УДК 796.011.1 **DOI: 10.14526/2070-4798-2020-15-1-106-114**

Роль семьи, школы, вуза, государства в решении проблемы физического воспитания молодежи

Попович А.П.*, Безукладнов А.В.
Уральский федеральный университет имени первого Президента России Б.Н. Ельцина
г. Екатеринбург, Россия
*ORCID: 0000-0003-0149-4885, Alex1957popovich@mail.ru**
ORCID: 0000-0002-8505-3069, Bezal-59@mail.ru

Аннотация: Здоровый образ жизни для современного человека является основным ориентиром и мотивацией в процессе жизнедеятельности, приоритетной целью и жизненной установкой, направленной на сохранение здоровья, долголетия, успешную профессиональную деятельность и высокое качество жизни личности. Понятие «качество жизни населения» информирует о степени удовлетворения материальных, духовных, социальных потребностей человека. ***Материалы.*** В статье рассматриваются вопросы взаимосвязи понятий «здоровый образ жизни», «качество жизни населения» и формирование «физиологической потребности» при систематических занятиях физическими упражнениями. ***Методы и материалы исследования.*** Анализ и обобщение научной литературы. ***Результаты.*** Показано, в каких формах нарушение экосистемы отражается на здоровье человека. Авторы рассматривают проблемы в педагогическом процессе, направленном на формирование здорового человека, и обосновывают высокие требования к уровню профессиональной подготовки работников физической культуры и спорта. Классифицированы типы семейного воспитания. Сформулированы задачи, решение которых необходимо для повышения уровня педагогической культуры родителей, и критерии эффективности воспитания здорового образа жизни. На примере исследования, проведенного РУДН, вскрыты многие проблемы в сфере профессионального и общего образования. По итогам данного исследования выявлены факторы, негативно влияющие на процессы формирования здорового образа жизни молодежи. ***Заключение.*** В результате исследования показана роль значимости занятий массовой физической культурой для сохранения здоровья и продления жизни человечества, сделан вывод о необходимости комплексного подхода в достижении поставленной цели – формирования гармонично развитой личности.
Ключевые слова: здоровый образ жизни, физическая культура, качество жизни, профессиональная подготовка, обучение, экология, негативные факторы, семейное воспитание.

Для цитирования: Попович А.П., Безукладнов А.В. Роль семьи, школы, вуза, государства в решении проблемы физического воспитания молодежи. Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. 2020; 15(1): 106-114. DOI: 10.14526/2070-4798-2020-15-1-106-114

The role of the family, school, university, and state in solving the problem of young people physical education

Aleksey P. Popovich*, Aleksandr V. Bezukladnov
First Russian President B. N. Yeltsin Ural Federal University
Ekaterinburg, Russia
*ORCID: 0000-0003-0149-4885, Alex1957popovich@mail.ru**
ORCID: 0000-0002-8505-3069, Bezal-59@mail.ru

Abstract: A healthy lifestyle for a modern person is the main guideline and motivation in the process of life, a priority goal and life attitude aimed at preserving health, longevity, successful professional activity and high quality of the individual life. The concept of "quality of the population life" informs about the degree of material satisfaction, spiritual, and social needs of a person. ***Materials***. The article discusses the relationship between the concepts of "healthy lifestyle", "quality of the population life" and the formation of "physiological needs" during systematic

physical exercise. ***Research methods***. Analysis and generalization of scientific literature. ***Results***. It is shown in what forms ecosystem disturbance affects human health. The authors consider the problems in the pedagogical process aimed at the formation of a healthy person, and justify the high requirements for the level of physical culture and sports workers professional training. The types of family education are classified. The tasks that need to be solved to improve the level of parents pedagogical culture and criteria for the effectiveness of healthy lifestyle education are formulated. On the example of the research conducted by the Russian Academy of education, many problems in the field of professional and General education are revealed. According to the results of this study, factors that negatively affect the processes of forming a healthy lifestyle of young people are identified. ***Conclusion***. The study shows the importance of physical culture mass occupations role for the preservation of health and prolongation of human life, the conclusion about the necessity of an integrated approach in achieving this goal – formation of a harmoniously developed personality.
Keywords: healthy lifestyle, physical culture, quality of life, professional training, education, ecology, negative factors, family education.

