**ОГЛАВЛЕНИЕ**

Введение.

Глава I. Разновидности специализированного направления.

1.1 Профессионально-прикладная физическая культура.

1.2 Оздоровительно-реабилитационная физическая культура.

Глава II. Спорт как компонент специализированного направления физической культуры.

2.1 Спорт как собственно- соревновательная деятельность.

2.2 Социальные функции спорта и основные направления в развитии спортивного движения.

Заключение.

Список использованных источников.

**ВВЕДЕНИЕ**

Исторический спорт является, по всей вероятности, одним из древнейших компонентов общечеловеческой культуры[12].

Спорт как многогранное общественное явление является сферой подготовки человека к трудовой деятельности, удовлетворение духовных запросов общества, упрочения и расширения интернациональных связей, а также одним из важных средств этического и эстетического воспитания.[14]

По мере развития спорта, которое выразилась в его проникновении в различные сферы жизни общества, становилось очевидным, что его социальное значение весьма многогранно и что он может быть пригоден для удовлетворения разнообразных потребностей личности и общества. Не случайно он широко представлен в наше время в системе образования-воспитания подрастающих и взрослых поколений, в комплексе социально-здравоохранительных мер, в разнообразных сферах культурного общения и международных отношений, ряде других социальных сфер. Все это дает говорить о спорте как о многофункциональном явлении.[12].

Вместе с возрастанием популярности спорта, приобщение к нему массы людей, отличающихся друг от друга по интересам, уровню подготовленности, возрасту, состоянию здоровья и в иных отношениях, его функций в той или иной мере дифференцировались применительно к особенностям различных контингентов занимающихся, их потребностям и условиям их удовлетворения. В зависимости от этого в практике спорта возникли и такие модификации, при которых типичная для собственно спортивной деятельности направленность к возможно высоким достижениям как бы отходит на второй план, на первый же выдвигаются установки иного рода. Так, массовая практика использования спорта людьми зрелого возраста и некоторыми другими контингентами часто ориентирована преимущественно на достижения эффекта поддержания улучшенного ранее физического состояния организма, сохранения тренированности и здоровья, а также эффекта полноценного эмоционального насыщенного отдыха. Преимущественно тут используются поддерживающую индивидуальную «кондицию» и оздоровительно-рекреативные свойства спорта. Система занятий при этом строится в основном по типу физкультурно-кондиционной тренировки с ограничено по масштабу и достиженческим установкам состязаниями. [12].

Актуальность темы курсовой работ: Спорт охватывает собственно- соревновательную деятельность, специальную подготовку к ней, а также специфические межчеловеческие отношения и поведенческие нормы, складывающиеся, но основе этой деятельности. В таком понимании спорт предстает достаточно сложным многофункциональным и многообразным явлением социальной реальности, занимающим незаурядное место в физической и духовной культуре общества. Цель и задачи исследования: Изучить спорт как один из компонентов физической культуры и определить социальную функцию спорта и основные направления в развитии спортивного движения. Методы исследования: анализ научно-методической литературы и ее обобщение. Структура и объем курсовой работы: объем 36 страниц, сюда входит:

- титульный лист

- введение

- основная часть

-заключение

- список использованных источников

**ГЛАВА 1. РАЗНОВИДНОСТИ СПЕЦИАЛИЗИРОВАННОГО НАПРАВЛЕНИЯ**

**1.1 ПРОФЕСИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

**Специализированное направление физической культуры** используется в сфере трудовой, служебной, оздоровительно-реабилитационной и спортивной деятельности[3]. Структура физической культуры как многокомпонентного общественного явления социально обусловлена общей структурой образа жизни людей, аналитическое выделение самых крупных ее разделов логично вести применительно к особенностям тех социальных сфер жизнедеятельности, в которых закономерно представлены ее основные компоненты.[11]. Всестороннее развитие способностей человека по средствам приобщения его к занятиям той или иной деятельностью в сфере физической культуры, различными видами спорта являются необходимым условием как для совершенствования характера труда, так и для повышения общей культуры человека [10]. Соответственно в общей структуре физической культуры различается ряд крупных разделов. Каждый из них представлен ее своеобразными видами и разновидностями определенного типа, как сложившимися относительно давно, так и сравнительно новыми. Заведомо ясно, что границы между ними не абсолютны: ведь речь идет, по сути, о различных сторонах, частях и формах многокомпонентного целого, тесно связанных друг с другом, вплоть до частичного совпадения. Тем не менее, они имеют достаточно явные отличительные черты, выражающие закономерности дифференциации физической культуры в зависимости от условий ее формирования, функционирования и развития[11]. Физическая культура – продукт социального развития. Состояние и характер использование ее определяются, в конечном счете, уровнем развития производительных сил общества и характером коренных социальных отношений [2].

Используется такие разновидности как, профессионально-прикладная физическая культура, как собственно профессионально-прикладная физическая культура, производственная физическая культура, военно-прикладная физическая культура, а также спорт и оздоровительно-реабилитационная физическая культура.[3]. Опишем же несколько из видов разновидностей.

**Профессионально-прикладная физическая культура.** Она подразделяется на собственно профессионально-прикладную (в частности, производственную) и военно- прикладную. Особенности этих компонентов физической культуры определяются тем, что они включены в систему специальной подготовки человека к конкретной деятельности, являющейся основной или одной из основных на жизненном пути (хотя бы на относительно длительный период, как в случае сложной военной службы), а также непосредственно в сферу данной деятельности, где функционируют в прямой зависимости от ее специфических условий и требований. Профессионально-прикладная физическая культура направлена, таким образом, на создание предпосылок для успешного освоения той или иной профессии, на оптимизацию профессиональной деятельности и ее воздействия на человека.

Планомерно организованный процесс специально направленного использования физической культуры для формирования двигательных умений и навыков, способствующих освоению профессии, и для развития профессионально важных способностей составляет профессионально-прикладную физическую подготовку[11].

Профессионально-прикладная физическая подготовка представляет собой специализированный вид физического воспитания, осуществляемый в соответствии с требованиями и особенностями данной профессии.

