

# СОЦИОЛОГИЯ КУЛЬТУРЫ И НРАВСТВЕННОЕ РАЗВИТИЕ ОБЩЕСТВА

---

## СОЦИАЛЬНЫЕ ФУНКЦИИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В СИСТЕМЕ ОБЩЕЧЕЛОВЕЧЕСКИХ ЦЕННОСТЕЙ, ОБЕСПЕЧИВАЮЩИХ УМЕНИЯ И НАВЫКИ БУДУЩИХ СПЕЦИАЛИСТОВ

**МАРТЫНОВА ЛИДИЯ ВАСИЛЬЕВНА**

*доцент кафедры охраны труда и физического воспитания Новосибирского технологического института (филиал) Российский государственный университет имени А.Н. Косыгина, Новосибирск, Россия.*

*E-mail: [lidiyavasilevna.martynova@mail.ru](mailto:lidiyavasilevna.martynova@mail.ru)*

**ЩУКИНА ГАЛИНА АЛЕКСАНДРОВНА**

*старший преподаватель кафедры охраны труда и физического воспитания Новосибирского технологического института (филиал) Российский государственный университет имени А.Н. Косыгина, Новосибирск, Россия.*

*E-mail: [lidiyavasilevna.martynova@mail.ru](mailto:lidiyavasilevna.martynova@mail.ru)*

### АННОТАЦИЯ

В статье главная роль отводится физической культуре – как средство не только физического совершенствования, но и воспитания социальной, трудовой и творческой активности студенческой молодежи, существенно влияющей на развитие социальной структуры общества.

**Ключевые слова:** физическая культура, физическая подготовленность, двигательные навыки, творческая деятельность, студенческая молодежь, состояние здоровья, производственная деятельность.

## SOCIAL FUNCTIONS OF PHYSICAL CULTURE IN THE SYSTEM OF HUMAN VALUES THAT ENSURE THE SKILLS OF FUTURE PROFESSIONALS

**LIDIYA MARTYNOVA**

*associate Professor of the Department of Department of labor and physical education, Novosibirsk technological institute, branch of A.N. Kosygin Moscow state textile university, Novosibirsk, Russia.*

*E-mail: [lidiyavasilevna.martynova@mail.ru](mailto:lidiyavasilevna.martynova@mail.ru)*

**GALINA SCHUKINA**

*senior lecturer., Corresponding Member of Department of labor and physical education, Novosibirsk technological institute, branch of A.N. Kosygin Moscow state textile university, Novosibirsk, Russia.*

*E-mail: [lidiyavasilevna.martynova@mail.ru](mailto:lidiyavasilevna.martynova@mail.ru)*

## ABSTRACT

The main role in the article is given to physical culture as a means not only for physical improvement, but also for the upbringing of the social, labor and creative activity of student youth, which significantly influences the development of the social structure of society.

**Keywords:** physical culture, physical readiness, motor skills, creative activity, student youth, health status, production activity.

Студенческий возраст имеет особое важное значение как период наиболее активного овладения полным комплексом социальных функций взрослого человека, включая гражданские, общественно-политические, профессионально-трудовые.

Физическая культура – это средство не только физического совершенствования и оздоровления, но и воспитание социальной, трудовой и творческой активности молодежи, существенно влияющего на развитие социальной структуры общества. В частности, от физической подготовленности, состояния здоровья, уровня работоспособности будущих специалистов во многом зависит выполнение ими социально-профессиональных функций.

Потенциальные возможности в области двигательной деятельности, которыми человек наделен от природы и которые он в течение жизни использует недостаточно, физическая культура позволяет раскрыть и развить в полной мере.

Постоянно растущий объем информации, усложнение рабочих программ, различные общественные поручения делают учебный труд студенческой молодежи все более интенсивным и напряженным. Зачастую это приводит к уменьшению

двигательной активности (гиподинамии), а одновременное увеличение нагрузки на психику отрицательно влияет на организм, затрудняет учебу и физическую подготовку к будущей производственной деятельности. Недостаток движения способствует детренированности организма.

Малоподвижный образ жизни является одной из главных причин тяжелых хронических заболеваний внутренних органов. При этом ухудшается умственная работоспособность, происходят отрицательные изменения в центральной нервной системе, снижается функция внимания, мышления, памяти, ослабляется эмоциональная устойчивость.

Физическому воспитанию принадлежит большая роль в совершенствовании человеческих способностей.

В процессе физического воспитания осуществляется морфологическое и функциональное совершенствование организма человека, формирование и улучшение его жизненно важных физических качеств, двигательных навыков, умений, знаний.

Диапазон возможностей в совершенствовании физической природы человека практически безграничен. Пример этого – деятельность человека в условиях

невесомости и перегрузок при космических полетах.

В процессе обучения у молодежи следует постоянно вырабатывать навыки здорового образа жизни. Необходимо помнить, что систематические занятия физической культурой и спортом сохраняют молодость, здоровье, долголетие, которому способствует творческий и трудовой подъем.

Соблюдение гигиенических норм, создание в студенческих коллективах хорошего психологического климата, стимулирование занятий массовой физической культурой, правильная организация рабочего времени – условия здорового образа жизни. Огромное значение имеет сознательное отношение к занятиям физическими упражнениями.

Здоровый образ жизни учащейся молодежи социологи рассматривают как систему основных видов деятельности,

которая связана с подготовкой специалистов высококвалифицированного умственного труда с хорошей физической подготовленностью, посредством которой раскрываются характер и мера активности молодежи, степень реализации социальных функций.

Многофункциональный характер физической культуры дает возможность ставить ее в число областей общественно полезной деятельности, в которых формируются и проявляются социальная активность и творчество студенческой молодежи.

Комплексное решение задач физического воспитания в вузе обеспечивает готовность выпускников к активной производственной деятельности, способностей быстрее овладевать навыками, осваивать новые трудовые профессии.

## ЛИТЕРАТУРА

1. Ильинич В.И. Физическая культура студента и жизнь. Учебное пособие для студентов высших учебных заведений. М.: 2015. – 448с.
2. Алексеев С.В. Физическая культура и спорт в Российской Федерации: новые вызовы современности: Монография / С.В. Алексеев, Р.Г. Гостев, Ю.Ф. Курамшин. – М.: Теор. и практ. физ. культ., 2013. – 480с.

## REFERENCES

1. Ilyinich V.I. The student's physical culture and life. Textbook for students of higher educational institutions. M.: 2015.-448p.
2. Alekseev S.V. Physical Culture and Sport in the Russian Federation: New Challenges of the Present: Monograph / S.V. Alekseev, R.G Gostev, U.F. Kuramshin. - M.: Theor. and practical. fiz. cult., 2013. – 480p.