For citation: Aleksey P. Popovich, Aleksandr V. Bezukladnov. The role of the family, school, university, and state in solving the problem of young people physical education. Russian Journal of Physical Education and Sport. 2020; 15(1): 106-114. DOI: 10.14526/2070-4798-2020-15-1-106-114

ВВЕДЕНИЕ

Здоровый образ жизни для современного человека является основным ориентиром и мотивацией в процессе жизнедеятельности, приоритетной целью и жизненной установкой, направленной на сохранение здоровья, долголетия, успешную профессиональную деятельность и высокое качество жизни личности. Понятие «качество жизни населения» информирует о степени удовлетворения материальных, духовных, социальных потребностей человека. Социальные структуры высокоразвитых стран проводят активную просветительскую, образовательную работу среди своих граждан, направленную на формирование «физиологической потребности» при систематических занятиях физическими упражнениями.

Эволюционные процессы социума и общества, развитие экономики, промышленности, повышение уровня материально-технических благ для человека имеют наряду с положительным эффектом и иную технологическую сторону. Как правило, она является основной причиной загрязнения окружающей среды. Это приводит к нарушению экосистемы, что отражается на здоровье человека. По статистике Всемирной организации здравоохранения, главной причиной заболевания человека являются неблагоприятные условия окружающей среды (85%). Уровень здоровья указывается как основной критерий качества жизни человека, а среда обитания во всех проявлениях способна оказывать на него как положительное влияние, так и негативное, подвергая адаптационную и иммунную системы человека дополнительной нагрузке. Человеческий организм реагирует на любые изменения во внешней среде, при этом реакция индивидуальна и находится в зависимости от следующих факторов: пола, возраста, состояния здоровья, физической подготовленности, профессиональной деятельности [1].

В этой публикации мы хотим привлечь внимание к проблемам, стоящими перед родителями, педагогами, общественностью, а также к вопросу о том, кто и в какой степени несет ответственность за формирование у подрастающего поколения основ здорового образа жизни, глубоких знаний физической культуры и ценностного потенциала этого феномена. Наследственность, воспитание в семье, социум или образовательные государственные учреждения являются доминирующими структурами в процессе воспитания подрастающего поколения? Все это в совокупности формирует высокие требования к уровню профессиональной подготовки работников физической культуры и спорта. Авторы стремились рассмотреть проблемы в педагогическом процессе, направленном на

формирование гармонично развитой личности.

«Здоровый образ жизни» – способ жизнедеятельности, соответствующий генетически обусловленным типологическим особенностям человека, конкретным условиям жизни, направленный на формирование, сохранение и укрепление здоровья, выполнение его социально-биологических функций. Здоровый образ жизни как система складывается из трех основных культур: питания, движения, эмоций [4].

От семейного воспитания зависят социализация и становление ребенка как личности. Это процесс воздействия на детей со стороны родителей и других членов семьи с целью достижения желаемых результатов от семейного воспитания. Выделяют следующие типы семейного воспитания личности: гражданское, светское, маргинальное, элитарное. Целесообразно добавить к этому перечню научно-религиозное, интегральное, классовое и партийное воспитание.

Тип личности ребенка формируется стилем воспитательной деятельности [5]:

- авторитарным;
- либеральным;
- гуманистическим;
- демократическим;
- прагматическим.

Содержание воспитания в семье определяется его направленностью в воспитательном процессе:

- умственное;
- нравственное;
- физическое;
- гармоничное.

Родители по-разному выстраивают свое поведение в процессе воспитания детей, что классифицируется следующим образом [6]:

- строгое;
- компромиссное;
- автономное;
- содействующее;
- ситуативное;
- зависимое.

Дети – это отражение семьи. Говоря о воспитании, П. Ф. Лесгафт выделил условия формирования полноценной личности ребенка только в атмосфере любви и взаимоуважении, без этого у ребенка формируются честолюбие и безнравственность, на основе компенсаторной любви к ребенку, особенно со стороны матери. При этом, по утверждению великого ученого, педагога, большая роль отводится гармоничному развитию и воспитанию человека средствами физической культуры [7].

