

**МИНИСТЕРСТВО ПО ДЕЛАМ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА РЕСПУБЛИКИ
УЗБЕКИСТАН**

**МИНИСТЕРСТВО ВЫСШЕГО И СРЕДНЕГО СПЕЦИАЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ РЕСПУБЛИКИ УЗБЕКИСТАН**

**ТАШКЕНТСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ ВЫСШАЯ ШКОЛА
НАЦИОНАЛЬНОГО ТАНЦА И ХОРЕОГРАФИИ**

Кафедра «Социально-гуманитарных дисциплин»

НАУЧНАЯ СТАТЬЯ

**«ВЛИЯНИЕ ГОСУДАРСТВЕННЫХ РАЗРАБОТОК, КОМПЛЕКСНЫХ
СИСТЕМ В ОБЛАСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА НА
ВОСПИТАНИЕ МОЛОДЕЖИ»**

МАМИРОВА Д.Т.
старший преподаватель ГИИКУз

2016 год

ВЛИЯНИЕ ГОСУДАРСТВЕННЫХ РАЗРАБОТОК, КОМПЛЕКСНЫХ СИСТЕМ В ОБЛАСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА НА ВОСПИТАНИЕ МОЛОДЕЖИ

МАМИРОВА Д.Т.

старший преподаватель ГИИКУз

Вследствие значительных изменений современного общества, в настоящее время, особенно, актуальна проблема дальнейшего развития общества, его различных сфер, в том числе и сферы физической культуры и спорта, определение важных направлений государственной политики в социальной сфере.

Наиболее сложным вопросом остается вопрос определения приоритетов в спортивном воспитании личности. Большим шагом в решении данного вопроса явились государственные законы, постановления и проекты в области физической культуры и спорта. Этот процесс немаловажен, так как ни одно цивилизованное государство не может существовать без гармонично развитого – здорового поколения, способного создать конкурентно способное современное общество.

Жизнь человека зависит от состояния здоровья организма и масштабов использования его психофизиологического потенциала. Все стороны человеческой жизни в широком диапазоне социального бытия - производственно-трудовом, социально-экономическом, политическом, семейно-бытовом, духовном, оздоровительном, учебном - в конечном счете, определяются уровнем здоровья.

Здоровье влияет на качество трудовых ресурсов, на производительность общественного труда и тем самым на динамику экономического развития общества.

Охрана и укрепление здоровья студенчества в основном определяется образом жизни. Повышенное внимание к нему проявляется на уровне общественного сознания, в сфере культуры, образования, воспитания. Образ жизни студента есть не что иное, как определенный способ интеграции его потребностей и соответствующей им деятельности, сопровождающих ее переживаний. Это проявляется в той доли бюджета времени личности, которая на них тратится; в том, на какие виды жизнедеятельности личность расходует свое свободное время, каким видам отдает предпочтение в ситуациях, когда возможен выбор. Если образ жизни не содержит творческих видов жизнедеятельности, то его уровень снижается. Одни студенты больше используют свободное время для чтения, другие — для занятий физическими упражнениями, третьи — на общение. Сознательно планируя затраты времени и усилий, студент может либо включаться в широкую сеть таких связей, либо обособляться.

Образ жизни студенту нельзя навязать извне. Личность имеет реальную возможность выбора значимых для нее форм жизнедеятельности, типов поведения. Обладая определенной автономностью и ценностью, каждый

молодой человек формирует свой образ действий и мышления. Личность способна оказывать влияние на содержание и характер образа жизни группы, коллектива, в которых она находится.

Выражением самостоятельной регуляции личности в жизнедеятельности является ее стиль жизни. Это поведенческая система, характеризующаяся определенным постоянством составляющих ее компонентов и включающая приемы поведения, обеспечивающие достижение студентом намеченных целей с наименьшими физическими, психическими и энергетическими затратами. Становясь привычкой, стиль жизни приобретает некоторую свободу от сферы сознательного контроля. Но для сферы самоуправления личности могут быть характерны и целенаправленные волевые акты воздействия. Этот уровень регуляции становится возможен при наличии мотиваций высокого уровня, связанного с общей направленностью интересов и ценностных ориентаций, обобщенных социальных установок. Таких, как: принятие в 1992 и 2002 годах Закона «О физической культуре и спорте», разработка комплексной программы «Соғлом авлод учун» и системы организации физического воспитания населения. Национальная программа по подготовке кадров и система организации массового спорта в непрерывном образовании стали основополагающими факторами в формировании интеллектуальных и физических ресурсов страны. Важное значение имеет разработка и внедрение специальных тестов «Алпомиш» и «Барчиной», определяющих уровень физической подготовленности здоровья населения республики в сочетании с общим физическим образованием, влияющим на спортивное воспитание молодежи и их здоровье.

В связи с функциональным подходом к здоровью возникло понятие «практически здоровый человек», поскольку возможны патологические изменения, которые существенно не сказываются на самочувствии и работоспособности человека. Однако при этом чаще всего не учитывается, какую цену организм платит за сохранение работоспособности.

Гуманистическое направление охраны и укрепления здоровья общества всегда возлагает на личность ответственность не только за своё поведение перед обществом, коллективом, близкими людьми, но и за отношение к своему собственному здоровью как социальной ценности.

Здоровый образ жизни отражает обобщенную типовую структуру форм жизнедеятельности человек, для которой характерно единство и целесообразность процессов самоорганизации и самодисциплины, и саморазвития, направленных на укрепление адаптивных возможностей организма, полноценную самореализацию своих сил, дарований и способностей в общекультурном и профессиональном развитии, жизнедеятельности в целом. Здоровый образ жизни создает для личности такую социальную культурную микросреду, в условиях которой возникают реальные предпосылки для высокой творческой самоотдачи, работоспособности, трудовой и общественной активности, психологического комфорта, наиболее полно раскрывается психофизиологический потенциал

личности, актуализируется процесс ее самосовершенствования. В условиях здорового образа жизни, ответственность за здоровье формируется у человека как часть общекультурного развития. Проявляется в единстве стилевых особенностей поведения, способности построить себя как личность в соответствии с собственными представлениями о полноценной в духовном, нравственном и физическом отношении жизни.

Для человека с высоким уровнем развития личности характерно не только стремление познать себя, но желание и умение изменять себя, микросреду, в которой он находится. Вбирая в себя опыт достижений личности в различных видах деятельности, проверяя физические и психические качества через внешние виды деятельности, общение, формируется полное представление человека о себе. Одновременно с этим в структуру самосознания включаются идеалы, нормы и ценности, общественные по своей сути. Они присваиваются личностью, становятся ее собственными идеалами, ценностями, нормами, частью ядра личности — ее самосознания.

1. И.А.Каримов Без прошлого нет будущего, без сотрудничества нет прогресса. *Выступление на сессии Исполнительного Совета ЮНЕСКО, 23 апреля 1996 г.*

2. И.А.Каримов Узбекистан по пути углубления экономических реформ. Т.: «Узбекистан», 1995 г.