

УДК 796:005.591.6

## ОТДЕЛЬНЫЕ АСПЕКТЫ ПРОЕКТИРОВАНИЯ РАЗВИТИЯ СТУДЕНЧЕСКОГО СПОРТА И ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В МОЛОДЕЖНОЙ СРЕДЕ

*С. В. Лапочкин*

## SOME ASPECTS OF DESIGNING THE DEVELOPMENT OF STUDENTS' SPORTS AND PHYSICAL TRAINING IN THE YOUTH ENVIRONMENT

*S. V. Lapochkin*

В статье рассмотрены отдельные аспекты, влияющие на развитие физической культуры и спорта в молодежной среде. Сделана попытка определить причины настоящего состояния студенческого спорта, отражены возможные пути выхода из сложившейся ситуации. Дается анализ некоторых проблем студенческого спорта и отношения к физической культуре и спорту современной молодежи, а также отражается общая ситуация в отрасли.

Some aspects influencing the development of physical training and sports in the youth environment are considered in the article. An attempt to define the reason of the present condition of students' sports is made, possible ways of improving the current situation are reflected. The analysis of some problems of students' sports and the modern youth's attitude to physical training and sports is given; the general situation in the sphere is reflected as well.

**Ключевые слова:** молодежь, спорт, студенты, физическая культура, физическое воспитание, физкультурно-спортивная активность.

**Keywords:** youth, sports, students, physical culture, physical education, fitness and sports activities.

Меняющиеся социально-политические и экономические условия развития России оказывают существенное воздействие на все стороны общественной жизни населения, включая сферу физической культуры и спорта. Политические преобразования, экономическая нестабильность и обилие нерешенных социальных вопросов, возникшие в период глобальной перестройки в стране, отодвинули проблемы физической культуры и спорта на второй план. Вследствие слабого финансирования резко сократилось число спортивных секций и кружков, многие досуговые физкультурно-спортивные учреждения прекратили свое существование или вынуждены были перейти на хозрасчет и самофинансирование, что привело к изменению условий их существования, они вынуждены устанавливать плату за обучение или пользование инвентарем.

К 1993 году в России сформировался новый политический строй. Однако за несколько лет «переходного периода» многие механизмы социальной политики, созданные в «советский период» были нарушены, а новые не были сформированы.

Студенческий и молодежный спорт оказались в критической ситуации. Резкое уменьшение государственного финансирования студенческого спорта высших достижений в 1991 – 1993 годах привело не только к закономерному «провалу» российской сборной на Универсиаде 1993 году (27 командное место), но и поставило под угрозу перспективы существования всей системы профессионального физкультурного образования, которая в советский период считалась, до 1990 года, самой эффективной в мире.

В октябре 1993 года руководители профессионального спортивного образования объединяются в общественную организацию – «Российский студенческий спортивный союз», основной целью которой становится развитие спорта на базе физкультурных вузов и подготовка российских студенческих сборных

к участию в официальных международных спортивных соревнованиях.

Фундамент здоровья и положительного отношения к физической культуре закладывается в детские годы, а ухудшающееся здоровье молодого поколения диктует необходимость заняться этой проблемой безотлагательно. Основные усилия должны быть направлены на: повышение ответственности родителей за здоровье детей; поиск и рациональное использование целевых и спонсорских финансовых возможностей в интересах развития детского и молодежного спорта; совершенствование программно-методического и организационного обеспечения физического воспитания в учебных заведениях; внедрение новых эффективных форм организации занятий; создание индустрии недорогих, но практичных и гигиеничных товаров и тренажеров для занятий физической культурой; массовое издание популярной литературы, видеокассет и компьютерных программ; создание при образовательных учреждениях комплексных физкультурно-спортивных центров, включающих спортивный зал, бассейн, плоскостные сооружения.

