]

Главной профессионально-прикладной физической подготовки служит общая физическая подготовка. Теория и методика профессионально-прикладной физической подготовки базируется на общей теории и методике физкультурного образования.

Физическая рекреация (рекреация — отдых, развлечение) – использование любых видов двигательной активности (физические упражнения, физический труд) в целях физического развития и укрепления здоровья.

Общая цель физической рекреации – укрепление физического и психического здоровья, создание базы для плодотворного умственного и физического труда. [5, с. 38]

Частные задачи весьма различные и зависят от личных желаний занимающихся. К ним можно отнести активный отдых, содействующий более быстрому восстановлению организма после утомления.

## Раздел 2. Выявление роли физического воспитания в обществе

### §2.1. Уровень здоровья населения Красноярского Края

#### 2.1.1. Численность населения Красноярского края

Количество постоянного населения в медико-социальных группах районов Красноярского края на 01.01.2017

	Все население (чел.)	в том числе	
		городское (чел.)	сельское (чел.)
Центральная группа районов*	497 835	317 639	180 196
Южная группа районов	235 790	114 678	121 112
Восточная группа районов	232 701	121 347	111 354
Западная группа районов	371 698	261 912	109 786
Богучанская группа районов	81 663	24 042	57 621
Лесосибирская группа районов	135 982	93 785	42 197
Норильская группа районов	194 675	183 081	11 594
Эвенкийский муниципальный район	15 414	-	15 414
Таймырский (Долгано-Ненецкий) муниципальный район	33 381	22 854	10 527
Город Красноярск	1 067 861	1 066 934	927
Красноярский край	2 866 490	2 206 005	660 485

### 2.1.2. Естественное движение населения

Численность и плотность жителей в районах Красноярского края неоднородна. Это обусловлено географическими, финансовыми и общественными факторами. Большей численность населения обладают районы, наиболее развитые в экономическом плане. Невысокая плотность населения наблюдается в районах, имеющих большую площадь, занятую горными массивами, тундрой, таежными лесами (Эвенкийский муниципальный район).

По состоянию на 01.01.2017 в составе Красноярского края находились: городские округа – семнадцать, муниципальные районы – сорок четыре, городские поселения – двадцать семь, сельские поселения – четыреста сорок семь.

Показатель рождаемости - четырнадцать целых и четыре десятых на тысячу человек населения. Российская федерация – тринадцать целых и три десятых на тысячу человек населения; Сибирский федеральный округ – четырнадцать целых и четыре десятых на тысячу человек населения.

Показатель смертности – двенадцать целых и семь десятых на тысячу человек населения; Российская федерация – тринадцать целых и одна десятая на тысячу человек населения; Сибирский федеральный округ – тринадцать целых и одна десятая на тысячу человек населения.

Характеристики смертности считаются важными медико-демографическими аспектами, определяющими положение самочувствия жителей. В значение показателя смертности проявляет воздействие множество естественных и социальных условий. При этом вклад естественных факторов способен меняться под воздействием общественных обстоятельств существования. Данное, в первую очередь в целом, степень и облик существования жителей, вредоносные привычки, казачество врачебной поддержки.

### 2.1.3. Заболеваемость взрослых и детей по Красноярскому краю

В Красноярском местности единая заболеваемость взрослого населения в 2017 г. собрала – 1648,9 случаев на тысячу человек населения, что на одну целую и шесть десятых процента ниже зарегистрированной заболеваемости в

2016 г. Направленность к незначительному уменьшению единой заболеваемости в 2016 г. отмечалась в основных классах болезней. В структуре общей заболеваемости на первом месте заболевания органов дыхания – триста двадцать пять случаев на тысячу человек населения, на втором – заболевания системы кровообращения – двести сорок девять случаев на тысячу человек населения, на третьем – болезни костно-мышечной и соединительной ткани – сто пятьдесят пять случаев на тысячу человек населения.

Степень первичной заболеваемости в крае в 2017 году составил семьсот восемьдесят пять случая на тысячу человек населения, что на две целые и пять десятых процента ниже уровня первичной заболеваемости в 2016 году.