Основное назначение профессионально-прикладной физической подготовки - направленное развитие и поддержание на оптимальном уровне тех психических и физических качеств человека, к которым предъявляют повышенные требования конкретная профессиональная деятельность, а также выработка функциональной устойчивости организма к условиям этой деятельности и формирование прикладных двигательных умений и навыков, преимущественно необходимых в связи с особыми внешними условиями труда. Вместе с тем необходимо подчеркнуть, что в процессе профессионально-прикладной физической подготовки обеспечивается наряду со специфическим тренировочным эффектом в известной степени и генерализованный эффект. Параллельно происходит общее укрепление организма и здоровье человека, повышается уровень его всестороннего физического развития[14].

По существу, это есть прикладно-профилированый процесс физического воспитания, который организуется в специальных учебных заведениях (профессиональных училищах, техникумах, вузах) и в ряде других учреждений и организаций. Имеется немало профессий, требующих, чтобы профессионально-прикладная подготовка не только предшествовала профессиональной деятельности, но и постоянно сопутствовало бы ей (особенно в военных и в других профессиях, предъявляющих высокие требования к физическим качествам человека).

Непосредственно в сфере труда применение факторов физической культуры осуществляется на основе оптимальной организации трудовых процессов, в зависимости от характера труда, условий его производительности и особенностей его воздействия на человека. В силу этого физическая культура на производстве приобретает специфические черты производственной физической культуры (вводная гимнастика, «физкультпаузы», «физкультминутки», послерабочие реабилитационные упражнение и т.д.) Иначе говоря, содержание производственной физической культуры, состав включаемых в нее средств воздействия, методы и весь порядок их применения в решающей мере зависят от закономерностей оптимизации трудового процесса. Вместе с тем система научной организации труда на социалистическом производстве предусматривает не только повышение производительности труда, но и оптимизацию его воздействия на человека.

Профессионально-прикладая физическая культура тесно связана с базовой физической культурой. Их органическая связь заключается в первую очередь в том, что профессионально-прикладная физическая подготовка строится на базе предпосылок, создаваемых общей физической подготовке. Кроме того, в состав элементов производственной и военно-прикладной физической культуры входят соответственно преобразованные элементы базовой физической культуры и спорта. В состав базовой физической культуры входит частично и спорт, если спортивные занятия ориентированы преимущественно на достижение базовой физической подготовленности и оптимизирует общую физическую дееспособность что характерно для массовой практики базового спорта.

Физическая культура направлена на формирование, развитие и практическое использование сил и способностей человека как главного субъекта исторического действия. Она имеет весьма сложную структуру и многочисленные функции, отвечающие потребностям индивидуального и общественного развития личности. Отсюда становится понятным, что развитие способностей человека происходит только в процессе деятельности, побудительной причиной которой являются потребности общества и личности.

**1.2 Оздоровительно-реабилитационая физическая культура**

**Оздоровительно-реабилитационная физическая культура** – это специально направленное использование физических упражнений в качестве средств лечения заболеваний и восстановлений функций организма, нарушенных или утраченных вследствие заболеваний, травм, переутомлений и других причин. Применение отдельных форм движений и двигательных режимов с этой целью началось, судя по историческим сведениям, еще в древней медицине и к настоящему времени прочно вошло в систему здравоохранения преимущественно в виде лечебной физической культуры [14]. Физическая культура является неотъемлемой частью социальной жизни[6].

Общее представление о лечении с помощью физических упражнений основывается на факте оздоровления организма, обусловлено улучшением циркуляции крови и снабжением кислородом, как больных, так и здоровых тканей, повышением мышечного тонуса, сокращением жировых запасов и т.д. В зависимости от возрастной градации людей восстановление происходит в одних случаях за счет нормализации функций и систем организма, в других - за счет преимущественного развития компенсаторных реакций.

В оздоровительно – реабилитационной физической культуре значительно возрастает роль таких методических принципов, как принцип индивидуализации и постепенного повышения нагрузок.

Оздоровительно – реабилитационное направление представлено в основном тремя формами:

1 группы ЛФК при диспансерах, больницах;

2 группы здоровья в коллективах физической культуры, на физкультурных спортивных базах и т.д.

3 самостоятельные занятии[14].

Современная ЛФК включает довольно обширный комплекс средств и методов (лечебная гимнастика, дозированные ходьба, бег и другие упражнения с лечебно восстановительной направленностью.), специализированных в зависимости от характера заболеваний, травм или других нарушений функций и форм организма (перенапряжение, хроническое утомление, возрастные изменения и др.)[9]. Определились также режимы нагрузок - так называемые « двигательные режимы», характерные для ЛФК (в частности, « щадящий» «тонизирующий» и «тренирующий») и типичные организационно-методические формы ее применения (индивидуальные сеансы- процедуры, занятия индивидуальные и групповые)[11].

Занятия в группах здоровья носят как общеоздоровительный характер для лиц, не имеющих серьезных отклонений в состоянии здоровья, а также специально направленный характер с учетом специфики заболевания.

Основными средствами занятий являются легкодозируемые по нагрузке упражнения основной гимнастики, плавание легкой атлетики. Лучший оздоровительный и тонизирующий эффект достигается при комплексном использований упражнений, желательно разнообразных.

Занятия проводятся по специально разработанным программам под руководством методиста и наблюдением врача.

Индивидуальные занятия реабилитационного типа могут также носить как общеоздоровительный, так и специально направленный характер, укрепляющие наиболее слабые функции и системы организма. Например, при функциональных нарушениях сердечно – сосудистой и дыхательной систем целесообразно широко использовать физические упражнения аэробного характера.

Оздоровительная - реабилитационная культура играет существенную роль и в системе научной организации труда. Проведение профилактических мероприятий в физкультурно-оздоровительных центрах позволяет устранять стрессовые явления и негативные последствия, возникающие вследствие физического и психического перенапряжения на производстве и современных условий жизни. В комплекс профилактических мероприятий входят различные восстановительные упражнения, применяемые в режиме и после рабочего дня, массаж, баня, психорегулирующие и другие средства[14].

В последние десятилетие форсировано разрабатываются и другие компоненты оздоровительно-реабилитационной физической культуры. К ней может быть отнесен, в частности ряд факторов спортивно-реабилитационного характера - факторы восстановительной двигательной активности в системе мер « спортивной реабилитации». Они органически входят в общую систему факторов подготовки спортсмена, где играют существенную роль в восстановление функциональных и адаптационных возможностей организма после длительных периодов напряженных тренировочных и соревновательных нагрузок, особенно при перетренировке и ликвидации последствий спортивных травм.