Воспитание здорового человека представляет наибольшую ценность и зависит от ряда объективных и субъективных факторов. Общепризнанный факт ухудшения здоровья современных детей и подростков связан с дефицитом двигательной деятельности и малоподвижным образом жизни. Ритм двадцать первого века, его интенсивность не оставляют родителям времени на то, чтобы уделять достаточно внимания физическому воспитанию своих детей. Но вместе с этим проблемой остается недостаточная культура самих родителей. А физическая культура является частью «общечеловеческой культуры». Организация быта, соблюдение суточного режима, питания ребенка еще не говорят о физическом воспитании. Необходимо подходить к этому комплексно, наряду с вышеперечисленными факторами, овладеть здоровьесберегающими технологиями, знаниями об оптимальном сочетании двигательной деятельности и отдыха для детского организма, закономерностями развития адаптационных способностей человека с учетом возрастной периодизации. Актуальными для родителей, воспитателей, педагогов остаются слова А. С. Макаренко: «И высокое требование к себе, к каждому своему шагу, уважение к своей семье, родительский контроль над каждым шагом являются первостепенным и основным шагом в воспитании». Активные занятия физическими упражнениями – неотъемлемый элемент физического воспитания личности, но в качестве примера для подражания должны выступать родители [8].

Семья способствует формированию образа жизни ребенка, умений и навыков, основ здорового образа жизни, системности применения закаливающих процедур.

Одной из проблем воспитания здорового образа жизни является повышение культурного уровня родителей. Родители несут полную правовую и моральную ответственность за воспитание ребенка в семье, что подкреплено законами любого государства, как, например, в статье 63 Конституции РФ об обязанностях родителей.

Великие педагоги XIX-XX столетия К. Д. Ушинский, Л. Н. Толстой, П. Ф. Лесгафт, В. П. Вахтерев, П. Ф. Каптерев подчеркивали значимость координации и взаимодействия семейного и школьного воспитания. Закладывая основы воспитания в семье, родители полагаются на свой жизненный опыт, не имея педагогических знаний, что делает невозможным сознательное влияние на детей с целью необходимой коррекции поведения.

Педагог П. Ф. Каптерев отмечал, что основой взаимодействия семьи и школы являются развитие наследственных способностей и возможностей ребенка, включая физические, творческие, трудовые.

Представители педологии П. П. Блонский, Л. С. Выготский, Д. Б. Эльконин считали необходимым сохранить единство, преемственность воспитания и образования в семье и школе в соответствии с теорией развития индивида на основе биологического и социального единства. Советская школа педагогики и ее представители А. В. Луначарский, Н. К. Крупская, А. С. Макаренко основными задачами ставили изучение микросреды вокруг ребенка и оказание консультативной помощи семье [9]. Тем не менее советская школа вела себя авторитарно относительно семьи, уделяя внимание в основном военно-патриотическому воспитанию детей, подростков, молодежи, и продолжалось это вплоть до 90-х годов. Идеи Н. К. Крупской о высокой социализации детей и их реализации отразились негативно на генетическом уровне поколений, проявившись в отрыве детей дошкольного и младшего школьного возраста от семейного уклада и традиций.

МАТЕРИАЛЫ И МЕТОДЫ

Для повышения уровня педагогической культуры родителей необходимо решить следующие задачи:

- понимание родителями цели воспитания детей;
- учет индивидуальных особенностей и уникальности ребенка;
- соответствие возможностей детей и требований родителей;
- умение принимать решения в конкретной педагогической ситуации с целью развития ребенка;
- разнообразие применяемых методов и средств воспитания.

Разработанные модели поведения прививаются ребенку родителями на основе правил, культурных традиций и норм этики. Самоанализ детей возникает после сравнения собственных поступков с известными им шаблонами поведения, как правило, установленными родителями. Большое влияние на личность оказывает индивидуальный опыт и физическое окружение, а также культура, природа, климат [10].