Основное внимание по реализации и развитию физического воспитания необходимо направить на совершенствование разнообразных форм занятий: урочных; дополнительных (факультативных) занятий, в том числе с учащимися, имеющими отклонения в состоянии здоровья; физкультурно-оздоровительных мероприятий в режиме дня; внеклассных, внеакадемических форм занятий (спортивных секций, занятий в спортивных школах, самостоятельных занятий); спортивно-массовых и физкультурно-оздоровительных мероприятий.

В решении проблем вовлечения в активные занятия физической культурой детей и молодежи особое внимание необходимо обратить на проведение детьми досуга совместно с родителями. Решение проблемы семейного активного отдыха является одним из приоритетных направлений в области физического вос-

питания. К организации досуговой деятельности следует более активно привлекать профсоюзные, молодежные и женские общественные объединения.

Принятая Госкомспортом России и Минобразованием России федеральная целевая программа «Физическое воспитание и оздоровление детей, подростков и молодежи в Российской Федерации (2002 – 2006 годы)» придала определенный импульс в развитии физической культуры среди молодежи и студенчества. Это мощный импульс развития разветвленной сети физкультурно-оздоровительных и спортивных клубов, центров для работы с детьми и подростками по месту жительства, который позволил вовлечь в движение миллионы детей ежегодно, что положительно сказалось на уменьшении детской преступности и потреблении наркотических средств [6].

Конкретные направления и организационные формы использования массовых оздоровительных, физкультурных и спортивных мероприятий в условиях средних и высших учебных заведений зависят от пола, возраста, состояния здоровья, уровня физической и спортивной подготовленности занимающихся, а также от имеющейся спортивной базы, традиций вуза и других условий.

Массовые оздоровительные, физкультурные и спортивные мероприятия направлены на широкое привлечение студенческой молодежи к регулярным занятиям физической культурой и спортом, на укрепление здоровья, совершенствование физической и спортивной подготовленности студентов. Они организуются в свободное от учебных занятий время, в выходные и праздничные дни, в оздоровительно-спортивных лагерях, во время учебных практик, лагерных сборов, в студенческих строительных отрядах.

Исследования отечественных и зарубежных специалистов свидетельствуют о том, что средства физической культуры и спорта обладают универсальной способностью в комплексе решать проблемы повышения уровня психического и физического здоровья населения, воспитания и образования детей, подростков и молодежи, а также формировать здоровый морально-психологический климат в обществе. Всемирно признано, что занятия физической культурой и спортом являются не только превентивным средством поддержания и укрепления здоровья, профилактики различных заболеваний и вредных привычек (16 % студентов отмечают, что хотят избавиться от вредных привычек), а также основой здорового образа жизни людей [2, 3].

В отличие от других форм досуговой деятельности, как отмечают В. И. Дубровский, Ю. П. Лисицин, спорт помимо интеллектуальной и психоэмоциональной составляющей имеет физическую и тем самым является более сильным средством воздействия на растущий организм. Существенную роль в приобщении молодежи к физкультурно-спортивной деятельности играют те мотивы, которые вызывают своеобразное чувство удовлетворения от проявления мышечной активности, эстетическое наслаждение красотой, точностью, ловкостью своих движений, стремление проявить себя смелым и решительным при выполнении сложных спортивных упражнений, а также добиться конкретных результатов, доказать

свое мастерство, стать сильным, крепким, здоровым [2, 3].

Значимым направлением реализации стратегии первичной профилактической физкультурно-спортивной деятельности должно стать формирование спортивного стиля жизни [4]. Средства массовой информации обладают огромными возможностями целенаправленно и систематически формировать привлекательный образ мира спорта, систему ценностей здорового образа жизни.

В результате исследования был установлен достаточно высокий уровень вербального интереса студентов к занятиям физической культурой и спортом. Выяснилось, что в своем большинстве студенты положительно относятся к необходимости занятий физической культурой и спортом. Так 91,9 % считают такие занятия необходимыми, 6,2 % относятся к ним безразлично и лишь 1,9 % полагают, что в этих занятиях нет необходимости.