В целом значимость оздоровительно - реабилитационной физической культуры в вязи с обостряющимися последствиями гиподинамии и стрессовыми факторами современных условиях жизни, несомненно, возрастает. Вместе с тем физическая культура находит все более широкое и глубокое отражение в специализированных отраслях науки, а наука все органичнее внедряется в физкультурную практику.

**ГЛАВА 2. СПОРТ КАК КОМПОНЕНТ СПЕЦИАЛИЗИРОВАННОГО НАПРАВЛЕНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ**

**2.1 Спорт как собственно – соревновательная деятельность**

Спорт является неотъемлемой частью, крупным компонентом физической культуры[14]. Большинство современных видов спорта сформировалось в качестве специфических элементов физической культуры, составив в совокупности крупную ее часть. По сравнению с другими ее компонентами спорт предоставляет наибольшие возможности для поступательного развития физических качеств и непосредственно связанных с ними способностей человека, требующих в той или иной деятельности, избранной в качестве предмета спортивной специализации [11].

Спорт в узком смысле правомерно называть лишь ту деятельность, которая исторически выделилась и оформилась (преимущественно в сфере физической культуры) в виде состязаний, непосредственно направленных на демонстрацию достижений в ней, став унифицированным способом выявления, сравнение и объективизированной оценки определенных человеческих возможностей: сил, способностей, умения искусно использовать их для достижения соревновательной цели. В своем современном виде такая деятельность характеризуется четко выраженными признаками, в том числе:

- унификацией состава действий, условий их выполнения и способов оценки достижений, что закрепляется официальными правилами, которые во многих случаях приобрели международный характер;

- регламентацией поведения соревнующихся по принципам неантагонистической конкуренции, имеющим гуманную основу, (что закрепляется официальными и не официальными нормами спортивной этики, ряд из которых тоже приобрел международный характер, например в виде соответствующих положении Олимпийской хартии);

- организацией деятельности на основе системы соревнований с последовательным возрастанием уровня конкуренции и требованием к достижениям[7].

Совокупность перечисленных признаков в их органическом единстве свойственно только спорту, что и дает основания только его называть собственно соревновательной деятельностью, хотя те или иные черты соревновательных отношений бывают, выражены в какой-то мере и во многих других типах и сферах деятельности (конкурсы в искусстве, конкуренция в производстве и сбыте товаров и т.д.)

В широком смысле понятие «спорт» охватывает собственно соревновательную деятельность, процесс подготовки к достижением в ней, а также специфические межчеловеческие отношения и поведенческие нормы, возникающие на основе этой деятельности.

В таком широком понимании спорт предстает весьма непростым многофункциональным и многообразным явлением социальной реальности, занимающим незаурядное место в физической и духовной культуре общества. Он - и неординарное, по – особому действенное средство воспитания, позволяющее в максимальной степени выявить функциональные возможности организма и необыкновенно увеличить их, перешагнув за кажущиеся «пределы», и остро действенный фактор формирования личности, постоянно стимулирующий стремление к самоопределению и самоутверждению индивида; вместе с тем он – и популярнейшее средство удовлетворения потребностей в эмоционально насыщенном общении (включая и зрелищные интересы широчайших народных масс), и поразительно доходчивый, преодолевающий любые национальные границы (в этом отношение универсальный) «язык» межчеловеческого взаимопонимания, который как никакой другой позволяет установить, расширить и упрочить международные контакты; имеет и многие иные свойства и отношения. По мере развития спортивной практики и отображающей ее теорию возник обширный комплекс понятий. Получая более или менее строгое определение, они входят в понятийный аппарат теории спорта[12].

Теория спорта представляет собой систему достоверных научных знаний об основных закономерностях спортивной деятельности. Существует множество разновидностей спортивной деятельности: соревновательная деятельность, спортивная подготовка, спортивный отбор, процессы материального и информационного обеспечение, судейство соревнований, деятельность спортивного болельщика и т.д. В соответствии с этим в теории спорта выделяются разделы, среди которых наиболее разработаны теория соревновательной деятельности, теория спортивного отбора.

Поскольку состязания – необходимый элемент спорта, а их требования с учетом ряда объективных закономерностей определяют критерии отбора, содержание и организацию подготовки, особенности материального и информационного обеспечение всех участников спортивной деятельности, то очевидно, что ведущим разделом теории спорта является теория соревновательной деятельности.

Центральная проблема теории соревновательной деятельности – изучения закономерностей и условий достижения спортивных результатов в процессе состязаний.

Спортивные соревнования и спортивные результаты образуют многоуровневую систему. Существуют состязание различного ранга – от соревнований в рамках коллектива физической культуры до чемпионатов мира и олимпийских игр. Даже в соревнованиях одного ранга обычно четко выделяют промежуточные результаты (итоги предварительных и финальных забегов, отдельных матчей в чемпионате, а матчах – забитые пропущенные мячи и т. д.)[3].

Система спортивных соревнований включает последовательно развернутой ряд соревнований различных рангов и конкретных назначений, организуемых в соответствии с закономерностями функционирования спорта. Ее общие контуры официально намечаются спортивными организациями ( федерациями, комитетами, клубами и т.п.) в виде календарного плана спортивных соревнований (спортивного календаря) в расчете на определенный контингент спортсменов с регулярным воспроизведением соревнований высшего ранга ( территориальных чемпионатов, первенств спортивных федераций и т. д.) , предшествующее им иных[12].

Непосредственно специфической целью участия в соревнованиях является достижения запланированного спортивного результата[3].

Спортивный результат представляет собой показатель реализации спортивнодостиженческих возможностей спортсмена или спортивной команды, оцениваемый по установленным в спорте критериям.

Принятые в различных видах спорта критерии оценки результатов имеют, свои отличия. И можно подразделить на объективные субъективные и смешанные.

Объективные критерии оценки – сопряжены с наиболее независимым от оценивающих результат замером некоторых его физических параметров. В частности результат измеряют в мерах пространства (длины преодолеваемых спортсменами дистанций, высоты совершаемых прыжков и т. д.) времени затраченного на выполнение соревновательного упражнения и веса перемещаемого предмета (например, тяжелоатлетической штанги).

Субъективными критериями оценки спортивного результата называются такие способы оценивания, которые отличаются особенно значительной зависимостью оценочных процедур от впечатлений, складывающихся у спортивных арбитров при судействе соревнований.

В смешанных критериях оценки спортивного результата приблизительно в одинаковой мере сочетаются объективные и субъективные слагаемые его оценивание[12].

