

DOI: 10.24412/2076-1503-2025-2-373-376

ТРЕТЬЯКОВ Александр Сергеевич,
к.пед.н., доцент, доцент кафедры
физического воспитания и спорта
Сибирского государственного
университета науки и технологий
имени академика М.Ф. Решетнева,
e-mail: tretyakoval@yandex.ru

НАКОНЕЧНАЯ Екатерина Владимировна,
к.псих., н.н., доцент кафедры клинической
психологии и педагогики с курсом ПО
Федерального государственного бюджетного
образовательного учреждения высшего
образования «Красноярский государственный
медицинский университет имени
профессора В.Ф. Войно-Ясенецкого» Министерства
здравоохранения Российской Федерации,
e-mail: m2735582@yandex.ru

СУВОРОВА Наталия Владимировна,
к.пед.н., декан факультета психологии Автономной
некоммерческой организации высшего образования
«Сибирский институт бизнеса, управления и психологии»,
e-mail: mail@law-books.ru

КОЛПАКОВА Татьяна Витальевна,
старший преподаватель, ка кафедры психологии
Автономной некоммерческой организации высшего образования
«Сибирский институт бизнеса, управления и психологии»,
e-mail: mail@law-books.ru

АРТЕМЬЕВ Данила Анатольевич,
студент Сибирского государственного университета
науки и технологий имени академика М.Ф. Решетнева,
e-mail: mail@law-books.ru

СПОСОБЫ ПОПУЛЯРИЗАЦИИ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ СРЕДИ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ

Аннотация. Физическая культура играет важную роль в формировании здоровья и общего физического развития студенческой молодежи. Современный образ жизни, связанный с недостаточной физической активностью, плохим питанием и стрессами, оказывает отрицательное влияние на организм молодых людей. Однако, несмотря на все положительные аспекты молодые люди, не заинтересованы в систематических занятиях физической культурой и спортом. В связи с этим возникает необходимость популяризировать занятия спортом и физическую культуру среди студенческой молодежи, чтобы поддерживать здоровый образ жизни. В статье рассмотрены некоторые способы популяризации физической культуры и спорта среди молодого поколения.

Ключевые слова: физическая культура, спорт, студенческая молодежь, здоровый образ жизни, популяризация.

TRETYAKOV A.S.,
PhD in Pedagogy, docent, associate professor,
department of physical education and sports,
Federal State Budgetary Educational Institution
of Higher Education "Siberian State University
of Science and Technology named after Academician M.F. Reshetnev"

NAKONECHNAYA E.V.,

PhD in Psychology, associate professor, department of clinical psychology and pedagogy with a course of professional education, Federal State Budgetary Educational Institution of Higher Education «Prof. V.F. Voyno-Yasenetsky Krasnoyarsk State Medical University» of the Ministry of Healthcare of the Russian Federation

SUVOROVA N.V.,

PhD in Pedagogy, dean of Faculty of Psychology, Siberian Institute of Business, Management and Psychology

KOLPAKOVA T.V.,

senior teacher, department of psychology, Siberian Institute of Business, Management and Psychology

ARTEM'EV D.A.,

student, Federal State Budgetary Educational Institution of Higher Education "Siberian State University of Science and Technology named after Academician M.F. Reshetnev"

WAYS TO PROMOTE PHYSICAL CULTURE AND SPORTS AMONG STUDENTS

Annotation. *Physical culture plays an important role in shaping the health and overall physical development of student youth. A modern lifestyle associated with insufficient physical activity, poor nutrition and stress has a negative effect on the body of young people. However, despite all the positive aspects, young people are not interested in systematic physical education and sports. In this regard, there is a need to popularize sports and physical education among student youth in order to maintain a healthy lifestyle. The article considers some ways to popularize physical culture and sports among the younger generation.*

Key words: *physical culture, sports, student youth, healthy lifestyle, popularization.*

Физическая культура и спорт играют ключевую роль в формировании правильного образа жизни и развитии людей, ведь они не только помогают поддерживать здоровье, физическую форму, но и конечно способствуют их развитию личности, выстраиванию дисциплины и самоорганизации. Однако, несмотря на все положительные аспекты молодые люди, не заинтересованы так сильно, как хотелось бы, ведь современный образ жизни, связанный с недостаточной физической активностью, плохим питанием и стрессами, оказывает отрицательное влияние на организм, поэтому непременно следует агитировать пользу занятий спортом среди молодых людей. Но чтобы привлечь студенческую молодежь, нужно определить, почему молодое поколение не занимается спортом и найти решения для этих проблем.[4]

Первой проблемой является недостаточное количество информации среди молодежи о воз-