Одной из основополагающих задач воспитания в семье является формирование суточного распорядка, режима, который важен для детей любого возраста. Семья организует оптимальный домашний режим – двигательную деятельность, способствующую физическому развитию ребенка, сон, рациональное питание, закаливание, личную гигиену. Домашний режим должен строиться с учетом распорядка дня как дошкольного учреждения, так и школьного заведения. По мнению Н. М. Амосова, для здоровья необходимы следующие условия [11]:

- физическая нагрузка;
- оптимальное питание;
- адаптация организма к окружающей среде;
- гармоничное сочетание труда и отдыха.

Семья формирует здоровый образ жизни детей и прививает следующие знания, умения и навыки:

- знание правил личной гигиены,

гигиены помещений, одежды, обуви и др.

- потребность строго соблюдать режим дня;

- умение анализировать бытовые ситуации, прогнозировать последствия и находить выход из них;

- умение взаимодействовать с окружающей средой, соблюдение правил безопасного пребывания в социуме и быту.

Родителям необходимо знать критерии эффективности воспитания здорового образа жизни:

- положительная динамика физического развития ребенка;

- снижение заболеваемости;

- формирование у ребенка умений выстраивать отношения со сверстниками, родителями и другими людьми;

- снижение уровня тревожности и агрессивности.

Совершенно очевидно, что положительный результат может быть достигнут только при тесном взаимодействии семьи и образовательного учреждения, так как потребности в здоровом образе жизни у ребенка сформируются только на основе единых требований к ним у родителей и педагогов. Только при соблюдении этого условия ребенок воспримет бережное отношение к своему здоровью как непреложную истину, единственно правильный стиль жизнедеятельности [12].

Мы видим, как человек, занимаясь физической культурой, меняется сам, вместе с этим меняя и окружающий его мир. Целесообразно рассмотреть, как социум влияет на физическое развитие человека. Если представить, что в первобытнообщинном строе физическое развитие человека было крайне необходимо для элементарного выживания в окружающей среде, то мы с пониманием отнесемся к простому постулату о соответствии всестороннего развития человека своему времени и эпохе. То есть, физическая культура, уровень её развития соответствовали требованиям той или иной общественно-экономической формации – первобытнообщинной, рабовладельческой, феодальной, капиталистической [1].

Материальная сторона жизни общества обусловливает возникновение физической культуры как неотъемлемой части общечеловеческой культуры. Условия жизни человека были таковыми, что он находился в атмосфере противостояния силы, быстроты, ловкости с окружающим его миром и природой. Но не только физическая культура была востребована, так как сложно отделить физическую культуру от культуры вообще. Гуманитарии рассматривают понятие «культура» как мостик между человеком-«био-структурой» и окружающей средой. В содержание понятия «культура» входят философия, идеология, мораль, искусство и многие иные дисциплины гуманитарной направленности. Культура отражает сложнейшие процессы материальной и духовной жизни общества. Она не дана человеку от природы, являясь результатом общественного и индивидуального творчества людей. Основу содержания культурного процесса составляют развивающие физические и интеллектуальные способности человека, средства и методики [6].

Значимость занятий массовой физической культурой для сохранения здоровья и продления жизни человечества трудно переоценить. Издержки цивилизации отразились на состоянии здоровья современного человека. Единственный способ выживания человека сегодня заключается в нейтрализации или минимизации воздействия неблагоприятных факторов внешней среды:

- гиподинамии;

- избыточного высококалорийного питания;

- нервного перенапряжения.

Велика роль государства в управлении развитием физической культуры и его влияния на воспитание своих граждан. То есть, государство и сегодня выступает главным заказчиком необходимого сегодня стране гражданина. Но главным «накопителем» и проводником учебно-образовательного процесса является учитель, педагог, преподаватель, основой профессиональной компетентности которого, критерием эффективности его профессионального уровня

является качество проводимого им урока. При этом необходимо систематически проводить мониторинг учебного процесса, программного и методического материала, чтобы своевременно вносить коррективы в изучаемые дисциплины, «отвечая» на «запросы и требования» современной молодежи, общества, государства по данной дисциплине.