Процесс состязания представляет собой последовательную смену соревновательных ситуаций. Соревновательные ситуации могут выделяться на разных уровнях состязания и иметь разный временной масштаб. В каждой соревновательной ситуации участник состязания обладает определенным соревновательным потенциалом. Соревновательный потенциал – это способность участника изменять ход состязаний так, как это необходимо для достижения успеха. Реализация соревновательного потенциала заключается, что участник, преодолевая внешние и внутренние препятствия, целенаправленно переходит к благоприятным для себя ситуациям, благодаря чему увеличивается вероятность достижения запланированного спортивного результата.

Таким образом, соревновательная деятельность в спорте представляет собой регламентированными правилами процесс реализации соревновательных потенциалов участников, каждый из которых стремится к достижению запланированного результата[3].

Достижение высоких спортивных результатов невозможно без достаточно хорошо отлаженной системы подготовки спортсмена, осуществляемой в сфере многообразных межчеловеческих контактов, которые складываются между тренерами, спортсменами и судьями, организаторами, зрителями и т. п. Они осуществляются на разных уровнях, начиная от спортивного коллектива и кончая соревнования различного международного уровня[14].

Стремление к высоким результатом часто требуют от участвующих в состязаниях спортсменов предельного проявления физических и психических способностей. Именно это обстоятельство является одной из причин зрелищности спортивных состязаний, высокой эффективности соревновательной деятельности как средство спортивной подготовки. Независимо от спортивной специализации общая цель подготовки спортсмена заключается в том, чтобы развить ее духовные и физические способности. В свою очередь, специфическая цель – достижение высоких спортивных результатов – требует создания соответствующего соревновательного потенциала[3].

Достижение высоких спортивных результатов возможно только в том случае, если есть хорошо отлаженная система подготовки спортсмена. Она представляет собой совокупность методических основ, организационных форм и условий тренировочно – соревновательного процесса, оптимально взаимодействующих между собой на основе определенных принципов и обеспечивающих наилучшую ступень готовности спортсмена к высоким спортивным достижениям. Система подготовки спортсмена включает в себя четыре крупных блока:

- систему отбора и спортивной ориентации;

- спортивную тренировку;

- систему соревнований;

- внетренировочные и внесоревновательные факторы оптимизации тренировочно-соревновательного процесса.

Основная подготовительно-тренировочная деятельность спортсмена осуществляется в условиях спортивной тренировки[14].Физическая деятельность человека, в конечном счете, направляется на изменение состояние организма, на приобретение нового уровня физических качеств и способностей. Последнее не может быть достигнуто никаким другим путем, кроме тренировки. Основу тренировочного эффекта, его механизм определяет фундаментальное свойство всего живого, - способность к адаптации, к развитию на основе приспособления к внешним воздействиям[13].

Спортивная тренировка – это та часть подготовки спортсмена, которая построена, но основе метода упражнений. Основным специфическим средством спортивной тренировки являются тренировочные упражнения. По степени их соответствия соревновательным действиям выделяют общеподготовительные, специально – подготовительные и соревновательные упражнения.

К соревновательным упражнениям относятся собственно соревновательные упражнения (т.е. такие, по выполнению которых в ходе состязаний определяется спортивный результат) и их тренировочные формы. Очевидно, что в одних видах спорта возможный набор соревновательных упражнений ограничен (бег, прыжки, плавание), а в других – значительно шире (спортивные игры).

Специально – подготовительные упражнения обязательно имеют сходство с соревновательными по структуре движения или его отдельных фаз, по зоне мощности и т. д. В связи с этим выделяются подводящие упражнения (с помощью которых осваивается одна или несколько фаз соревновательного упражнения) и развивающие (служащие преимущественно целям такого воспитание физических способностей, которое требуется для формирования соревновательного потенциала в избранном виде спорта).

Наиболее широким является набор общеподготовительные упражнений. По своему двигательному составу они могут быть неспецифичными, т. е. мало связанным со специально – подготовительными и соревновательными. Благодаря этой особенности общеподготовительные упражнения применяются для разносторонней подготовки, заключающейся в повышении общего уровня работоспособности и приобретение разнообразных двигательных умений и навыков. Кроме того использование таких упражнений способствуют уменьшению монотонности тренировки и может служить целям активного отдыха. Результаты включения в тренировку общеподготовительных упражнений связаны, прежде всего, не с непосредственным повышением соревновательного потенциала, а созданием предпосылок для его успешного формирования в ходе тренировки.

Таким образом, если спортсмен выполняет какие-либо упражнения, то это значит, что в ходе подготовки осуществляется спортивная тренировка. Если же он, например, изучает особенности соревновательной деятельности соперников путем просмотра видеозаписей, то в этот момент подготовка проводится, а тренировка - нет. Положительный эффект тренировки должен выражаться в повышенном уровне функциональных возможностей организма спортсмена, общей и специфической работоспособности, в большей степени совершенства двигательных умений и навыков. Эти характеристики состояние спортсмена определяют его тренированность.

Таким образом, состояние спортсмена – главный объект управления в ходе тренировки[3].

О состоянии и динамике подготовленности спортсмена судят по ряду показателей: интегративно – по уровню и динамике демонстрируемых спортсменов спортивно – технических результатов и по результатам его тестирования в целостных контрольных упражнениях; дифференцировано – по отдельным показателям тренированности, приобретенной спортсменом в результате тренировки. По состоянию сформированных и отлаженных благодаря подготовке умений, навыком, знаний, по сдвигам в уровне развития тех или иных физических и сопряженных с ними психических способностей спортсмена, а на биологическом уровне – и по вызванным спортивной подготовкой преобразованием и усовершенствованиям функциональных и морфофункциональных свойств различных систем организма спортсмена. Разносторонность подготовки спортсмена находит свое отражение в различных сторонах его подготовленности – в физической, психической, технической, и тактической[12].

В практике спорта широко распространено понятия «спортивная деятельность» и «соревновательная деятельность».

Спортивная деятельность характерна для спорта как многогранное общественное явление, так как она затрагивает различные сферы деятельности человека. Достижение максимального результата невозможно без включения в сферу спорта большого количество людей различных профессий. Социологи, врачи, педагоги, физиологи, материально – технического обеспечение и многие другие обеспечивают функционирование спорта в стране. И деятельность этих людей определяется социальными и экономическими условиями жизни общества.