В процессе опроса студентов выяснилось, что учебные занятия в вузах вполне устраивают только 28,1 % студентов, из них 30,6 % юношей и 25,9 % девушек. Безразличное отношение к этим занятиям у 11,2 % студентов.

В исследованиях А. Н. Дубенцова (Белгородский государственный технологический университет) отмечается, что среди опрошенных студентов постоянно занимаются физкультурой и спортом 40,3 %, от случая к случаю – 35,3 %, совсем не занимаются 24,4 %. Аналогичный опрос проведенный нами в 2012 году показывает, что постоянно занимаются физкультурой и спортом 45 % студентов, от случая к случаю – 18 % и совсем не занимаются – 21 %. В качестве основной причины своей низкой физкультурно-спортивной активности респонденты указали отсутствие свободного времени 54,7 % (по нашим данным – 27 %), условий для занятий 28,4 % (8 %) и лишь 16,9 % (19,8 %) сослались на отсутствие желания.

Правильный учет интересов и целевых установок имеет важнейшее значение для развития физкультурно-спортивной активности студентов вузов в новых социально-экономических условиях. Это позволит в конечном результате более комплексно и целенаправленно решать вопросы укрепления здоровья, повышения физической подготовленности, двигательной активности и внедрения физической культуры в образ жизни молодежи [1, с. 213 – 214].

Здоровье человека и нации в целом – это величайшая человеческая ценность. По утверждению многих ученых, хорошее здоровье – основное условие для выполнения человеком его биологических функций [7].

На протяжении последних десятилетий вместо коренной модернизации системы повышения человеческого потенциала в соответствии с требованиями современной жизни осуществлялись лишь косметические преобразования. Для создания общенациональной модели физкультурно-спортивного движения, решения проблем укрепления физического здоровья людей необходима единая стратегия действий различных министерств и ведомств, общественных организаций, финансово-промышленных объединений,

компаний, коммерческих структур, ученых и специалистов. Эта стратегия (стратегия развития физической культуры и спорта до 2020 года) направлена на создание максимально благоприятных условий для оздоровления граждан России в трудовых коллективах, в образовательных учреждениях, по месту жительства, в местах отдыха.

В стратегии развития физической культуры и спорта до 2020 года отражены приоритетные направления в физическом воспитании учащихся и студентов. К ним относятся:

- создание в образовательных учреждениях условий, содействующих сохранению и укреплению физического и психического здоровья воспитанников и обучающихся, профилактике социально-негативных явлений средствами физической культуры и спорта;

- поиск новых привлекательных форм, методов и средств организации физкультурно-спортивных занятий, в том числе в каникулярное время, призванных обеспечить укрепление здоровья и повышение физической подготовленности школьников и студентов;

- создание условий функционирования спортивных клубов и спортивных команд на базе общеобразовательных учреждений, учреждений дополнительного образования детей, начального, среднего и высшего профессионального образования;

- создание многоуровневой и разновариантной системы физкультурных и спортивных мероприятий для спортивных команд образовательных учреждений;

- проведение всероссийских смотров физической подготовки граждан допризывного и призывного возрастов к военной службе;

- укрепление материально-технической базы, обеспечение инвентарем и оборудованием образовательных учреждений, а также квалифицированными педагогическими кадрами [8].

Физическая культура и спорт широко используются для укрепления здоровья, физического развития и подготовленности человека в современном обществе. Фактически физическая культура и спорт необходимы для социального становления молодого человека, являясь важным средством его всестороннего и гармонического развития. Значит физическая культура и ее составная часть – студенческий спорт – в структуре образовательной и профессиональной подготовки будущих бакалавров и специалистов выступают не только в роли учебной гуманитарной дисциплины, но и как средство направленного развития целостной личности.