РЕЗУЛЬТАТЫ

На примере исследования, проведенного РУДН в 2016 году, в котором принимал участие и автор публикации, вскрыты многие проблемы в сфере профессионального и общего образования и той роли, которая отведена государственным учреждениям в формировании здорового образа жизни молодежи. В числе респондентов были около 60 тысяч студентов различных российских вузов.

Согласно данным этих исследований, 80% студентов не распределены по видам спорта и занимаются в группах общефизической подготовки (ОФП). Это противоречит требованиям Федерального образовательного стандарта. Положительно оценивают занятия 55,6% студентов. Объяснение, методическое сопровождение изучаемого учебного материала получают 73% занимающихся, из них с использованием современных компьютерных и медиа-технологий – 22,9%, с использованием пособий и методического материала – 24%. Студентов, посещающих лекции по физической культуре, – 54,8%.

Повышенный интерес у молодежи вызывают дополнительные занятия танцами, турпоходы, упражнения на тренажерах – у 86% опрошенных; медико-практические занятия, предоставляющие информацию о работоспособности, – у 72%, диагностика функционального состояния – у 48% студентов.

Критериями оценки работы преподавателя будут следующие:

- наличие и качество разработанной документации при планировании;
- планирование и контроль занятий;
- рациональное распределение занятий («моторная» и «общая» плотность).
- соблюдение правил безопасности и санитарно-гигиенических требований;
- учет индивидуальных, возрастных и половых особенностей;
- творческое использование здоровьесберегающих технологий;
- контроль знаний и умений;
- использование современного инвентаря.

Преподаватель высшей школы завершает формирование у студентов сознательного отношения к здоровому образу жизни средствами и методами физической культуры:

- совершенствует знания, умения и навыки базовых телесных упражнений;
- максимально расширяет двигательный опыт;
- овладевает методами психотренинга при создании положительного эмоционального фона во время занятий.

По итогам данного исследования выявлены факторы, негативно влияющие на процессы формирования здорового образа жизни молодежи.

Физическому совершенствованию препятствуют следующие причины:

- недостаточный уровень информации молодежи в сфере фундаментальных знаний по анатомии, физиологии, морфологии, а также теории и методики физического воспитания;
- отрицательный опыт занятий физической культурой в школе или в ином учебном заведении;
- условия для самостоятельных занятий недостаточно комфортны;
- систематические нарушения и незнание основ здорового образа жизни (режим труда и отдыха, питания, сна);
- отсутствие, недостаток психологической поддержки самостоятельных занятий в кругу семьи и близких;
- временное заболевание и нездоровье;
- отсутствие инвентаря, оборудования, экипировки и иного сопровождения, необходимого для систематических занятий физической культурой.

Решение вышеуказанных проблем, повышение уровня знаний в области здоровьесберегающих технологий, формирование внутренней психологической уверенности в жизненной необходимости укрепления своего собственного здоровья как базиса счастья, карьерного успеха, долголетия – все это в совокупности является атрибутами современного человека и его жизни.

Физическое развитие человека – это природные изменения анатомо-физиологических и биологических структур в процессе жизни индивида.

Показатели физического развития человека:

- функциональные возможности сердечно-сосудистой и дыхательной систем организма;
- показатели телосложения;
- уровень состояния физических качеств;
- функциональные физиологические изменения;
- возрастной период развития.

Факторы, влияющие на физическое развитие человека:

- эндогенные, к ним относят генетические особенности, которые являются носителями наследственных заболеваний и патологий, влияющими на процесс роста и развития личности;
- экзогенные (климатические показатели, природные, водные ресурсы, экология, район проживания);
- социальные (питание, образование, статус ребенка в семье, медобслуживание).

Физическое воспитание в вузе имеет первостепенное значение для изучения и освоения рационального и эффективного использования человеком своих двигательных способностей и возможностей. Непосредственно объектом и фактором управления является двигательная деятельность, обучение движениям, воспитание физических качеств, их взаимосвязь. Физическое воспитание направлено на морфологическое и функциональное совершенствование организма, укрепление здоровья организма, выполняя следующие функции:

- развивающие;
- воспитательные;
- образовательные;
- оздоровительно-гигиенические;
- общекультурные.

