

чтобы стрелок мог смотреть на цель прямо перед собой. Практикой установлено, что наиболее оптимальный угол между линией прицеливания и плоскостью симметрии головы находится в пределах 5-10 градусов. Поворот головы должен быть естественным: без наклона ее вперед-назад или вправо-влево и не приводящим к перенапряжению мышц шеи.

#### Список литературы

1. Спортивная стрельба из пистолета [Электронный ресурс] – URL: <http://stjag.ru/index.php/en/2012-02-08-10-30-47/огневая-подготовка/item/32673-спортивная-стрельба-из-пистолета.html>.

### РОЛЬ ГОСУДАРСТВА В ФОРМИРОВАНИИ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ

Слепова Л.Н., Галич И.С., Хаирова Т.Н., Дижонова Л.Б.

*Волжский политехнический институт (филиал)  
Волгоградского государственного технического  
университета, Волжский, Россия, ilia.galich.1994@mail.ru*

Значение и роль физической культуры и спорта в жизни людей и особенно учащейся молодежи трудно переоценить. В новых социально-экономических условиях, приобщаясь к новым моделям поведения, производственных отношений, досуга, при удорожании лекарств, медицинских и образовательных услуг, многие категории граждан меняют равнодушие на активный интерес к здоровому образу жизни. Для того чтобы общество осознало важность профилактических мер, позволяющих укрепить и сохранить свое здоровье, необходимо повысить социальную значимость физической культуры и спорта, важность физической активности, сформировать взгляд на физическую культуру и спорт, как на факторы здорового образа жизни.

Забота о здоровье человека предполагает не только борьбу с болезнями, исследование их происхождения, но и изучение состояния здоровья здорового человека, профилактику заболеваемости, разработку концепций здорового образа жизни, широкий комплекс мер по продлению активной трудовой деятельности человека. Разработка проблемы укрепления здоровья учащейся молодежи имеет исключительное значение для образовательного процесса не только в теоретическом, но и в практическом плане и должна осуществляться через:

- систему высшего и средне-специального образования;
- систему семейного воспитания, через прививание семейных и национальных ценностей;
- целенаправленную деятельность государственных и негосударственных систем

Обучение и здоровье взаимосвязаны и взаимообусловлены. Чем крепче здоровье студента, тем продуктивнее обучение, иначе конечная цель обучения утрачивает подлинный смысл и ценность.

Для повышения роли физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни россиян важен весь комплекс организационных, структурных, правовых, финансовых и научно-методических мер. Как носитель общественных интересов, государство должно сформировать общенациональную модель физкультурно-спортивного движения и пробудить у молодежи и граждан России новую движущую силу - стремление к здоровому образу и высокому качеству жизни. Необходимо сохранить и восстановить лучшие традиции отечественного физкультурно-спортивного движения, продолжить поиск новых высокоэффективных физкультурно-оздоровительных и спортивных технологий, направленных на максимальное вовлечение всех слоев населения в активные занятия физической культурой и спортом. Наиболее

массовыми регулярными соревнованиями в России сейчас считаются «Лыжня России» и «Кросс нации». В 2014 году был возрожден комплекс ГТО, благодаря которому «выросло не одно поколение активных, здоровых людей». Комплекс ГТО направлен на физическое развитие и укрепление здоровья граждан, а также на развитие массового спорта, который должен стать более доступным для людей разного возраста и состояния здоровья. Но для того, чтобы любой желающий мог сдать нормы ГТО, необходимо создать условия, так как спортивных сооружений, которыми можно пользоваться бесплатно, крайне мало. Необходимо создавать физкультурно-спортивные клубы по месту жительства, в зимнее время заливать во дворах каток, создавать больше возможностей заниматься спортом. В высших учебных заведениях создавать студенческие спортивные клубы (оздоровительные, по видам спорта), возрождать массовый студенческий спорт. Активизировать практическую работу региональной молодежной политики в целях формирования у молодого поколения приоритетов здорового образа жизни, развитие молодежного спорта и туризма. Действенная пропаганда физической культуры и спорта, эффективная просветительно-образовательная деятельность, будут способствовать увеличению числа молодежи, занимающихся физической культурой и спортом, ведущих здоровый образ жизни. Так или иначе, но в наши дни здоровье становится социальным свойством личности, обеспечивающим человеку в условиях рыночной экономики конкурентоспособность, материальную обеспеченность, профессиональное долголетие и благополучную старость. Именно поэтому за последние годы место физической культуры и спорта в системе ценностей современной культуры резко возросло. Государство должно относиться к развитию физической культуры и спорта как к общегосударственной деятельности, обеспечивающей и безопасность страны, и жизнеспособность ее населения, оказывать действенную помощь в воспитании, самосовершенствовании и самообразовании человека, повышении его работоспособности и выполнении им долга по защите Родины.

### СОЦИАЛЬНО-ЗНАЧИМАЯ ЦЕЛЬ ПРОЦЕССА ФОРМИРОВАНИЯ ФИЗИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ ЧЕЛОВЕКА

Сорокин М.О., Егорычева Е.В.,  
Чернышова И.В., Шлемова М.В.

*Волжский политехнический институт (филиал)  
Волгоградского государственного технического  
университета, Волжский, Россия, www.volpi.ru,  
dropmi@mail.ru*

Физическая культура – сфера социальной деятельности, направленная на сохранение и укрепление здоровья, развитие психофизических способностей человека в процессе осознанной двигательной активности. Физическая культура – часть культуры, представляющая собой совокупность ценностей, норм и знаний, создаваемых и используемых обществом в целях физического и интеллектуального развития способностей человека, совершенствования его двигательной активности и формирования здорового образа жизни, социальной адаптации путем физического воспитания, физической подготовки и физического развития (в соответствии с Федеральным законом Российской Федерации от 4 декабря 2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»).

Значимость физической культуры в жизни человека значительно повысилась в последние десятилетия. Резко уменьшилась доля физического труда на