

**Самусенкова Елена Игоревна,**  
старший преподаватель кафедры физического воспитания,  
РГХПУ им. С. Г. Строганова, г. Москва

**Коннова Софья Александровна,**  
студентка 3 курса кафедры Коммуникативный дизайн,  
РГХПУ им. С. Г. Строганова, г. Москва

## СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ И ПЕРСПЕКТИВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ РАЗВИТИЯ МАССОВОГО СПОРТА В РЕГИОНАХ РОССИИ

**Аннотация:** Спорт в России является весьма популярным видом досуга. Массовый спорт ориентирован на распространение физкультурно-оздоровительной деятельности для комплексного укрепления здоровья, увеличения длительности жизни, повышения трудоспособности россиян. Он включает в себя такие виды физической активности, которые направлены в первую очередь на поддержание физического и психологического здоровья.

**Ключевые слова:** массовый спорт, здоровье, физическая культура

Как гласит федеральный закон: Физическая культура – часть культуры человека, которая представляет собой совокупность ценностей, норм и знаний, для использования обществом в целях развития интеллектуальных и физических способностей человека, совершенствования его двигательной активности и формирования здорового образа жизни, социальной адаптации путем физического воспитания, физической подготовки и физического развития [7].

Ситуация упадка спорта после развала СССР в корне начала меняться в начале XXI века. Ведущую роль сыграло государство, в последние годы сделан большой прорыв в развитии физкультурно-оздоровительной индустрии. Согласно «Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года», развитие физической культуры и спорта является одним из приоритетных направлений социальной политики государства [6].

Исходя из данной Стратегии, государство до 2020 года разработало комплекс мер по развитию физической культуры и спорта как важнейшей составляющей здорового образа жизни человека. Сейчас спорт стал более коммерчески профессиональным, но при этом он не имеет социальных границ, и, к сожалению, порой имеет за собой политическую повестку. В нашей стране понятие «индустрия спорта» имеет более широкое значение:

1. Создание новой системы физкультурно-спортивного воспитания населения;
2. Разработка и реализация комплекса мер по пропаганде физической культуры и спорта как важнейшей составляющей здоровья человека;
3. Модернизация системы физического воспитания различных категорий населения, в том числе в образовательных учреждениях профессионального образования;
4. Совершенствование подготовки спортсменов высокого класса и спортивного резерва для повышения конкурентоспособности российского спорта на международной спортивной арене;
5. Усиление мер социальной защиты спортсменов и тренеров;
6. Развитие организационно-управленческого, кадрового, научно-методического, медико-биологического и антидопингового обеспечения физкультурно-спортивной деятельности;
7. Расширение инфраструктуры сферы физической культуры и спорта и совершенствование финансового обеспечения физкультурно-спортивной деятельности;



8. Улучшение системы обеспечения общественной безопасности на объектах спорта и организации работы с болельщиками и их объединениями [2].

И данная стратегия дала свои весомые плоды: в настоящее время сложно найти человека, который бы не знал о пользе физических нагрузок для общего состояния организма. Считается, что современная молодежь проигрывает по отдельным физическим критериям (например: быстрота, выносливость, скорость), но при этом среди подрастающего поколения заметен небывалый интерес к спортивно-оздоровительной деятельности, как у молодежи 1930-х годов.

Действительно, как показывают статистические данные Всероссийского центра изучения общественного мнения (ВЦИОМ), проведшего всероссийский опрос населения и выяснившего, что более половины россиян сегодня активно занимаются спортом, а за последние 10 лет это число возросло почти в два раза.

В какой-либо степени каким-либо спортом занимаются около 60% людей, а около 40% делают это чаще, чем раз в неделю. Как показывают данные, самыми активными любителями физической деятельности являются как раз молодые люди в возрасте от 18-24 лет, они составляют 23% от общего количества респондентов данной возрастной группы. Сразу за молодежью следуют пенсионеры старше 60 лет – среди них 20% продолжают заниматься спортом по сей день, совсем немного уступая молодому поколению.

Начиная с 2006 года интерес к спортивным дисциплинам возрастает. Например, в 2008-м всего 38% россиян заявили, что регулярно занимаются физической культурой, но в 2018 эта цифра выросла до 60%.