Спортивная деятельность есть упорядоченная организация деятельности по обеспечению максимального оздоровления и совершенствование человека в сфере спорта. Ее основные принципы и формы определяются социальными условиями функционирования спорта в обществе.

Соревновательная деятельность по отношению к официальным соревнованием выступает в своем абсолютном значении как собственно соревновательная деятельность. И в этом плане это есть специфическая двигательная активность человека, осуществляемая, как правило, в условиях официальных соревнований на пределе психических и физических сил человека, конечной целью, которой является установление общественно значимых и личных результатов.

Собственно соревновательная деятельность спортсменов осуществляется в соревнованиях. Соревнования – важный фактор познания человеческих возможностей и формирование этических взаимоотношений, а также форма общения между людьми и группами людей.

Конечным результатом соревновательной деятельности является спортивное достижение, которое характеризует количественным и качественным уровнем показателей спорта[14].

Спортивное достижение – всегда многофакторное явление, оно обусловлено комплексом факторов. В числе основных факторов и условий, прямо или косвенно влияющих на динамику спортивных достижений в обществе, следует отметить такие как:

- индивидуальная спортивная одаренность и степень подготовленности к достижению;

- конкретное состояние к системе подготовки спортсменов, ее качество, степень отлаженности и обеспечения;

- размах спортивного движения и коренные социальные условия его развития в обществе[7].

Спортивное достижение – это показатель спортивного мастерства и способностей спортсмена, выраженный в конкретных результатах[14]

На пути к очередным достижениям в спорте создаются, рационализируются и проверяются все более действенные средства и методы спортивной тренировки, качественно улучшаются другие компоненты и условия функционирование системы подготовки спортсменов, в том числе ее научно – методические основы, формы организации, материально – техническое и другое обеспечение.

Ясно, что спорт как общественное явление, так или иначе, включен в разветвленную систему социальных отношений и обусловлен в своем развитии социально – экономическими и связанными с ними факторами. Поэтому уровень спортивных достижений той или иной страны, особенно общие тенденции его измерения, не может не зависеть и от коренных условий материальной жизни общества, от его благосостояние, а также социальных институтов, опосредовано влияющих через ряд звеньев на развитие спортивного движения (общественные и государственные органы управления, подготовка профессиональных кадров и т. д.). Действие этих факторов на рост спортивных результатов зачастую проявляется не прямо, а опосредовано. Так, высокий уровень экономического благосостояние страны не гарантирует автоматически ее превосходство в спорте: влияние первого от второго зависит от того, как будут на деле использованы имеющиеся социально – экономические возможности для развития спорта, особенно через отлаживание системы подготовки спортсменов высокого класса[12].

Спортивная и соревновательная деятельность, организация и провидения различного рода соревнований органически вливаются в спортивное движение, так как во всех направлениях последнего (массовый общедоступный спорт и спорт высших достижений) они играют существенную роль. Отсюда спортивное движение – это социальное течение, спортивная практика в сфере массового спорта и спорта высших достижений.

Спортивное движение в нашей стране и во всем мире охватывает практику массового спорта. Многомиллионная армия детей, и взрослых людей занимаются спортом, укрепляют свое здоровье, получают радость от общения с людьми, совершенствуются в избранной спортивной специализации, повышают свои физические кондиции, общую работоспособность и достигают спортивных результатов в соответствии со своими возможностями[14].

**2.2 Социальные функции спорта и основные направления в развитии спортивного движения**

**Социальные функции спорта.** Под функциями спорта понимают объективно присущие ему свойства воздействовать на человека и человеческие отношения, удовлетворять и развивать определенные потребности личности и общества.

Функции спорта можно условно подразделить на специфические (свойственные только ему как особому явлению действительности) и общие.

К первым относят соревновательно – эталонную и эвристически – достиженческую функцию.

Ко вторым причисляют функции, имеющие социально-общественное значение, такие, как функция личностно-направленного воспитания, обучения и развития; оздоровительно-рекреативная функция; эмоционально-зрелищная функция; функция социальной интеграции и социализации личности; коммуникативная функция и экономическая функция[14].

Основу специфики спорта и его функции составляет то, что он возник, развивался в качестве собственно-соревновательной деятельности, которая специально приспособлена для максимального выявления, унифицированного сравнения и объективной оценки определенных человеческих возможностей в форме состязания, ориентированного на победу или возможно высокое достижение в самой этой соревновательной деятельности. Отсюда вытекает, прежде всего, значение спорта как своего рода эталона оценки человеческих возможностей, т.е. специфическая соревновательно-эталонная функция спорта.

Выявляемые и фиксируемые в спорте достижения (в виде количественно оцениваемых рекордов, выполняемых классификационных нормативов и т.д.), приобретая широкое признание, служат своеобразными измерителями индивидуальных и общечеловеческих возможностей, реализуемых в спорте, а вместе с тем и наглядными, четкими ориентирами на пути реализации этих возможностей. В отличие от иных эталонов, «спортивный эталон» человеческих возможностей исторически не остается неизменным, а прогрессирует, стимулируя тем самым мобилизацию усилий спортсмена по самосовершенствованию, направленному воздействию на развитие свой способностей. Такая эталонная функция наиболее ярко выражена, естественно, в спорте высших достижений, где устанавливаются и повышаются спортивные достижения общечеловеческого масштаба. Но в той или иной мере она свойственна и спорту в целом. Она неотделима от самой сути его как деятельности, направленной на самоопределение и самоутверждение индивида через гуманно отлаженные формы честного соперничество[7].

Эталонная функция спорта теснейшим образом сопряжена с его эвристическо-достиженческой функцией, существенной как для индивида, так и для общества. Социальная ценность спорта заключается в том, что он представляет собой особый тип эвристической деятельности, то есть деятельности творчески-поисковой, включающей моменты открытия, обнаружение нового. В отличие от иных типов эвристической деятельности, спортивная ориентирована не на открытие чего-то, находящегося вне человека, а на практическое выявление наших собственных достиженческих возможностей, а также эффективных средств и методов реализации их на все более высоком уровне, причем таких в основе которых лежат деятельностные способности самого спортсмена. Соответственно в процессе развертывание спортивной деятельности не просто воспроизводится ранее достигнутые результаты, но и реализуются возможности новых достижений, изыскиваются и воплощаются в незаурядных результатах все более действенные факторы спортивного совершенствования. Эта эвристически-достиженческая функция свойственна в той или иной мере спорту в целом, наиболее же полно она выражена, в сфере спорта высших достижений[12].Ведь на пути к ним тот, кто претендует на действительно выдающийся результат, должен найти новые средства, методы и условия полной мобилизации и увеличения функциональных возможностей организма, полученных от природы, научится наиболее эффективно использовать их, с тем, чтобы подняться на уровень спортивной работоспособности, никем ранее не достигнутый. Средства и методы преобразование человеком своих природных качеств становятся общекультурным достоянием по мере проникновения в массовую практику. Существенно и то, что добываемые на пути к спортивным достижениям познавательные данные приобретают вполне серьезное научное значение.