В структуре первичной заболеваемости лидирующую роль занимают болезни органов дыхания – двести семьдесят шесть случаев на тысячу человек населения, на втором – травмы и отравления – сто восемь случаев на тысячу человек населения, на третьем – болезни мочеполовой системы – пятьдесят восемь случая на тысячу человек населения.

Динамика общей заболеваемости детей по Красноярскому краю за 2013-2017 годы (на 1000 детского населения 0-14 лет)

Классы болезней	2013 год	2014 год	2015 год	2016 год	2017 год
Всего	2332,5	2259,7	2189,4	2218,4	2144
Инфекционные болезни	93,4	97,9	83,8	89,7	82,6
Новообразования	10,6	10,7	11,2	12,2	12,9
Болезни эндокринной системы	38,7	39,8	33,9	41,3	46,4
Болезни крови и кроветворных органов	22,1	20,7	18,4	20,6	20,6
Психические расстройства	61,3	61,9	60,9	60,5	62,4
Болезни нервной системы	105,5	100,8	98,6	107	103
Болезни глаза и его придаточного аппарата	136,2	137,3	127,3	134,5	135,5

Болезни уха и сосцевидного отростка	65,8	66	60,5	62	59,7
Болезни систем кровообращения	38,9	31,4	34,9	34,3	36,8
Болезни органов дыхания	1178,9	1134,5	1135,0	1104,8	1047,5
Болезни органов пищеварения	118,7	107,1	95,9	102,4	100,8
Болезни мочеполовой системы	62,4	58,5	53,5	55,2	55,9
Болезни кожи	105,8	144,8	109,6	109,4	105,7
Болезни костно-мышечной системы	78,4	76,4	69,5	91,3	94,6
Врожденные аномалии	30,0	27,7	28,8	29,5	32,4
Отдельные состояния перинатального периода	25,9	24,8	21,2	19,3	16,8
Неточно обозначенные состояния	43,9	38,2	39,7	34,7	22,7
Травмы и отравления	115,9	111,2	105,6	110,0	107,5

## §2.2 Статистика людей занимающихся физической культурой

Министерство спорта Красноярского края создает политику в сфере физической культуры и спорта на территории региона по 3-ом базовым направлениям: физической культуры и массового спорта, усиление системы спортивного резерва и развитие спорта высших достижений.

Министерство спорта в одной из своих статей говорит следующие: «За 10 лет доля граждан, систематически занимающихся физической культурой и спортом, от общего числа жителей края выросла в три раза. В 2005 году показатель был на уровне девять целых и три десятых процента, к 2017 году этот показатель вырос до тридцать одна целая и четыре сотых процента. В сравнении с 2016 годом он вырос на шестьдесят тысяч человек и составил восемьсот сорок шесть тысяч человек.

В крае выстроена вертикаль спорта. Ее фундаментом является массовый спорт. Следующей ступенью вертикали стали Детские юношеские спортивные школы и специализированная детско-юношеская спортивная школа олимпийского резерва, которые готовят спортивный резерв. Верх вертикали – колледжи олимпийского резерва, команды мастеров и академии по видам спорта. Туда переходят наиболее перспективные из спортшкол. Академии курируют отделения по своим видам спорта на территории края, а у каждого клуба по игровым видам спорта появилась своя детско-юношеская спортивная школа.» [7, с. 1]

Ежегодно на территории края проводится более девятьсот официальных физкультурных, спортивных мероприятий, в том числе более сто мероприятий – это соревнования всероссийского уровня и четыре международных.

Далее в этой же статье говорится: «Благодаря накопленному опыту развития физкультурно-спортивного движения в крае и хорошей динамике по количеству систематически занимающихся физической культурой Красноярский край был включен в число экспериментальных субъектов по апробации Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне». В этом году на территории края уже ведут работу 57 центров тестирования комплекса ГТО, 552 человека в возрасте до 29 лет заслужили золотые знаки отличия.» [7, с. 1].

Из данных, которые приведены на сайте Министерства спорта Красноярского края следует, что в Красноярском крае насчитывается сто пятнадцать спортивных школ, одиннадцать специализированных спортивных классов по игровым видам спорта, детская юношеская спортивная школа при командах мастеров, два колледжа олимпийского резерва, десять региональных центров спортивной подготовки.