Интересна также статистика мест, где чаще всего люди занимаются спортом: 52% россиян предпочитают заниматься дома с той или иной периодичностью, и всего 22% бегают и разминаются на стадионах и в фитнес-залах, причем мужчины чаще выбирают данные места нежели женщины (31% против 18%, соответственно). Вероятно, проблема в том, что в регионах существует недостаточное количество спортивной инфраструктуры, а значит, Стратегию государства необходимо продолжать [3, 4].

Несмотря на увеличивающуюся вовлеченность людей в спорт, некоторые делают из спорта своеобразную «моду». С одной стороны: раньше было модно ходить по ресторанам, барам, клубам, а теперь наоборот модно посещать фитнес, бегать, заниматься йогой и другими видами активности. Но, с другой стороны, для определенных групп населения мода на «спорт» заключается лишь в ношении спортивной одежды, разговорах о спорте и просто проведении времени в зале. К сожалению, такая линия поведения никак не поможет оздоровить организм.

Также сейчас отмечается интерес к такому направлению общефизического развития, как йога. Ранее оно не было таким популярным, но в данный момент по независимому опросу населения 83% респондентов отметили, что йога улучшает физическое и моральное состояние человека, и лишь 2% отметили, что йога никак не влияет на здоровье. Также из данного опроса следует, что йога наиболее популярна среди женщин среднего возраста [5].

Одними из перспективных направлений для дальнейшего развития массового спорта в регионах России по-прежнему остаются футбол и хоккей, так как сейчас большой процент населения вовлечен как в саму спортивную деятельность, так и в объединения болельщиков. Для ежедневного поддержания физического здоровья более перспективным являются общая физическая подготовка, фитнес-аэробика, бег. Необходимо внедрять усовершенствованные спортивные программы среди учащихся школ, средних профессиональных и высших учебных заведений, так как спорт помогает снимать стресс и напряжение, которым данные слои населения подвержены больше всего [2].

Таким образом, у России есть сейчас все возможности для дальнейшего развития культуры тела и спорта, включая материальную, техническую, юридическую, научную,



образовательную, организационную и управленческую. Но для того, чтобы проводимая политика в отношении популяризации спорта была спешной, людям необходимо изменить свое отношение – физическое воспитание должно стать их собственной потребностью, а не веянием моды. Приоритетом является детский спорт, и прежде всего система физического воспитания в школе. Навыки здорового образа жизни необходимо прививать с самого маленького возраста и продолжать их развивать вплоть до глубокой старости. В таких условиях будет расти уровень физического и психологического здоровья населения, увеличиваться продолжительность жизни и трудоспособность.

Государству необходимо обеспечить все элементы системы физической культуры и спортивного движения страны – массовый спорт, подготовку спортивных резервов, высококлассные виды спорта и профессиональный спорт (спортивно-оздоровительная индустрия) – социальный и личностный. Воспитание и физкультурная грамотность населения по здоровому образу жизни должны проводиться с помощью информационных программ, специально адаптированных к различным социально-демографическим группам населения. Также государству важно учитывать современные тенденции в спорте и активно поддерживать граждан как самого маленького, так и пожилого возраста, прислушиваться к интересам граждан для того, чтобы массовый спорт был интересным и имел возможность закрепиться в том или ином виде в жизни каждого гражданина Российской Федерации.

*Список литературы:*

1. Величко, Т.И. Медико-биологические основы физической культуры студента: учеб.-метод. пособие / Т.И. Величко, Л.В. Сергеева – Тольятти: Изд-во «РИЧМАРК», 2014. – 108 с.
2. Гостев Г.Р., Лотонешо А.В., Струк П.П. Физическая культура в субъектах Российской Федерации. –М.: Теория и практика физической культуры, 2014.- 360 с.
3. Данные Всероссийского центра изучения общественного мнения (ВЦИОМ) [www.wciom.ru](http://www.wciom.ru)
4. Данные Федеральной службы государственной статистики [www.mosstat.gks.ru](http://www.mosstat.gks.ru)
5. Опрос Московского Университета Йоги [www.niketan108.com](http://www.niketan108.com)
6. Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года // Распоряжение Правительства РФ от 07.08.2009. №1101-р. С. 1-16.
7. Федеральный закон от 04.12.2007 N 329-ФЗ (ред. от 27.12.2018) «О физической культуре и спорте в Российской Федерации».