Сказанное о сути специфических функций спорта характеризуют его, прежде всего как особый тип деятельности, выявляющей в специально создаваемых условиях человеческие возможности и неуклонно раздвигающей рубежи кажущихся их границ. Этим во многом определяется как личностная, так и обще социальная ценность спорта, его вклад в культуру общества, все более широкое использование в общественно значимых целях[7].

К социально-общественным, прежде всего, относят функции личностно-направленного воспитания, обучения и развития. Спорт представляет большие возможности не только для физического и спортивного совершенствования, но и для нравственного, эстетического, интеллектуального и трудового воспитания. Притягательная сила спорта, высокие требования к проявлению физических психических сил представляют широкие возможности для личностно-направленного воспитания духовных черт и качеств человека. Существенно, однако, что конечный результат в достижение воспитательных целей зависит не только и не столько от самого спорта, сколько от социальной направленности всей системы воспитания и развития. Таким образом, воспитательные возможности спорта реализуются не сами по себе, а посредством системы воспитательно-направленных отношений, складывающихся в сфере спорта[14].

В системе воспитания, в том числе самовоспитания, спорт имеет немаловажное значение и в качестве одного из средств непосредственно прикладной подготовки к трудовой и боевой деятельности. Достигаемый в процессе и в результате занятий спортом повышенный уровень функциональных возможностей организма и создаваемый одновременно фонд полезных навыков и умений могут в значительной мере предопределять ускоренное освоение спортсменом профессионально-трудовой, военной и иной социально нужной деятельности, способствовать совершенствованию в ней. Особенно цены в этом отношении виды спорта, как бы моделирующие существенные черты избранной профессиональной деятельности,- так называемые профессионально-прикладные виды спорта[7].

Оздоровительно-рекреативная функция проявляется в положительном влияние спорта на состояние и функциональных возможностей организма человека. Особенно это ярко выражено в детском и юношеском спорте, где благотворное влияние занятий спортом на развивающийся и формирующийся организм неоценимо. Именно в этом возрасте закладываются основы здоровья, прививаются навыки систематических занятий физическими упражнениями, формируются привычки личной и общественной гигиены. Спорт одновременно является и источником положительных эмоций, он нивелирует психическое состояние детей, позволяет снимать умственную усталость, дает познать «мышечную радость». Особенно велика его роль в деле ликвидации отрицательных явлений гиподинамии у детей.

Большая роль отводится спорту и в работе с взрослым населением. Он является средством оздоровления, защиты от неблагоприятных последствий научно-технического прогресса с характерным для него резким уменьшением двигательной активности в трудовой деятельности и в быту. Спорт является одной из популярнейших форм организации здорового досуга, отдыха и развлечений. Особенно это ярко проявляется в массовом спорте, где не ставятся цели достижения высоких спортивных результатов[14].

Для многих спорт интересен как волнующее зрелище. Эмоционально-зрелищная функция спорта связана с его основными специфическими свойствами как соревновательной деятельности, обусловлено его эстетической привлекательностью и усиливается по мере расширение аудитории его болельщиков. Без болельщиков спорт не стал бы общезначимым социальным явлением. Аудитория спортивных зрелищ в наше время необычно расширилась, чему способствовал прогресс технических средств массовой информации, особенно телевидения. Одновременно увеличилась влияние спорта на эмоциональный мир людей.

В основе такого рода интереса к спорту лежит не только его внешняя привлекательность. Сопереживая тем, кто действует на спортивной арене, болельщики как бы отождествляют себя со спортсмена, будто бы сами участвуют в спортивных свершениях, борьбе характеров и разрешении спортивных конфликтов на эмоционально-образном уровне в атмосфере живого общения, как со своими сторонниками, так и с противоположно настроенными. При этом нередко находятся яркие примеры для подражания и поводы утвердиться в своих жизненных представлениях[12].

В основе привлекательности и действенности спорта в этом отношение лежат объективно присущие ему эстетические свойства. Жизнеутверждающие начало спортивной деятельности, отраженные в ее основных чертах, демонстрация в состязаниях высших и гармоничных проявлений физических и духовных качеств человека, подлинная красота честной, мужественной и бескомпромиссной борьбы за победу, совершенство форм движений и многое другое в спорте отвечают в принципе самым строгим эстетическим критериям[7].

Воздействие спортивных зрелищ на зрителей не однозначно, не всегда возвышающим образом. Характер такого воздействия зависит как от чистоты самого спортивного состязания, особенно от того, несколько твердо соблюдаются спортивноэтические нормы и правила, так и от культуры, воспитанности болельщиков. При определенных обстоятельствах возможны не только позитивные, но и негативные эффекты, которые могут выражаться в опасном развязывании примитивных эмоций. Таким образом, влияние спорта на сознание его любителей может быть противоречиво. Зрелищная заинтересованность спортом не должна быть единственной[12].

В русле широкого спортивного движения возрастает ценность спорта как фактора социализации личности, социальной интеграции и международных связей. В процессе спортивной деятельности и в связи с ней возникают и проявляются в действии разнообразные межчеловеческие отношения: межличностные, межгрупповые, межколлективные и более широкие которые могут иметь черты, как солидарности, содружества, так и соперничества, конкуренции. Специфически спортивные отношения (межличностные отношения соперничества и содружество отдельных спортсменов, между спортсменами и тренерами и т. д.) так или иначе, включены в систему социальных отношений, выходящих за рамки спорт. Совокупность всех этих отношений составляет основу формирующего влияния спорта на личность, усвоения ею социального опыта в сфере спорта, а через него и более общего социального опыта. Спорт поэтому считают одним из серьезных средств социализации личности[7].то есть освоение индивидом социального опыта- опыта межчеловеческого общения и социально оправданного поведения.