ОБСУЖДЕНИЕ

На примере РФ можно рассмотреть механизмы государственной внутренней политики, направленной на сохранение и улучшение здоровья своих граждан.

Действующая Концепция развития долгосрочного социально-экономического развития РФ до 2020 года предусматривает, снижение смертности среди трудоспособного населения страны и стабилизацию демографической ситуации за счет повышения уровня развития физической культуры. Привлечение детей к систематическим занятиям физическими упражнениями позволит улучшить социально-экономические показатели по стране в ближайшем будущем. В противоположном случае тенденция сокращения продолжительности жизни будет продолжаться, что также будет сопровождаться большими финансово-экономическими потерями государства по причине роста заболеваний [14]. Практически все стороны человеческой жизни определяются уровнем здоровья.

Государство оказывает влияние на физкультурно-спортивную деятельность по двум основным направлениям:

- создание и разработка нормативно-правовой базы;
- финансирование и инвестирование этой сферы.

Деятельность любого государства в этой сфере основывается на международной нормативно-правовой базе. Основными документами в спортивной сфере являются Международная хартия физического воспитания и спорта 1978 года, принятая в Париже, а также Спортивная хартия Европы 1992 года.

Спортивная хартия была принята еще в 1992 году представителями тринадцати европейских стран. Доминирующими в этом

законе были права граждан о доступности каждого к занятиям физической культурой, овладению знаниями, защите и развитии моральной и этической сторон спорта. Также в ней указывается на особо бережное отношение к окружающей среде как при строительстве спортивных объектов, так и при проведении спортивных мероприятий.

Еще один документ, на который хотелось бы обратить внимание, – Европейский Манифест «Молодые люди и спорт», принятый в мае 1995 года.

Основными целями данного Манифеста является формирование у молодежи здорового образа жизни и решение следующих задач:

- развитие физических, психических и социальных качеств;
- обучение этическим ценностям справедливости;
- взаимоуважение;
- толерантность;
- пропаганда ЗОЖ [13].

В Манифесте говорится, что семья и школа играют уникальную роль в пропаганде здорового образа жизни. Как видим из Манифеста, основными направлениями физкультурной деятельности являются гуманизация и гуманитаризация как самого процесса, так и взаимоотношений между педагогами и учениками. При организации процесса и занятий в эпицентре находится ученик, личность человека и его самореализация, проявление его способностей. Становление, формирование и реализация его потенциала как индивида возможны только в условиях развития согласованного единства его интеллектуальных, духовно-нравственных, эстетических и физических сторон. Гуманизация воспитательного и образовательного процессов максимально способствует развитию индивидуальных способностей человека на основе здорового образа жизни.

Анализируя достижения и проблемы современной цивилизации, авторы статьи отмечают возрастающую роль здорового образа жизни в жизни человека. Человечество в 21-м столетии достигло большого эволюционного прогресса практически во всех сферах жизнедеятельности социума. Развитие человека как личности, индивидуальности происходит на основе его социально-биологических способностей и потребностей, среди которых основными являются мотивации к самореализации и самоактуализации. Но достичь своих целей в условиях высокой конкурентной среды невозможно, не овладев умениями и навыками основ здорового образа жизни. Несмотря на многие противоречия, происходящие сегодня в мире, можно выделить две основные проблемы – сохранение здоровья человека и экология. Человек как биологическая структура не может существовать в вакууме, а экологические проблемы человечество может решить только путем единения усилий и стремлений к этому. Ученые прогнозируют повышение средней продолжительности жизни человека до 120 лет, и это реально. Но при этом нужно учесть, что наряду с развитием здоровьесберегающих технологий высокими темпами ухудшается экология. Особенно это наблюдается за последнее десятилетие в сфере туриндустрии, темпы прироста которой составляют ежегодно 2,8%.

