

Нельзя не акцентировать внимание и на том, что физическая культура оказывает влияние на духовную сферу. Телесная красота во все века ценилась, как одна из эстетических ценностей, свидетелем этому выступают поэмы, картины и другие произведения искусства.

Таким образом, из всего вышесказанного можно сделать вывод, о том, что, несмотря на многие отрицательные экономические факторы, которые препятствуют занятию спортом и физической культурой, существует и масса положительных социальных факторов, которые доказывают, что занятие спортом и активная жизнь просто необходимы современному человеку.

Одной из главных задач государственной политики является создание всех необходимых условий для того, чтобы осуществлялся рост благосостояния населения Российской Федерации. Но и не стоит умалять значение выполнения задач по обеспечению национальной идентичности и долгосрочной социальной стабильности. Ведь поддержание физической активности на оптимальном уровне в жизни каждого гражданина нашей страны – является существенным фактором, который и определяет здоровье населения, так что эта проблема может быть решена путем реализации комплексных целевых программ.

#### *Список литературы*

1. Братановский С.Н. Государственное управление физической культурой и спортом: учебник. – Саратов, 2009. – 362 с.
2. Сапегина Т.А. Сохранение и укрепление здоровья как важный фактор профессиональной успешности бакалавра / Проблемы современного педагогического образования. 2018. № 58-3. С.235-238.

**Зайцева А.С., Ханевская Г.В.**

Российский государственный профессионально-педагогический университет,  
г. Екатеринбург

#### **Привлечение учащейся молодежи к сохранению своего здоровья**

Обеспечение эффективной адаптации студента к образовательному процессу в вузе и подготовка квалифицированных кадров с высокой работоспособностью одна из важнейших задач, стоящих перед учебным

заведением. Воспитательный процесс физкультурно-спортивной деятельности является оптимальным для формирования, нормализации и развития личности студента.

Будущее в руках молодёжи. Что будет через 10-20 лет? Миром будет править нынешняя молодёжь: выпускники школ, студенты колледжей и вузов. Но за то, каким будет наше будущее сейчас отвечает нынешнее «правительство», те люди, которые обучают молодое поколение. От тех знаний и умений, которые вкладываются в головы пока ещё неразумных учеников зависит наш прогресс. Но помимо этого есть не менее значимый фактор – это здоровье. Успешную подготовку квалифицированных кадров, обеспечивающую устойчивость экономического развития, нельзя представить без сохранения и укрепления здоровья.

Как бы нам не хотелось видеть будущее светлым, статистика показывает, что количество молодежи, которое можно назвать здоровыми сократилось. Таким образом, в первую группу здоровья, к которой относятся полностью здоровые, попадают только 8-13% обследованных, в третьей группе, то есть те, кто имеет хронические заболевания (заболевания пищеварительной, нервной системы, нарушением обмена веществ и т.п.) оказывается более половины.

В высших учебных заведениях физическая культура представлена в виде дисциплины – одного из важнейших компонентов целостного развития личности. Физическая культура, являются составной частью всего периода подготовки специалистов. В период обучения, распорядок студента складывается так, что у него не остается времени на физические занятия, занятие спортом. В основном он проводит время в сидячем положении – учебные занятия, выполнение домашних заданий и т.д. В среднем человек, получающий высшее образование очной формы обучения проводит сидя 6 часов в день и это только непосредственно в стенах вуза. Именно поэтому проведение оздоровительной программы в учебном заведении имеет такое большое значение.

Ориентированные на укрепление здоровья занятия физической культурой учитывают индивидуальные показатели физической подготовленности,

показатели здоровья, возраст, пол. Занятия проводятся в залах, на стадионах, в бассейнах, на катках, используется специальный инвентарь и различные методики. Таким образом, занятия физической культурой в учебное время обеспечивают базовый объем двигательной активности студентов вуза.

Не смотря на все достоинства такой дисциплины, как физическая культура, нельзя сказать, что пары часов в неделю будет достаточно для успешного развития физических показателей на высоком уровне. Физическая культура в вузах скорее позволяет студенту поддерживать себя в тонусе, но не развивать свои способности.

Что же делать тем, кто не желает ограничиваться просто неплохой формой? Зачастую такие люди сталкиваются с проблемой отсутствия возможностей. Пожалуй, это самое обидное, когда человек хочет, но не может позволить себе повышать уровень своей физической подготовки, а, следовательно, и здоровья. Для занятий спортом необходим тренажерный зал, инвентарь, но в вузах не предоставляется свободное посещение залов, чаще всего возможность тренировок имеют те, кто входит в какие-то спортивные секции, но не все желают заниматься каким-то определённым видом спортом, да и выбор секций зачастую бывает не слишком велик. Существование большого количества различных фитнес клубов и спортивных залов, нельзя считать выходом из ситуации, ведь за всё нужно платить, а дешевым это удовольствие назвать нельзя, если посмотреть примерную стоимость посещения тренажерного зала, то в среднем сумма оказывается в районе трех тысяч рублей за фитнес-абонемент на месяц. Студента нельзя назвать состоятельным гражданином, и большинство не может себе позволить такие траты на фитнес зал [1].

Многочисленные опросы, целью которых было выяснения статистики популярности физической активности и причин данных показателей, показали, что для большинства молодых людей отсутствие возможностей является решающей помехой для занятий своим физическим развитием. Часть студентов находят себя в спортивных секциях своего вуза. Большая часть студентов

сообщила об отсутствии дополнительных спортивных занятий, большинство ответов было связано с отсутствием направлений спорта, которые могли бы заинтересовать и невозможностью подстроиться под график секций из-за плотного учебного графика. Так же большинство опрошенных заявили, что если бы они имели возможность посещения тренажерного зала бесплатно, либо большего выбора спортивных секций, они бы этим воспользовались. Желания о видах спортивных секций были различные, можно назвать такие виды занятий, как плавание, теннис, хореография, волейбол, спортивное ориентирование [2].

Из выше изложенного можно сделать вывод, что пути привлечения учащейся молодежи к физическому развитию найти не так уж и сложно.

Создание больших направлений в спортивных секциях является эффективным вариантом для привлечения учащейся молодежи, желающей развиваться в каком-либо направлении спорта. Таким образом человек выбравший «свое», то к чему он предрасположен, сможет добиться хороших успехов. Привлечение к физической активности и улучшения состояния здоровья молодежи, должно являться приоритетом для государства.

#### *Список литературы*

1. Вайнер, Э. Н. Социальные аспекты здоровья и здорового образа жизни // Э. Н. Вайнер // Валеология. – 2008. – № 3. – С. 13-14.
2. Меерманова И.Б., Койгельдинова Ш.С., Ибраев С.А. Состояние здоровья студентов, обучающихся в высших учебных заведениях // Международный журнал прикладных и фундаментальных исследований. – 2017. – № 2-2. – С. 193-197.

**Зензина А.А.**

Уральский государственный университет путей сообщения,  
г. Екатеринбург

#### **Социально-экономические проблемы современного спорта**

Во современном мире все большее внимание уделяется спорту и физической деятельности в целом. Спорт – это одна из социально-культурных сфер, в рамках которой возможны решения социально-экономических проблем. Его значимость в России выражается в его финансировании, а также в