По мере развертывания спортивного движения как массового общественного течения возрастает и его роль в социальной интеграции- объединение людей в сплоченные организации неформального и официального характера на основе общности интересов и совместной деятельности по их удовлетворению. Популярность спорта, его эмоциональная доходчивость и подразумевающиеся связь спортивных успехов с престижными интересами масс, наций, государств делают его удобным каналом для воздействия на массовое сознание, который нередко активно используется политическими силами различного рода в своих целях. Политическое манипулирование спортом в корне противоречит общечеловеческой сущности спорта и его общепризнанной роли в становлении и развитии межнациональных и международных связей, взаимопонимании и культурном сотрудничестве субъектов человеческого сообщества, упрочение мира на земле[12]. Спорт давно уже, занял одно из самых видных мест в международном общении, обусловлен особыми коммуникативными свойствами, выражающимися в интернациональном характере «спортивного языка». «Язык» этот - общечеловеческая логика честного, объективизированного состязания во имя гуманистических ценностей, которое в принципе не умаляет достоинств условных соперников и не разъединяет их, а способствует выявлению лучших качеств каждого, взаимопознанию и взаимопониманию, совместному движению к высотам человеческих свершений[7].Без этого международные спортивные связи не выросли бы в нашу эпоху до глобальных масштабов, а спортивное движение не стало бы широчайшим интернациональным течением современности[12].

При характеристики социальной роли спорта важно иметь в виду его немалое экономическое значение. Материальные вложения общества в развитие спорта многократно окупаются, прежде всего, повышением общего уровня работоспособности, упрочением здоровья, увеличением продолжительности высокоактивной жизни трудящегося человека – самого ценного «капитала» общества[7].Экономические отношения могут становиться доминирующими в некоторой части спорта, когда он профессионализируется и становится, по сути, отраслью бизнеса, подчиненный коммерческим интересам. Это профессионально-коммерческий спорт, давно культивируемый в западных странах. Развиваясь по законом бизнеса, он приобрел черты, не вытекающие из сути чисто спортивных отношений, в том числе и такие, которые справедливо вызывают негативные оценки (когда спортивно-соревновательные начала и нормы спортивной этики приносятся в жертву меркантильным интересам или, тем более, когда последние приводят к финансовым и прочим махинациям и т. п.) Однако коммерциализация не является неизбежным свойством профессионального спорта в целом[12].

Экономические значение имеют также финансовые средства, получаемые от спортивных зрелищ, эксплуатации спортивных сооружений. Однако это малая доля того, что вкладывают государство и общественные организации в развитие спорта. Основная ценность нашего общества - это здоровье. И в этом аспекте роль спорта неоценима[14].Классовая ограниченность функционирование и развитие физической культуры в любом эксплуататором обществе обусловлено не просто субъективными интересами господствующих классов, но и объективные экономические отношения [4].

Рассмотренные возможности использовать спорт в различных целях явились предпосылкой дифференциации спортивного движения по неоднотипным направлениям. В свою очередь, это способствовало более полному функционированию спорта в обществе, увеличилось его значение в целом как средства удовлетворения различных социальных потребностей[7].

В современном мировом спортивном движении достаточно явно выделились два типовых направления и соответствующие им разделы спортивной практики, которые часто условно называют «массовый спорт» и «большой спорт», точнее их можно назвать **общедоступным спортом и спортом высших достижений.**

**Общедоступный, ординарный спорт (массовый)-** называется массовым, поскольку к нему причастно большое количество людей, практически включенных в собственно спортивную деятельность. В другом случае спорт можно охарактеризовать как ординарный, отнюдь не массовый. В рамках этого вида спортивного движения фактически достигается обыденный (ординарный) уровень спортивных результатов, являющийся, в принципе, общедоступным и

менее высоким, чем уровень абсолютных спортивных достижений[12].Соответствующий раздел спортивного движения является базовым по отношению к спорту высших достижений, так как последний развивается на основе развития первого, хотя зависимость между ними не прямая, а опосредствованная рядом условий и потому проявляется главным образом в общей тенденции.

Основные отличия массового, или ординарного, спорта определяется тем, что обычная спортивная деятельность строится в зависимости от иной деятельности, доминирующей в жизни (учебной, трудовой), и поэтому занимает подчиненное место в индивидуальном образе жизни; затраты времени и сил на спортивные занятия здесь довольно жестко ограничены, что объективно лимитирует и уровень достижений[7]. Это не значит, что в личностные установки спортсмена в такой ситуации не входят стремление достичь высоких результатов. Такое стремление, стимулируется самой суть и внутренней организацией спорта в целом, но объективные условия реализации спортивных притязаний в рамках ординарного спорта вносят свои ограничения[12].Выдающиеся достижения в современном спорте становятся реальными при повседневных больших затратах времени и сил на спортивную деятельность на протяжении ряда лет[7].

В зависимости от того, в какой из социальных сфер культивируется массовый спорт, система спортивных занятий, так или иначе, модифицируется. В ряду таких модификаций наиболее распространены следующие:

- «школьный спорт»- практика использование спорта в школьной системе общего образование воспитание подрастающего поколения, где спортивные занятия подчинены, прежде всего, общепедагогическим принципам и строятся в соответствии с единой логикой и условиями организации многосоставного учебно-восптитательного процесса.

-«профессионально-прикладной спорт»- практика использования спорта в прикладной подготовке к избранной профессиональной деятельности (производственной, военнослужебной и т. д.);

-«физкультурно-кондиционный спорт» зрелых контингентов населения, у которых не доминируют чисто спортивные установки и занятия спортом строятся, главным образом, по типу физкультурно-спортивной тренировки, способствующей сохранению приобретенной ранее «кондиции», со строго регламентированным участием в соревнованиях;

-«оздоровительно-рекреативный спорт»- практика использования элементов спорта в качестве средства и метода достижения эффекта здорового отдыха – развлечения, активного восстановления оперативной работоспособности и организации интересного, эмоционально насыщенного досуга[12].

Есть своя и дифференциация и в спорте высших достижений.

**Спорт высших достижений,** в отличие от ординарного спорта, ориентирован на абсолютные спортивные результаты и неуклонное повышение их уровня. Реализация этой установки в наше время возможно лишь при условии повседневных многолетних затрат времени и сил на спортивную деятельность и при условии незаурядной спортивной одаренности индивида[11].

