

ВЛИЯНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА НА ЖИЗНЬ МОЛОДОГО ПОКОЛЕНИЯ

А. А. Гареев, А. И. Салмова

*Казанский национальный исследовательский технический университет
имени А. Н. Туполева –КАИ, Казань, Россия
email: nastia_billard@inbox.ru*

В последнее время ряд государственных программ направлен на популяризацию и развитие физической культуры и спорта среди населения, в частности среди детей и молодежи. Это оправдано, так как занятия спортом в раннем детстве делает детей здоровыми, энергичными, развивает в них харизму и умение ставить перед собой цели и систематически добиваться их.

Recently, a number of state programs aimed at promoting and developing physical culture and sports among the population, in particular among children and young people. This is justified as playing sports in his early childhood makes children healthy, energetic, and develops in them the charisma and the ability to set goals and systematically achieve them.

Ключевые слова: спорт; физическая культура; здоровый образ жизни; тренировки.

Keywords: sport; physical culture; healthy lifestyle; training.

Введение. Для многих людей вопрос здоровья, энергии и бодрости духа всегда занимает важное место в их жизни. В большей степени данные качества могут развить систематические занятия физическими упражнениями и спортом. В условиях современного времени, все вышеперечисленные черты характера очень важны для подрастающего поколения. Исходя из этого - ценностное отношение к здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом эффективнее формируется в детско-юношеском возрасте [1].

Цель статьи изучить влияние физической культуры и спорта на формирование личности подрастающего поколения.

Методы и организация исследования. В данной статье использовались качественные методы социологического исследования в форме экспертного интервью со специалистами в области физической культуры и спорта и контент анализ интернет блогов.

Согласно федеральной целевой программе «Развитие физической культуры» количество людей, регулярно занимающихся физической культурой и спортом, по плану на 2016 г. должно было составить 30 %, количество студентов и обучающихся – 60 %, а фактически эти цифры составили – 31,7 % и 68,9 % соответственно [2]. В соответствии с планом данной программы, количество обучающихся и студентов, систематически занимающихся физической культурой и спортом, к 2020 г. должно составить до 80 % от общей численности данной категории населения. В связи с этим, перед специалистами, работающими в сфере физического воспитания и спорта, стоит задача формирования культуры здорового образа жизни у отдельных взятых личностей [1, 3].

В ходе нашего интервью с тренерами было задано несколько вопросов, касающихся пользы и популяризации спорта для подрастающего поколения. Все респонденты сошлись во мнении, что нужно разграничивать понятия физической культуры и профессионального спорта. Так как профессиональный спорт на стадии спортивной карьеры сопровождается травмами и хроническими заболеваниями. Физическая культура и спорт на любительском уровне – это, прежде всего, здоровье, положительная энергия и сила воли. Занятия спортом дисциплинируют, а это очень важно для достижения любых целей, будь то это спортивные достижения, продвижение по карьерной лестнице или успех в повседневных делах. Также специалисты дали четко понять, что очень важно привить любовь к спорту с раннего детства. Каждый родитель, в первую очередь, должен показывать личным примером, также занимаясь спортом, с ребенком должны проводиться разъяснительные беседы о важности занятий спортом, о том, чем спорт полезен. Все это очень важно для формирования личности подрастающего поколения. В настоящее время в нашей стране существует большое количество социально-спортивных программ, благодаря которым, все люди, не зависимо от возраста, здоровья и социального положения, могут заниматься спортом и оздоровительной физкультурой. В парках и скверах устанавливаются тренажеры и строят спортивные площадки. Благодаря таким социально-спортивным программам спорт стал доступным для каждого человека.

В ходе контент-анализ блогосферы нами было обнаружено, что многие из людей, достигших что-то в своей профессиональной сфере, любят спорт и считают его неотъемлемой частью их жизни. Например, президент РФ, Владимир Владимирович Путин своим примером говорит о пользе и важности занятий спортом. Российский актер драматического театра и кино Безруков Сергей Витальевич также всячески поддерживает здоровый образ жизни, во многом благодаря занятиям спортом. Мультимиллионер, бизнесмен и предприниматель Оскар Хартманн ведет свой спортивный блог, часто ссылается на то, что спорт ему помогает в достижении успехов в бизнесе и повседневной жизни.

Выводы. Занятия спортом должны проходить нитью через всю жизнь современного человека, дисциплинируя его и помогая достигать поставленных целей. Необходимо прививать любовь к спорту, начиная с детско-юношеского возраста, приводя ребенка в секции и спортивные школы.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЕ ССЫЛКИ

1. *Королев Г. Н., Салмова А. И.* Роль самостоятельных занятий физическими упражнениями и спортом в процессе формирования культуры здорового образа жизни студентов КНИТУ–КАИ им. А. Н. Туполева // Проблемы современного педагогического образования. 2017, № 5. С. 141–148.
2. Доклад о результатах работы в 2015 г. и основных направлениях деятельности Министерства спорта Российской Федерации на 2016–2018 гг. / Режим доступа: <http://minsport.gov.ru/press-centre/speeches/28895>
3. *Королев Г. Н., Смоляров А. И.* Влияние физической культуры на формирование личности студента // Физическое воспитание и студенческий спорт глазами студентов : материалы Всерос. науч.-практ. конф. с междунар. участием. Казань, 2015. С. 84–85.