Без привлечения к массовому спорту детей, подростков и молодежи невозможна эффективная модернизация государства и общества. Спорт тесно связан с продолжением человеческого рода, здоровьем подрастающих поколений, формированием патриотических настроений, духовностью народа, успехами в экономическом развитии.

Формирование здорового образа жизни становится важнейшим направлением политики в области физической культуры и спорта. При этом основой пропаганды здорового образа жизни должно стать, наряду с информированием о вреде низкой физической активности, нерационального и несбалансированного питания, потребления алкоголя, табака, наркотических и токсических веществ, обучение навыкам по соблюдению правил гигиены и режима труда, учебы, режима и структуры питания, реализации рационального двигательного режима.

Одной из наиболее острых проблем на данный момент является отсутствие у большинства граждан страны понимания необходимости укреплять свое здоровье и заинтересованности в регулярных занятиях физической культурой и спортом.

Эти проблемы взаимосвязаны и во многом стали следствием низкой информированности граждан, в том числе о возможностях физической культуры и спорта, в решении многих проблем как развития и формирования личности, так и в решении общенациональных проблем. И это притом, что на сегодняшний день в России существует множество теле- и радиоканалов, печатных и электронных изданий, но эффективность СМИ с точки зрения привлечения людей к занятиям физической культурой, спортом, в формировании здорового образа жизни крайне мала [8].

Проблему формирования здорового образа жизни надо рассматривать комплексно, решать программными методами на федеральном уровне, силами многих министерств и ведомств, согласовывая с приоритетами и целями социально-экономического развития Российской Федерации, направлениями структурной научно-технической политики, прогнозами развития общегосударственных потребностей и финансовых ресурсов, а также результатами анализа экономического, социального и экологического состояния страны [5, с. 12 – 16].

## Литература

1. Григорьева, В. Н. Состояние здоровья студенток как социальная проблема / В. Н. Григорьева // На пути к гражданскому обществу: проблемы молодежи XXI века: материалы Междунар. науч. конф. – СПб.: СПбГУЭФ, 2003.
2. Дубровский, В. И. Валеология. Здоровый образ жизни / В. И. Дубровский. – М., 2001.
3. Лисицин, Ю. П. Общественное здоровье и здравоохранение / Ю. П. Лисицин. – М., 2002.
4. Концепция профилактики наркомании среди детей, подростков и молодежи средствами физической культуры / А. Т. Паршиков, П. А. Виноградов, В. П. Моченов [и др.]. – М., 2002.
5. Рожков, П. А. Развитие физической культуры и спорта в современном мире: организационно-управленческие, финансовые и нормативно-правовые проблемы / П. А. Рожков. – М.: Советский спорт, 2002.
6. Сирота, Н. А. Теоретические, методологические и практические основы альтернативной употреблению наркотиков активности несовершеннолетних и молодежи / Н. А. Сирота, В. М. Ялтонский. – М., 2004.
7. Буянов, В. Н. Физическая культура и спорт (лекционный курс для студентов I – III курсов): учебное пособие / В. Н. Буянов, И. В. Переверзева. – Ульяновск: УлГТУ, 2011. – 310 с.

8. Стратегия развития физической культуры и спорта до 2020 года. – Полный текст «Стратегии развития физкультуры и спорта в Российской Федерации до 2020 года!» – М., 2009. – Режим доступа: <http://www.allsportinfo.ru/index>

**Информация об авторе:**

*Лапочкин Сергей Владимирович* – кандидат психологических наук, декан АФКСиТ; Набережночелнинский филиал Поволжской государственной академии физической культуры, спорта и туризма, г. Набережные Челны; 8(8552) 71-21-17, 89196282516; [afksit-2012@mail.ru](mailto:afksit-2012@mail.ru).

*Sergey V. Lapochkin* – Candidate of Psychology, Dean, Naberezhnye Chelny branch of Volga Region State Academy of Physical Culture, Sport and Tourism.