

УДК 796

Самусенков Олег Иосивович, доктор наук,
профессор, заведующий кафедрой физического воспитания,
РГХПУ им. С. Г. Строганова, Москва, Россия
Samusenkov Oleg Iosivovich, Doctor of Sciences, Professor,
Head of the Department of Physical Education,
Russian State University of Arts and Sciences
named after S. G. Stroganov, Moscow, Russia

Самусенкова Елена Игоревна,
старший преподаватель кафедры физического воспитания,
РГХПУ им. С. Г. Строганова. Москва, Россия
Samusenkova Elena Igorevna,
senior lecturer of the Department of Physical Education,
Russian University of Arts and Sciences
named after S. G. Stroganov, Moscow, Russia

Вострикова Алла Александровна,
старший преподаватель кафедры физического воспитания,
РГХПУ им. С. Г. Строганова. Москва, Россия
Vostrikova Alla Alexandrovna,
senior lecturer of the Department of Physical Education,
Russian University of Arts and Sciences
named after S. G. Stroganov, Moscow, Russia

Карнавский Николай Сергеевич,
студент 2 курса кафедры «Художественный металл»,
РГХПУ им. С.Г. Строганова, Москва, Россия
Karnavsky N.S, 2nd year student of the Department
"Art metal" of the S.G. Stroganov Academy, Moscow, Russia

**СОВРЕМЕННАЯ МОЛОДЁЖЬ И ЕЁ МЕСТО
В ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТЕ
MODERN YOUTH AND ITS PLACE
IN PHYSICAL CULTURE AND SPORTS**

Аннотация: Физическая культура и спорт играют важную роль в жизни современного общества, способствуя поддержанию здоровья, повышению работоспособности и улучшению качества жизни. Особенно важно развитие физической культуры и спорта среди студенческой молодежи, так как именно в период обучения в учебных заведениях формируются привычки и убеждения, которые могут сопровождать человека на протяжении всей его жизни. Однако, несмотря на все преимущества физической активности, многие студенты не находят времени и мотивацию для занятий спортом. Причин для этого может быть несколько: недостаток свободного времени из-за серьезной учебы, недостаточное финансирование спортивных мероприятий, отсутствие соответствующей инфраструктуры и недостаток информации о возможностях активных занятий спортом. Поэтому изучение и поощрение занятий спортом в среде студентов является актуальной задачей, направленной на создание в будущем здорового и активного поколения.

Abstract: Physical culture and sports play an important role in the life of modern society, contributing to maintaining health, improving performance and improving the quality of life. It is



especially important to develop physical culture and sports among students, since it is during the period of study in educational institutions that habits and beliefs are formed that can accompany a person throughout his life. However, despite all the benefits of physical activity, many students do not find the time and motivation to exercise. There may be several reasons for this: lack of free time due to serious studies, insufficient financing of sports events, lack of appropriate infrastructure and lack of information about the possibilities of active sports. Therefore, studying and encouraging sports among students is an urgent task aimed at creating a healthy and active generation in the future.

Ключевые слова: спорт, спортсмен, воспитание, конкуренция, развитие, учебное учреждение.

Keywords: sport, athlete, education, competition, development, educational institution.

Для проведения исследования о развитии физической культуры и спорта среди студенческой молодежи нами был использован комплексный подход. В ходе работы был проведен анализ статистических данных, опросов среди студентов различных учебных заведений, а также интервью с преподавателями кафедр по физической культуре. Нами были рассмотрены факторы, влияющие на уровень спортивной активности студентов, такие как наличие спортивных секций в учебных заведениях, доступность спортивной инфраструктуры, уровень физической подготовки и их личные предпочтения.

Анализ результатов показал, что наличие спортивных секций в учебных заведениях существенно влияет на уровень спортивной активности студентов. Они позволяют студентам проявить свои спортивные навыки и соревноваться с другими участниками. Такие соревнования могут быть организованы как внутри учебного заведения, так и между различными университетами и колледжами. Это способствует развитию соревновательного духа и мотивирует студентов достигать новых спортивных и профессиональных результатов. Кроме того, студенческие спортивные мероприятия часто проводятся совместно с учебными заведениями и организациями из других городов и стран. Это позволяет студентам познакомиться с представителями других учебных заведений и обменяться опытом. Такие мероприятия также способствуют развитию межкультурного общения и укреплению дружеских связей. Те студенты, которые занимаются спортом, отмечают улучшение своего физического состояния, повышение концентрации во время учебы и улучшение эмоционального благополучия. Однако не всегда студенты имеют доступ к спортивным секциям из-за их ограниченной численности или отсутствия подходящего графика занятий.

В заключение мы можем сделать следующие выводы, что, развитие физической культуры и спорта среди студенческой молодежи является важным аспектом формирования здорового и активного общества. Для успешного развития физической культуры и спорта в среде студенческой молодежи необходимо предпринять несколько шагов. Во-первых, в учебных заведениях следует создавать условия для занятий спортом: обустроить спортивные площадки, залы и тренажерные комнаты, организовать доступ к спортивным секциям, повысить уровень и квалификацию тренеров. Также важно разработать гибкую систему графика и плана занятий, чтобы студенты могли находить время для тренировок, не откладывая их на второй план. Во-вторых, необходимо проводить информационную работу о возможностях занятий спортом. Организация спортивных мероприятий, выставки, конференции и семинары помогут привлечь внимание студентов к этой теме и показать им все преимущества спорта. Также стоит задействовать студенческие организации и общественные объединения, чтобы создать позитивный образ спорта и организовать совместные мероприятия. Третий важный шаг – это поддержка и поощрение студентов, проявляющих интерес к физической культуре и спорту. Организация спортивных соревнований, награждение активных спортсменов и создание специальных стипендий для студентов-



спортсменов – все это поможет поддерживать и развивать интерес к спорту среди студентов в вузах. В итоге развитие физической культуры и спорта в среде студенческой молодежи – это задача, требующая совместных усилий со стороны учебных заведений, студентов и общественности. Однако, она является важной и неотъемлемой частью формирования здорового и успешного поколения. Поэтому каждый из студентов и преподавателей должен внести свой вклад в этот процесс и постараться стать примером для подражания среди студенческой молодежи.

Список литературы:

1. Быховская И. М. Спорт: культурологические векторы анализа феномена. Культурологический журнал. 2011. № 1 (3).
2. Выдрин В. М. Физическая культура – вид культуры личности и общества (Опыт историко-методологического анализа проблем). Санкт-Петербург: СПбГАФК им. П. Ф.Лесгафта, 2004.
3. Booth, F. W., Roberts, C. K., & Laye, M. J. (2012). Lack of exercise is a major cause of chronic diseases. *Comprehensive Physiology*, 2 (2), 1143-1211.
4. World Health Organization. (2010). *Global recommendations on physical activity for health*. Geneva: World Health Organization.

