**Физическая культура и спорт в системе высшего образования.**

Занятия физической культурой влияют на все стороны развития личности: развиваются не только физические, но личностные навыки, что способствует дальнейшему роста гармоничной личности.

В связи с нововведениями в области образования качество преподавания физической культуры в высших учебных заведениях является актуальной проблемой. Перед преподавателями ВУЗов стоит важная проблема воспитание здорового специалиста отвечающего требованиям современного мира.

Модернизация высшего образования Российской Федерации обусловливает необходимость его построения на основе современных технологий и подходов обучения, воспитания, развития и оздоровления студенческой молодежи. В этой связи работа преподавателя физического воспитания в высших учебных заведениях должна быть выстроена особым образом.

Вопросом исследования физической культуры и спорта в условиях высшего образовательного пространства занимались такие отечественные исследователи, как В.А. Масляков, В.С. Матяжов, Ю.А. Ямпольская и др.

В общепринятом понимании физическая культура и спорт представляют собой составную часть общей культуры, которая представляет собой ценности, нормы, знания, необходимые для интеллектуального и физического развития способностей человека. Это область социальной деятельности, которая направлена на достижение физического развития человека при помощи осознанной двигательной активности. Выполнение физических упражнений способствует совершенствованию анатомического строения, физиологических возможностей тканей и органов организма человека, его двигательной активности, социальной адаптации. Данные положения содержатся в Федеральном законе Российской Федерации от 4 декабря 2007 года № 329-ФЗ «О физической культуре и спорту в Российской Федерации». Развитие физической культуры и массового спорта в России стимулируют законы, нормы права, положения.

Авторы В.А. Масляков и В.С. Матяжов считают, что содержание занятий физкультурой и спортом со студентами вуза «основано на знаниях и умениях применения средств физической культуры». Оно базируется на проведении профессионально-прикладной физической и спортивной подготовки в целях приобретения коллективного и индивидуального опыта физкультурно-спортивной деятельности. Формируя гармонически развитую личность, физическое воспитание способствует эстетическому, нравственному, умственному воспитанию студентов вузов, формированию у них здорового образа жизни.

Для студентов физическая активность и спорт, повышающие работоспособность, снижающие уровень агрессивности, являются важным условием нормального развития их тела и ума. Физическая культуры выступает уникальным средством потенциала здоровья молодежи. В системе высшего образования основополагающими задачами в области развития физической культуры и спорта среди студентов вузов признаны: 1) формирование навыков организации регулярного двигательного режима студентов; 2) развитие ведущих двигательных качеств студентов; 3) обучение студентов двигательным умениям и навыкам и их применению в сложных условиях; 4) повышение уровня образованности студентов в сфере физической культуры и спорта; 5) формирование у студентов потребности в здоровом образе жизни и физическом совершенствовании.

В вузах «Физическая культура» представлена в качестве обязательной дисциплины и значимого компонента целостного развития личности. В целенаправленном педагогическом процессе физического образования физическая культура осуществляет свои развивающие функции. Процесс обучения в вузах организуется в зависимости от состояния здоровья студентов. Как отмечает Ю.А. Ямпольская, в рамках физического воспитания студентов вуза преподаватели физической культуры проводят комплекс воспитательных, пропагандистских, методических мер, которые способствуют обеспечению оздоровления студентов. Личность преподавателя физического воспитания, владеющего особой технологией формирования практических навыков у студентов, играет немаловажную роль в формировании здоровья российских студентов.

Таким образом, физическая культура и спорт призваны сохранять и укреплять здоровье людей. Одним из показателей состояния физической культуры и спорта в обществе является степень использования физической культуры в сфере образования. Современный уровень общественного развития требует систематического повышения физической подготовленности студентов вузов. Расширение физкультурной и спортивной работы будет способствовать повышению массовости физической культуры и спорта в России.