Наш регион на международной и российской арене представляют 8 профессиональных клубов: футбольный клуб «Енисей», волейбольный клуб «Енисей», хоккейный клуб «Енисей», хоккейный клуб «Сокол», регбийный

клуб «Енисей-СТМ», регбийный клуб «Красный Яр», баскетбольный клуб «Енисей», мини-футбольный клуб «Норильский никель».

Росстат в своем пресс-выпуске дает следующие данные: «В 2017 году в Красноярском крае численность лиц, занимающихся физической культурой и спортом, составила семьсот шестьдесят восемь тысячи человек, из них триста девяносто четыре тысячи человек в возрасте до восемнадцати лет и триста семьдесят четыре тысячи человек в возрасте старше восемнадцати лет. По сравнению с 2016 годом численность лиц, занимающихся физической культурой и спортом, увеличилась на шестьдесят три тысячи человек, наибольший прирост отмечен в возрастной группе старше восемнадцати лет (число занимающихся увеличилось на 59,8 тысячи человек).» [8, с. 1].

Среди видов спорта у населения Красноярского края наиболее востребованы волейбол, футбол, баскетбол и фитнес-аэробика, на эти виды спорта приходилось более тридцать пять процентов, всех занимающихся спортом. Самым популярным видом спорта среди женщин является фитнес-аэробика, тренировки посещают девятнадцать процентов от числа женщин, которые занимаются спортом.

Далее федеральная служба государственной статистики «Росстат» приводит следующие числа: «В 2016 году пятьсот двадцать пять спортсменов из Красноярского края принимали участие в международных соревнованиях, семь из них представляли Россию на олимпийских играх в Сочи, двадцать спортсменов участвовали на чемпионатах мира по различным видам спорта. За 2016 год спортсменам края присвоено сто тринадцать спортивных званий, 6 тренерам присвоено звание заслуженного тренера России, подготовлено 10462 спортсмена массовых разрядов.» [8, с. 1].

### §2.3. Профилактика заболеваемости по средствам физического воспитания

Систематическая тренировка улучшает здоровье, улучшая деятельность, сердечно-сосудистую систему, органы дыхания и пищеварения, а также обмен

веществ и помогает повысить сопротивляемость организма ко многим неблагоприятным факторам, включая простуду. Кроме того, включение дозированного физического воспитания в комплекс терапевтических вмешательств необходимо для лечения многих заболеваний.

Регулярные физические упражнения и гимнастика так же важны, как и здоровое питание для здорового образа жизни. Они поддерживают здоровье, защищают от болезней и замедляют процесс старения. Физическая подготовка полезна в любом возрасте, так как нормальная ежедневная активность редко обеспечивает достаточную физическую активность.

Здоровый образ жизни - это разумная диета, спорт, алкоголь, курение и многое другое. Важную роль играет закалка.

Закаливание - это научно обоснованный подход к использованию физических факторов окружающей среды для повышения сопротивляемости организма простудным и инфекционным заболеваниям.

Упрочнение является необходимой частью физического воспитания, особенно важной для молодого поколения, так как оно имеет большое значение для улучшения здоровья, повышения работоспособности, улучшения самочувствия, настроения и жизненных сил. Упрочнение в качестве предпосылки для повышения устойчивости организма к различным метеорологическим условиям использовалось с древних времен. Закаливание не излечивает, но предупреждает о болезни, и это является ее важнейшим профилактическим значением. Закаленный человек переносит не только жару и холод, но и внезапные изменения температуры наружного воздуха, которые могут ослабить защитные силы организма.

Закаливание, физкультура - это часть программы по профилактике простудных заболеваний. В сочетании со сбалансированной диетой, обогащенной биологически активными добавками, организм становится невосприимчивым к инфекциям.

Закаливание обычно рассматривается как процесс адаптации организма к измененным условиям окружающей среды. Упрочнение следует рассматривать как преднамеренное применение мер, повышающих сопротивляемость организма и способствующих его быстрому и здоровому использованию в различных условиях окружающей среды.