Достижение в большом спорте возможны только благодаря постоянной тренировочно-соревновательной деятельности с большими физическими и психическими напряжениями. Выступление в соревнованиях накладывает большую ответственность на спортсмена; высокая цена каждой ошибки, каждого неудачного старта становится фактором, определяющим жесткие требования к его психике. В этом специфика спорта высших достижений[14].Спортивная деятельность в сфере спорта высших достижений превращается в основную, занимая доминирующее положение в индивидуальном образе жизни спортсмена на долгие годы. Но это не для всех, только для действительно обладающих выдающимися спортивными способностями. Так, в странах, развитых в спортивном отношении, доля спортсменов, фактически достигающих уровня международного класса, составляет всего лишь сотые доли процента и менее от общего числа занимающихся спортом в стране.

В современный период своего развития спорт высших достижений все заметнее профессионализируется. Это значит, что у определенной части спортсменов, начинающих с так называемого любительского спорта, спортивная деятельность при известных условиях занимает основное место в образе жизни. Без такой профессионализации мировые высоты современного спорта оказались бы непреодолимыми.

В действительности современный профессионализированный спорт вовсе не однороден. В нем различают профессионально-коммерческий спорт, который сформировался как отрасль бизнеса, и не сводящийся к бизнесу профессионализированный спорт подлинно высших достижений, который называется «профессионально-супердостиженческим» спортом Профессионально-комерчески спорт, сложившийся как своеобразная отрасль бизнеса, живет не только по законом самого спорта, сколько по закономерностям получения финансовой прибыли, коммерции, доходного предпринимательства на материале спортивного зрелища. [12].

«Профессионально-достиженческий» спорт его важнейшая черта – постоянный штурм подлинных высот в спорте[7].

Супердостиженческий спорт вырастает на основе массовой спортивной практики и развивается в зависимости от нее состояния; в свою очередь, прогресс спорта высших достижений влияет на состояние ординарного спорта и способен быть мощным катализатором его развития. Спорт высших достижений играет по отношению ко всей остальной практике спорта лидирующую роль. Спорт высших достижение ориентирован непосредственно на абсолютные параметры спортивных результатов, включая достижение международного, всечеловеческого масштаба[5].

Значение спорта, состоит в том, что он используется в качестве средства улучшения физического развития, укрепление здоровья, увеличение творческого долголетия, воспитания. Занятия спортом – одно из средств удовлетворение человеком своей потребности в движениях в ее игровой форме.

**ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

1. Физическую культуру можно подразделить на ряд больших разделов, которые по своим особенностям соответствуют различным направлениям и сферам ее использование в обществе. Каждый раздел включает виды и разновидности физической культуры определенного типа. Наиболее крупные из являются:

- базовая физическая культура;

- спорт;

- профессионально прикладная физическая культура;

- оздоровительно – реабилитационная;

- «фоновая» физическая культура [14]

Фактически эти компоненты не только взаимосвязаны, но и отчасти совпадают. Вместе с тем они имеют вполне определенные различия, как по функциям, так и по структуре.

2. Многогранные способности, формирующиеся средствами различных видов физической культуры, а также специфическими средствами и методами, будучи включенными в профессиональную деятельность, социальное общение и научное познание, становятся необходимым компонентом, важнейшим условием дальнейшего всестороннего развития будущих специалистов различных видов их общественной жизнедеятельности.

3. Спорт представляет собой собственно соревновательную деятельность, специальную подготовку к ней, а также межчеловеческие отношения нормы, ее присущие. Характерной особенностью спорта является соревновательная деятельность, специфической формой которой являются соревнования, позволяющие выявлять, сравнить и сопоставлять человеческие возможности на основе четкой регламентации взаимодействий соревнующихся, унификацией состава действий (вес снаряда, соперника и т. д.), условий из выполнения и способов оценки достижений по установленным правилам. Специальная подготовка к соревновательной деятельности в спорте осуществляется в форме спортивной тренировки.

4. Социальная ценность спорта заключается в том, что он представляет собой совокупность наиболее действенных средств и методов физического воспитания, одну из основных форм подготовки человека к трудовой и другим общественно необходимым видам деятельности, а на ряду с этим – и одно из важных средств этического и эстетического воспитания, удовлетворение духовных запросов общества, упрочения и расширения интернациональных связей. В качестве продукта общественного развития он составляет органическую часть культуры общества и в зависимости от конкретно социальных условий приобретает различные черты и формы.

**СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ**

1. Бойченко, С.Д. Классическая теория физической культуры /. С.Д. Бойченко – Мн.: Лазурок, 2002. -312 с.;

2. Бальсевич, В.К. Физическая культура для всех и для каждого / В.К. Бальсевич – М.: «Физкультура и спорт», 1988 – 208с.;

3. Гужаловский, А.А. Основы теории и методики физической культуры / А.А. Гужаловский – М.: Физкультура и спорт, 1986. – 352с.;

4. Еншин, М.М. Социология физической культуры и спорта / М.М. Еншин – Мн.: 1995, - 273с.;

5. Евсеев, Ю.И. Физическая культура / Евсеев Ю.И.- Ростов Н/д: Феникс, 2002.- 384с.;

6. Лубышева, И.И. Социология физической культуры и спорта / И.И. Лубышева – М.: «Академия», 2001. – 240с.;

7. Матвеев, Л.П. Теория и методика физической культуры / Учеб. Для ин-тов физ. Культуры.- М.: Физкультура и спорт, 1991.-543с.;

8. Матвеев Л.П. Теория и методика физического воспитания / Л.П. Матвеев- М.: «Физкультура и спорт», 1976.-255с.;

9. Матвеев Л.П. Введение в теорию физической культуры / Л.П. Матвеев – М.: «Физкультура и спорт», 1983,-128с.;

10. Морозов, В.И. Социология физической культуры и спорта / В.И. Морозов – Мн.: 1986, - 63 с.;

11. Матвеев, Л.П. Очерки по теории физической культуры / Л.П.Матвеев – М.: Физкультура и спорт, 1984. – 248с.;

12. Матвеев Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты / Л.П.Матвеев – СПб.: Издательство «Лань», 2005. – 384с.;

13. Пономарев, Н.И. Социальные функции физической культуры и спорта / Н.И.Пономарев.-М.,ФиС,1974.

14. Холодов, Ж.К. Кузнецов, В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта / Ж.К. Холодов, В.С Кузнецов – М.: Издательский центр «Академия»,2000.-480с.;

19. Шиян, Б.М. Теория и методика физического воспитания /Б.М.Шиян- М.: «Просвещение», 1968-224с.