В процессе формирования здорового образа жизни человека главная роль отводится семье. Первый пример здорового образа жизни преподают своим детям их родители. Учебные учреждения систематизируют приобретенные умения и навыки в сфере сохранения здоровья и повышают уровень сознания в необходимости сохранения и укрепления здоровья как основы его успешной профессиональной карьеры, долголетия. Создание условий для организации правильного режима ребенка, сочетание занятий, отдыха, сна, приема пищи – это прямая обязанность родителей.

В учебном заведении дети получат необходимые знания о средствах и методах физической культуры, о гармоничном физическом развитии на основе их индивидуальных способностей. В университете учебный процесс должен строиться на основе демократичности выбора видов спорта, максимальной реализации мотиваций к

сознательному развитию физических качеств и способностей, к достижению жизненных целей на основе здорового образа жизни [14].

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Государство на законодательном нормативно-правовом уровне создает условия для систематических занятий по ведению здорового образа жизни своих граждан, при этом улучшая материально-техническую базу спортивных залов и стадионов, а также предоставляет различным социальным группам и слоям населения возможность свободного доступа к спортивным объектам в соответствии с подписанными международными документами и Хартиями. Современный человек, ведущий здоровый образ жизни, – это гармонично развитая личность, способная к успешной собственной карьере, долголетию и созданию базиса для счастливого будущего следующих поколений.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Васильева З.И. *История образования и педагогической мысли*. М. 2009: 413.
2. Фудин Н.А., Хадарцев А.А., Орлов В.А. *Медико-биологические технологии в физической культуре и спорте*. М: Спорт-Человек. 2018: 320.
3. Степаненкова Э.Я. *Теория и методика физического воспитания и развития ребенка*. М.: Центр. Академия. 2001: 368.
4. Атаев А. К. *Родителям о физическом воспитании детей в семье*. М.: МГУ. 2013: 320.
5. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. *Теория и методика физического воспитания и спорта*. М.: Академия. 2013: 480.
6. Степанов Т.А. *Воспитание интереса к физической культуре у детей с различным уровнем здоровья*. Сургут, СурГПИ. 2014: 170.
7. Баршай В.М. *Физическая культура в школе и дома*. Ростов-н.-Д.: Феникс. 2011: 256.
8. Захарова Л. И. *Международное спортивное право*. М.: Проспект. 2017: 272.
9. Алексеев С. В. *Правовые основы профессиональной деятельности в спорте*. М. 2013: 517.
10. Andersen L.B., Riddoch C., Kriemler S., Hills A. Physical activity and cardiovascular risk factors in children. *British journal of Sports Medicine*. 2011; 45(11): 871-876. DOI: 10.1136/bjsports-2011-090333.
11. Carson V., Spence J.C. Seasonal variation in physical activity among children and adolescents: A review. *Pediatric Exercise Science*. 2010; 22: 81-92.
12. Fairclough S.J., Ridgers N.D., Welk G. Correlates of children's moderate and vigorous physical activity during weekdays and weekends. *Journal of Physical Activity and Health*. 2012; 9: 129-137.
13. Martinez-Gomez D., Welk G.J., Calle M.E., Marcos A., Veiga O.L. Preliminary evidence of physical activity levels measured by accelerometer in Spanish adolescents: The AFINOS Study. *Nutrition Hospitalaria*. 2009; 24: 226-232.
14. Алексей П. Попович, Валентина И. Гордиевская, Татьяна А. Коломийчук, Анна В. Щепанова, Анастасия Н. Купцова. Инновационные технологии спортивного отбора и ориентации как основа спорта высших достижений. *Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта*. 2019; 14(1): 59-66. DOI: 10.14526/2070-4798-2019-14-1-59-66.

Статья поступила в редакцию: 20.02.2020

Попович Алексей Петрович *– кандидат педагогических наук, доцент кафедры физического воспитания и спорта; Уральский федеральный университет имени первого Президента России Б. Н. Ельцина, 620002, Россия, г. Екатеринбург, ул. Мира, дом 19, e-mail: Alex1957popovich@mail.ru*

Безукладнов Александр Владимирович *- старший преподаватель; Уральский федеральный университет имени первого Президента России Б. Н. Ельцина, 620002, Россия, г. Екатеринбург, ул. Мира, дом 19, e-mail: Bezal-59@mail.ru*