Закаливание организма связано с физическими упражнениями. Упражнения значительно повышают функциональность всех систем организма и повышают их эффективность. Ваше здоровье-продвижение и профилактический эффект связан с повышенной физической активностью, повышенной функции опорно-двигательного аппарата и увеличение метаболизма.

Закаливание не излечивает, но предотвращает болезнь, и это самая важная профилактическая роль. Опытный человек легко переносит не только жару и холод, но и резкие перепады температуры, которые могут ослабить защитные силы организма.

Основные факторы отверждения - воздух, солнце и вода. Система общих процедур закалки для работы с детьми включает в себя следующие физические, культурные и развлекательные мероприятия:

1. соблюдение правил дня;
2. питание;
3. вентиляцией;
4. утренняя зарядка в проветриваемом помещении;
5. дыхательные упражнения;
6. улучшение гимнастики после сна;
7. Физическое воспитание.

Поэтому закаливание является важным средством предотвращения негативных последствий охлаждения тела или воздействия высоких температур.

## Заключение

В результате исследования сравнения из численности населения Красноярского края занимающихся и болеющих разными видами заболеваний можно прийти к выводу, что одна из главных задач физического воспитания выполняется, но недостаточно. Речь идет о задачи профилактики, укреплении и сохранении здоровья.

В Красноярском крае в период с 2016 по 2017 год уровень первичной заболеваемости у детей от 0 до 14 лет стал ниже на 2,5 %, это значит, что средства физического воспитания по профилактике заболеваемости, организации оздоровительных мероприятий, укреплению и укреплению здоровья реализованы не в полной мере, что приводит к такому не значительному проценту снижения заболеваемости у детей.

Остальные не менее важные задачи реализованы, об этом говорит развитая структура учреждений для занятий физической культурой и спортом, доступность базовых видов спорта, использование третьего часа в школах, посещаемость уроков физической культуры учащимися, а также высокие спортивные достижения во многих видах спорта.

Цель физического воспитания реализуется, так как в Красноярском крае высокий процент людей, которые занимаются физической культурой и спортом систематически. Численность таких лиц составила 768,3 тысячи человек, из них 394 тысячи человек в возрасте до 18 лет и 374,3 тысячи человек в возрасте старше 18 лет. Так же прослеживается положительная динамика численности занимающихся: по сравнению с 2016 годом численность увеличилась на 63,9 тысячи человек.

Таким образом, можно сказать, что цели и задачи физического воспитания в Красноярском крае реализуются, но не в полной мере. Показатели могут быть выше, за счет положительной динамики прошлых лет вероятнее всего реализация задач станет более качественной, а цель будет достигаться в каждой возрастной группе, интерес к занятиям так же расти. Все это возможно

только при наличии образованных и знающих свое дело учителей физической культуры.

### Список используемой литературы

1. Беспалова, Т.А Особенности физического воспитания при организации занятиях в разных возрастных группах. Саратов: НГУ, 2016. 51 с.
2. Васильков А.А. Теория и методика физического воспитания. Ростов н/Д: Феникс, 2008. 381 с.
3. Министерства спорта Красноярского края [Электронный ресурс]: Министерства спорта Красноярского края. Красноярск, 2017. 1 с.
4. Министерство здравоохранения Красноярского края. Государственный доклад о состоянии здоровья населения и деятельности здравоохранения Красноярского края в 2017 году. Красноярск, 2017. 283 с.
5. Наскалов, В. М. Теория и методика физического воспитания. Новополюцк: ПГУ, 2008. 228 с.
6. Ракова Н.А. Педагогика современной школы. Витебск: Изд-во УО «ВГУ им. П. М. Машерова», 2009. 215 с.
7. Росстат. Пресс-выпуск, физическая культура и спорт для детей и взрослых. Красноярск, 2017. 1 с.
8. Холодов Ж.К. Теория и методика физической культуры и спорта. М.: Издательский центр «Академия», 2014. 480 с.
9. Холодов Ж.К. Теория и методика физической культуры и спорта. М.: Издательский центр «Академия», 2016. 480 с.
10. Холодов Ж.К. Теория и методика физической культуры и спорта. М.: Издательский центр «Академия», 2018. 480 с.
11. Шебеко В.Н. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста. Минск: Вышэйшая школа, 2015. 400 с.