МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ «ДОНСКОЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ТЕХНИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»

АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ НАУКИ И ТЕХНИКИ. 2023

Материалы Всероссийской (национальной) научно-практической конференции

(Ростов-на-Дону, 15–17 марта 2023 года)

Ростов-на-Дону
ДГТУ
2023

или косвенно влияют на спортивную подготовку спортсмена, игнорирование их может привести к снижению спортивных результатов.

УДК 910.1:338.48

Современное состояние физкультурно-оздоровительной деятельности детей и подростков

Мавропуло О. С.[1], Никулина Е. Д.[2]

[1]Донской государственный технический университет, г. Ростов-на-Дону
[2]МБУ ДОД ДЮСШ «Виктория», г. Новороссийск

Современное и динамичное развитие общественной жизни, научно-технический прогресс и цифровизация намного сократили двигательную активность детей и подростков. Нелишне вспомнить слова о том, что научно-технический прогресс освободил человека от физического труда, но повысил требования к его умственной дееспособности. Современный цивилизованный мир придает большое значение здоровью и считает его важнейшей составляющей благополучия и качества жизни человека. К сожалению результаты многих исследований информируют о том, что при всем том, что здоровье наиважнейшая ценность, однако состояние российского общества в сфере здоровья остается критическим, особенно детей и подростков. И это в первую очередь зависит от уровня культуры здоровья индивидуально каждого человека и в совокупности общества.

При этом стоит отметить, что как раз умственная дееспособность определяется оптимальным морфофункциональным состоянием организма человека [1]. Именно физиологическое состояние организма человека определяет степень освоения интеллектуального базиса человека. При этом не надо забывать и тот эмоциональный фон, на основе которого строятся все интеллектуальные достижения человека, тем более в век цифровизации. Снижение морфофункциональной готовности человека к умственному труду является проблемой современной действительности. Именно поэтому проблема сохранения и укрепления здоровья человека является в настоящей действительности актуальной.

Современный маленький человек дошкольного и школьного возраста испытывает невероятные умственные нагрузки, идущие вразрез потребностям его организма в движении. Если ранее принималось за базу норма двигательной активности исходя из двух часов в день и в сумме 14 часов в неделю, то сейчас реальная норма двигательной активности снизилась в несколько раз. Занятия физической культурой и спортом в системе школьного образования составляют два-три часа в неделю, представляется, что школьник доберёт дефицит двигательной активности за счёт внеучебной деятельности. И здесь ведущую роль отводят педагогам дополнительного образования и системе детских спортивных школ и клубов.

При всей разветвленности системы дополнительного образования в нашей стране роль спортивно-оздоровительной деятельности детей и подростков вне организованной системы должна развиваться. Открытые для бесплатного посещения спортивные площадки, зоны для рекреационной деятельности, активного семейного отдыха должны совершенствоваться в независимости от количества специальных учреждений. Безусловно важная роль отводится здесь муниципалитетам, которые должны проводить мониторинг вовлеченности детей и подростков в занятия физической культурой и спортом и создавать условия для этого, согласно стратегическим задачам, направленным на физическое совершенствование подрастающего поколения [2].