**Современное состояние физической культуры и спорта в РФ**

**Аннотация:** В статье изложены основные проблемы физической культуры и спорта в России. В современном мире повышается значимость занятий физической культурой и спортом.

**Ключевые слова:** физическая культура, спорт, активный отдых, спортивные секции.

В последнее время отношение людей к физической культуре и спорту стало наиболее положительным. Это можно судить по тому, как все больше начинают свою работу физкультурно-оздоровительные комплексы, фитнес-центры и многие другие физкультурно-спортивные сооружения, а это значит, что они стали более востребованными. Даже идя по улице можно наблюдать немало людей, которые предпочитают занятия физической культурой и активный отдых на свежем воздухе. Открывается много спортивных секций, в которых могут заниматься дети и даже взрослые практически любого возраста. Можно предположить, что такое отношение возникло, так как люди стали задумываться о своем здоровье. Ведь известно, что занятия физической культурой, благоприятно влияют на настроение, физическое и психическое состояние человека, наблюдается улучшение работы внутренних систем организма (сердечно-сосудистая, дыхательная системы и др.), а также оказывает положительное воздействие на трудоспособность человека, повышается двигательная активность людей.

Но говоря о положительных моментах, нельзя забывать и о проблемах современного состояния физической культуры. Одной из проблем является то, что не у всех желающих есть возможность заниматься физической культурой в специализированных комплексах и других сооружениях спортивного типа. Так, например человек, который хочет укрепить свое здоровье, решил посещать бассейн и тренажерный зал. Для этого ему нужно в обоих случаях платить некую сумму за посещение данных физкультурно-спортивных сооружений. Если даже некоторым категориям лиц (пенсионерам, студентам и возможно школьникам) могут предоставляться скидки, то и в таких случаях не у всех есть возможность оплачивать абонементы (или разовое посещение) в физкультурно-спортивных сооружениях. Также данная проблема отражается в том, что некоторые физкультурно-спортивные сооружения находятся далеко от места жительства человека, который решил посещать сооружения спортивного типа. Данная проблема заключается в том, что человеку придется оплачивать не только абонемент, но и проезд по городу, что является также накладно. Также если взять спортивные секции для детей, то здесь тоже возникают такие проблемы как, оплата посещения секций, возможно проезд по городу, если секция находится вдали от дома, спортивная экипировка, а она является, не из дешевых удовольствий какой бы мы вид спорта не рассматривали. В совокупности все это увеличивает проблему посещения ребенком спортивной секции, а если в семье не один ребенок, то получается, что заниматься спортом не только для малообеспеченных семей, но и для семей со средним достатком получается все более накладно.

Еще одной из проблем является то, что в нашем мире современных технологий, многие дети, да и взрослые предпочитают уделять больше времени телефонам и компьютерам, «зависая» в социальных сетях. Исходя из этого, у детей появляется гипоактивность, ухудшается здоровье (сколиоз, проблемы со зрением и др.).

Также проблемой может являться то, что у родителей нет желания или возможности, например из-за работы уделять больше внимания своим детям и их развитию, в том числе и физическому. Сами родители не уделяют должного внимания собственному физическому здоровью и активному отдыху, а дети как мы знаем, во многом берут пример со своих родителей. Также возможно, что не все родители и взрослые люди в целом осознают то, что ведя здоровый образ жизни посредством физической культуры, они продлевают себе жизнь и улучшают состояние своего здоровья.

Данные проблемы нужно решать незамедлительно, так как от этого зависит здоровье и будущее наших граждан и подрастающего поколения. Для решения этих проблем нужно с детства прививать ребенку потребность в занятиях физической культурой, чтобы в дальнейшем будущем у людей эта потребность вошла в привычку. Решению данных проблем может послужить пример родителей, а если родители, сами не занимаются собственным физическим воспитание, то этому может помочь занятия физической культуры в дошкольном, затем в школьном учреждении и далее в средних и высших учебных заведениях. Также можно и нужно вводить физкультминутки на предприятиях и в офисах, где работают люди.

**Список используемой литературы**

1. https://sibac.info/studconf/hum/xlii/52873

2. https://moluch.ru/conf/ped/archive/150/7906/

3. https://interactive-plus.ru/ru/article/130480/discussion\_platform