можностях и преимуществах заниматься спортом. Многие молодые люди не знают о всех доступных им видов спорта, об условиях и местах, где они могут заниматься. Возникает нехватка информации о возможных спортивных клубах, фитнес-центрах или спортивных секциях, которые могут быть заинтересованы в привлечении молодёжи.[2]

Второй проблемой является недостаточная финансовая поддержка спортивных мероприятий для молодежи. Организация спортивных соревнований, тренировок или фитнес-мероприятий требует определенных затрат, которые не всегда может позволить себе молодежь. Многие семьи не могут позволить своим детям ходить в спортивные секции или оплачивать абонементы в спортивных клубах.[2]

Третья проблема – отсутствие мотивации у молодежи для занятия спортом. Сегодня молодежь сталкивается с огромным количеством развлечений и активностей, которые отвлекают их

внимание от занятий спортом. Компьютерные игры, социальные сети, телевизор и другие развлечения становятся приоритетом для молодых людей, что отрицательно сказывается на их физическом состоянии и здоровье.[2]

Определившись с причинами слабой привлеченности молодежи к активному образу жизни, можно начать исследовать решения данной проблемы и методы стимулирования интереса молодых людей к спорту, что приведет к повышению их активности.

Очень важно установить правильные ценности и убедить молодежь, с помощью информирования о пользе занятий спортом, физическими упражнениями и правильном питании. Для этого необходимо провести широкомасштабную информационную работу с помощью различных СМИ, социальных сетей, интернет-ресурсов, организации лекций и семинаров, а также создания интерактивных медиа-платформ и профильных организаций для привлечения внимания молодежи и стимулирования интереса к активной жизни.[5]

Необходимо создать доступные и привлекательные условия для занятий спортом. Это может быть обустройство спортивных площадок, современного оборудования и развитие сети спортивных клубов. Кроме того, важно предоставить молодежи разнообразные виды спорта, чтобы каждый мог найти для себя наиболее интересное и подходящее направление.[3]

Поддержка и поощрение талантливых спортсменов. Организация спортивных соревнований, турниров и чемпионатов не только мотивирует молодежь заниматься спортом, но и благодаря примеру успешных спортсменов дает возможность молодым людям стремиться к достижению высоких результатов.[3]

Важным условием популяризации физической культуры и спорта среди молодежи является вовлечение родителей, общества, образовательных учреждений и государственных органов. Сотрудничество с родителями позволяет влиять на их отношение к спорту и прививать интерес к нему у их детей.[5]

Использование социальных сетей и мобильных приложений для популяризации спорта среди молодежи. Создание специализированных приложений, где пользователи могут делиться своими спортивными достижениями, устанавливать цели, обмениваться советами и находить новых партнеров для занятий спортом, может стать мощным инструментом мотивации для молодежи. Кроме того, организация специальных испытаний и соревнований в социальных сетях, также может стимулировать молодежь к активному образу жизни и занятиям спортом.[1]

Для решения финансовой проблемы необходимо разработать программы, которые обеспе-

чат финансовую поддержку молодежи для занятий спортом. Это могут быть стипендии, программы льготного абонементов в спортивные клубы или создание спортивных объектов с бесплатным доступом для молодежи.

Организация разнообразных фитнес-фестивалей и спортивных мероприятий. Молодежь обычно ищет что-то новое и уникальное, поэтому проведение ярких и зрелищных спортивных событий может привлечь их внимание. Кроме того, на таких мероприятиях можно предоставить возможность молодежи попробовать различные виды спорта, получить бесплатные занятия и консультации от профессионалов, что может быть очень мотивирующим и помочь им найти свое предпочтение в спортивной деятельности.

Помимо вышесказанного очень важно вовлечь молодых людей в процесс. Они должны иметь возможность высказывать свое отношение и предлагать свои мысли по развитию спорта и физической культуры. Это можно осуществить с помощью анкетирования, проведения собраний внутри определенных комитетов.[3]

В заключение, следует отметить, что активная и целенаправленная популяризация физической культуры и спорта среди молодежи является стратегически важным направлением, который требует комплексного подхода и сотрудничества различных сторон и секторов общества, для общественного развития и благополучия, способствующим формированию здоровых и сильных поколений, способных преодолевать вызовы будущего. Поэтому, проведение разнообразных мероприятий, лекций и семинаров, создание информационных медиа-платформ, создание доступных и привлекательных условий, продвижение позитивного имиджа, поддержка, поощрение от близких и государства, задействование технологий, действительно поможет ещё больше заинтересовать молодежь, начать заботиться о себе и своем будущем.

