

УДК
37.037.1

**Волкова Елена Александровна, кандидат педагогических наук,
доцент**

Доцент кафедры физического воспитания
Стерлитамакский филиал Уфимского Университета Науки и
Технологии
Россия, г. Стерлитамак

Эйснер Дмитрий Алексеевич, студент, группа ПРО21
Студент кафедры физического воспитания
Стерлитамакский филиал Уфимского Университета Науки и
Технологии
Россия, г. Стерлитамак

НАЗВАНИЕ СТАТЬИ

**ВАЖНОСТЬ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В СИСТЕМЕ
ОБРАЗОВАНИЯ ГОСУДАРСТВА: АКТУАЛЬНЫЕ АСПЕКТЫ И
ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ**

Статья посвящена исследованию роли физической культуры в системе образования государства. Рассмотрены основные аспекты влияния физического воспитания на формирование здоровья, социальной адаптации и успеваемости учащихся. На основе анализа современных исследований и статистических данных предложены рекомендации по совершенствованию образовательных программ в области физической культуры. Статья адресована специалистам в области образования, спорта и здравоохранения.

физическая культура, система образования, здоровье учащихся, социальная адаптация, образовательные программы.

The article explores the role of physical education in the state education system. It examines the impact of physical education on health, social adaptation, and academic performance. Based on the analysis of modern research and statistical data, recommendations for improving educational programs in physical education are proposed. The article is addressed to specialists in education, sports, and healthcare.

physical education, education system, student health, social adaptation, educational programs.

Введение

Физическая культура является неотъемлемой частью системы образования, играя ключевую роль в формировании здоровья, физического и психического развития учащихся¹. В условиях современных вызовов, таких как снижение уровня физической активности среди молодежи и рост числа заболеваний, связанных с малоподвижным образом жизни, актуальность интеграции физической культуры в образовательный процесс возрастает². Цель данной статьи – рассмотреть значение физической культуры в системе образования государства, проанализировать текущие проблемы и предложить пути их решения.

Методы и исследования

Для достижения поставленной цели были использованы следующие методы исследования:

1. Анализ научной литературы и нормативных документов в области физической культуры и образования.³
2. Сравнительный анализ образовательных программ различных стран.
3. Статистический анализ данных о состоянии физического здоровья учащихся.
4. Анкетирование преподавателей физической культуры для выявления проблем в образовательном процессе.

Результаты исследования

1. Теоретические основы физической культуры в образовании

¹ Всемирная организация здравоохранения. (2020). Рекомендации по физической активности для детей и подростков.

² Donnelly, J. E., Hillman, C. H., Castelli, D., Etnier, J. L., Lee, S., Tomporowski, P., ... & Szabo-Reed, A. N. (2016). Physical activity, fitness, cognitive function, and academic achievement in children: a systematic review. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 48(6), 1197-1222.

³ Hills, A. P., Dengel, D. R., & Lubans, D. R. (2015). Supporting public health priorities: recommendations for physical education and physical activity promotion in schools. *Progress in Cardiovascular Diseases*, 57(4), 368-374.

Физическая культура как учебная дисциплина направлена на развитие физических качеств, укрепление здоровья и формирование навыков здорового образа жизни⁴. Согласно исследованиям Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), регулярная физическая активность способствует снижению риска сердечно-сосудистых заболеваний, ожирения и депрессии.⁵

2. Современное состояние физической культуры в системе образования

По данным Министерства образования и науки, количество часов, выделяемых на физическую культуру в школах, остается недостаточным.⁶ Кроме того, наблюдается дефицит квалифицированных преподавателей и современной материально-технической базы.

3. Влияние физической культуры на здоровье и успеваемость учащихся

Исследования показывают, что учащиеся, регулярно занимающиеся физической культурой, демонстрируют более высокие показатели успеваемости и лучше адаптируются к социальным условиям.⁷

Заключение

Физическая культура играет важную роль в системе образования, способствуя укреплению здоровья, улучшению успеваемости и социальной адаптации учащихся. Для повышения эффективности физического воспитания необходимо внедрение комплексных мер, направленных на модернизацию образовательных программ и улучшение материально-технической базы. Реализация предложенных рекомендаций позволит создать условия для гармоничного развития подрастающего поколения.

⁴ Hills et al., 2015.

⁵ Всемирная организация здравоохранения, 2020.

⁶ Министерство образования и науки Российской Федерации, 2021.

⁷ Donnelly et al., 2016.

Использованные источники

1. Hills, A. P., Dengel, D. R., & Lubans, D. R. (2015). Supporting public health priorities: recommendations for physical education and physical activity promotion in schools. *Progress in Cardiovascular Diseases*, 57(4), 368-374.
2. Donnelly, J. E., Hillman, C. H., Castelli, D., Etnier, J. L., Lee, S., Tomporowski, P., ... & Szabo-Reed, A. N. (2016). Physical activity, fitness, cognitive function, and academic achievement in children: a systematic review. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 48(6), 1197-1222.
3. Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ). (2020). Рекомендации по физической активности для детей и подростков.
4. Министерство образования и науки Российской Федерации. (2021). Статистические данные о состоянии физической культуры в образовательных учреждениях.