

*Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:*

<https://stuservis.ru/statya/430260>

**Тип работы:** Статья

**Предмет:** Физическая культура и спорт

-

Аннотация. В данной статье рассматривается проблема занятий физической культурой в условиях самоизоляции. Были выявлены актуальность проблемы, цели, предмет и объект статьи. На основе данных пунктов были предложены рекомендации и способы проведения занятий в условиях самоизоляции.

Ключевые слова: физическая культура, самоизоляция, коронавирус, пандемия.

В период дистанционного обучения особую сложность представляют дисциплины, которые обычно требуют присутствия на занятиях, в частности физическая культура. Физическая культура - это сфера общественной деятельности, направленная на поддержание и укрепление здоровья, развитие физических и психических способностей человека через осознанную физическую активность. Она включает в себя ценности и знания, которые способствуют физическому и интеллектуальному развитию человека, формированию здорового образа жизни и социальной адаптации через специальное воспитание и подготовку.

Быстрое развитие технологий, постоянное увеличение объема информации, совершенствование и усложнение учебных и рабочих процессов приводят к повышенной потребности в качественном образовании на всех уровнях. Эти факторы являются неотъемлемой частью современного общества. [1]

В 2020 году появился ее один фактор, который изменил систему образования во всем мире - пандемия.

Согласно определению в Большой российской энциклопедии, пандемия характеризуется распространением инфекционного заболевания на территорию всей страны, территорию сопредельных государств, а иногда и многих стран мира.

Эпидемия, в свою очередь, представляет собой распространение инфекционной болезни, значительно превышающее уровень обычной заболеваемости на данной территории. Но даже без пандемии современные образовательные технологии становятся неотъемлемой частью нашей жизни.

Актуальность проблемы занятий физической культурой в условиях самоизоляции связана с существующими социально-экономическими и здравоохранительными условиями, которые требуют от людей самоизоляции и ограничения контактов с другими людьми. Эта ситуация приводит к значительному снижению физической активности людей, что может негативно сказываться на их здоровье и благополучии.

Цель статьи заключается в анализе проблем, с которыми сталкиваются люди во время самоизоляции, связанных с занятиями физической культурой. Основная задача состоит в выявлении причин и последствий недостаточной физической активности в период самоизоляции, а также предлагать практические рекомендации и решения для обеспечения достаточного уровня физической активности.

1. Аладинская И. А. Преподавание физической культуры в условиях дистанционного обучения // Актуальные исследования. 2020. №16 (19). С. 73-76. URL: <https://apni.ru/article/1118-prepodavanie-fizicheskoy-kulturi-v-usloviyakh>

2. Балвочюс, Миндаугас. Проблемы занятий физической культурой в условиях самоизоляции / Миндаугас Балвочюс, А. С. Машичев. — Текст : непосредственный // Молодой ученый. — 2020. — № 21 (311). — С. 230-232. — URL: <https://moluch.ru/archive/311/70493/> (дата обращения: 02.03.2024).

3. ВОЗ рекомендовала физическую активность и медитацию во время самоизоляции [Электронный ресурс]. URL: <https://www.kommersant.ru/doc/4307062>

4. Кутергин Н. Б., Авдеев А. Г. Физическая культура как средство сохранения и укрепления здоровья курсантов // Вестник БелЮИ МВД России. 2012. №1. С. 14-17.

5. Осипов А. Ю., Гольм Л. А., Михайлова С. А. Формирование здоровьесберегающих компетенций будущих специалистов средствами физического воспитания // Вестник Череповецкого государственного университета. 2012. № 2 (39). Т.2. С.178-182

6. Проблемы перехода на дистанционное обучение в Российской Федерации глазами учителей; - М., 2020 URL: <https://icef.hse.ru> (Дата обращения: 02.03.2024).

*Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:*

<https://stuservis.ru/statya/430260>