Список литературы:

- [1] Амонтурдиев, Б. К. Физическая активность как один из факторов здорового образа жизни и воспитания молодежи / Б. К. Амонтурдиев // Academic research in educational sciences. – 2022. – № 7. – URL : <https://cyberleninka.ru/article/n/fizicheskaya-aktivnost-kak-odin-iz-faktorov-zdorovogo-obraza-zhizni-i-vospitaniya-molodezhi> (дата обращения: 12.02.2025).
- [2] Дутов С.Ю. Формирование мотивации к занятиям физической культурой у старшеклассников // Вестник Тамбовского университета. Серия: Гуманитарные науки. – 2012. – № 11(115). – С. 218-221.
- [3] Иванов, Ф. В. Способы популяризации физической культуры и спорта среди молодежи /

В. Ф. Иванов, Е. Ю. Орлова // Аспект: научно-издательский центр : сайт. – URL : <https://na-journal.ru/10-2023-fiz-kultura-sport/6475-sposoby-populyarizacii-fizicheskoi-kultury-i-sporta-sredi-molodezhi> (дата обращения: 12.02.2025).

[4] Королева, А. М. Влияние физической культуры на здоровье студентов / А. М. Королева // Арт-талант : Академии Развития Творчества : сайт, 2024. – URL : <https://www.art-talant.org/publikacii/91773-vliyanie-fizicheskoy-kulytury-na-zdorovye-studentov> (дата обращения: 12.02.2025).

[5] Тиунова О.В. Повышение эффективности работы средств массовой информации в пропаганде физической культуры, спорта и здорового образа жизни в Российской Федерации / О. В. Тиунова, Д. А. Фильченков ; Министерство спорта Российской Федерации, Пензенский государственный технологический университет. – Москва : Т-во науч. изд. КМК, 2017. – 81 с.

Spisok literaturey:

[1] Amonturdiv, B. K. Fizicheskaya aktivnost' kak odin iz faktorov zdorovogo obraza zhizni i vospitaniya molodezhi / B. K. Amonturdiv // Academic research in educational sciences. – 2022. – № 7. – URL : <https://cyberleninka.ru/article/n/fizicheskaya>

aktivnost-kak-odin-iz-faktorov-zdorovogo-obraza-zhizni-i-vospitaniya-molodezhi (data obrashcheniya: 12.02.2025).

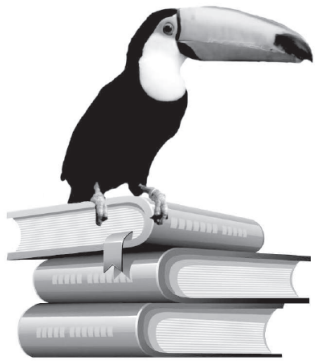
[2] Dutov S.YU. Formirovanie motivacii k zanyatiyam fizicheskoy kul'turoj u starsheklassnikov // Vestnik Tambovskogo universiteta. Seriya: Gumanitarnye nauki. – 2012. – № 11(115). – S. 218-221.

[3] Ivanov, F. V. Sposoby populyarizacii fizicheskoy kul'tury i sporta sredi molodezhi / V. F. Ivanov, E. YU. Orlova // Aspekt: nauchno-izdatel'skij centr : sayt. – URL : <https://na-journal.ru/10-2023-fiz-kultura-sport/6475-sposoby-populyarizacii-fizicheskoi-kultury-i-sporta-sredi-molodezhi> (data obrashcheniya: 12.02.2025).

[4] Korodeva, A. M. Vliyanie fizicheskoy kul'tury na zdorov'e studentov / A. M. Koroleva // Art-talant : Akademii Razvitiya Tvorchestva : sayt, 2024. – URL : <https://www.art-talant.org/publikacii/91773-vliyanie-fizicheskoy-kulytury-na-zdorovye-studentov> (data obrashcheniya: 12.02.2025).

[5] Tiunova O.V. Povyshenie effektivnosti raboty sredstv massovoj informacii v propagande fizicheskoy kul'tury, sporta i zdorovogo obraza zhizni v Rossijskoj Federacii / O. V. Tiunova, D. A. Fil'chenkov ; Ministerstvo sporta Rossijskoj Federacii, Penzenskij gosudarstvennyj tekhnologicheskij universitet. – Moskva : T-vo nauch. izd. KMK, 2017. – 81 s.





ЮРКОМПАНИ

www.law-books.ru

Юридическое издательство
«ЮРКОМПАНИ»

Издание учебников,
учебных и методических
пособий, монографий,
научных статей.

Профессионально.

В максимально
короткие сроки.

Размещаем
в РИНЦ, E-Library.