

**УДК: 796**

*Халатян Б.В., студент,  
3 курс, Институт финансов, экономики и управления,  
Тольяттинский государственный университет,  
Тольятти (Россия)  
Научный руководитель: Пономарева Н.И.  
Старший преподаватель кафедры «Физическое воспитание»,  
Тольяттинский государственный университет,  
Тольятти (Россия)*

**ФИЗКУЛЬТУРА И ЗДОРОВЬЕ БУДУЩИХ ПОКОЛЕНИЙ:  
ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ  
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СРЕДИ МОЛОДЕЖИ**

*Аннотация: Данная статья рассматривает перспективы развития физкультурно-спортивной деятельности среди молодежи в контексте физкультуры и здоровья будущих поколений. В статье анализируются актуальные вопросы и проблемы, связанные с физической активностью молодежи, а также рассматриваются инновационные технологии и роль государства в этом.*

*Ключевые слова: физкультура, спорт, спорт среди молодежи, перспективы физкультуры и спорта, здоровье будущих поколений, инновационные технологии в спорте, роль государства в популяризации спорта*

*Khalatyan B.V., student,  
3<sup>rd</sup> year, Institute of Finance, Economics and Management,  
Togliatti State University,  
Togliatti (Russia)  
Scientific adviser: Ponomareva N.I.*

*Senior Lecturer of the Department of Physical Education*

*Togliatti State University,*

*Togliatti (Russia)*

**PHYSICAL EDUCATION AND HEALTH OF FUTURE  
GENERATIONS: PROSPECTS FOR DEVELOPMENT OF PHYSICAL  
CULTURE AND SPORTS ACTIVITY AMONG YOUTH**

*Resume: This article examines the prospects of development of physical activity among young people in the context of physical education and health of future generations. The article analyzes the current issues and problems associated with physical activity among young people, as well as examines innovative technology and the role of the state in this.*

*Key words: physical education, sport, sport among youth, prospects of physical education and sport, health of future generations, innovative technologies in sport, the role of the state in the popularization of sport*

**ЗНАЧЕНИЕ СПОРТА ДЛЯ МОЛОДЕЖИ**

Физкультура и спорт имеют огромное значение для здоровья молодежи. Регулярные занятия спортом способствуют поддержанию физического и психического здоровья, формированию здорового образа жизни и профилактике многих заболеваний. Физическая активность улучшает работу сердечно-сосудистой, дыхательной, мышечной и других систем организма, способствует развитию физических качеств, таких как выносливость, сила, гибкость и координация движений. Кроме того, занятия физкультурой способствуют развитию социальных навыков, таких как коммуникация, сотрудничество, лидерство, а также формированию ценностей здоровья, дисциплины и упорства.

## **ТЕНДЕНЦИИ И СТАТИСТИКА ПО УРОВНЮ УЧАСТИЯ МОЛОДЕЖИ В ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В РОССИИ**

Уровень участия молодежи в физкультурно-спортивной деятельности в России является одной из важных социальных тенденций последних лет. Согласно заявлению бывшего вице-премьера РФ, Ольги Голодец, на состояние 2018 года более половины молодых Россиян так или иначе регулярно занимались спортом, а вообще никогда не занимались — всего около 13%.

Кроме того, статистика также указывает на рост популярности спортивных мероприятий среди молодежи. Например, количество участников и интересующихся в массовых спортивных мероприятиях, таких как «Лыжня России», «Кросс Наций», «Гонка Героев» и другие подобные мероприятия, значительно выросло. По заявлению Министра спорта РФ, Олега Матыцина, за период с 2016 по 2022 годы почти на 40% увеличилось общее число жителей страны, которые систематически занимаются спортом.

### **ФАКТОРЫ, ВЛИЯЮЩИЕ НА УРОВЕНЬ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ МОЛОДЕЖИ**

- **Социокультурные**

Культурные традиции, социальные нормы, экономическое положение и образовательный уровень — все это влияет на уровень физической активности молодежи. Например, отсутствие культуры здорового образа жизни, низкий уровень физической активности среди окружения и ограниченный доступ к спортивным сооружениям могут оказывать отрицательное влияние.

Для улучшения ситуации необходимо создать поддерживающую социальнокультурную среду, включающую популяризацию здорового образа жизни, увеличить количество проводимых спортивных мероприятий и обеспечить доступность спортивных сооружений. Тенденция в России положительная — за последние пять лет количество спортивных сооружений в стране увеличилось более чем на 55 тысяч, из которых 73% находятся в муниципальной собственности.

- **Образовательные**

Высокий уровень учебной и внеучебной нагрузки, нехватка времени и ресурсов на физическую активность, а также недостаток знаний о важности и преимуществах физической активности могут снижать уровень участия молодежи в физкультурно-спортивной деятельности.

Для улучшения ситуации необходимо проводить информационные кампании, обучение о важности физической активности, а также организацию дополнительных учебно-спортивных мероприятий и занятий. Несмотря на отсутствие точной информации, стоит отметить, что Павел Колобков, бывший Министр спорта РФ, в 2018 году сообщал о двухкратном увеличении спортивных проектов, реализуемых за счет государственно-частного партнерства по всей стране.

- **Технологические**

Быстрое развитие технологий и доступ к электронным развлечениям может приводить к снижению физической активности среди молодежи. Длительное время, проводимое за экранами, ведет к

«пассивному» образу жизни и почти полному отсутствию желания заниматься физкультурой.

Ситуация, однако, поправимая — нужно активно пропагандировать положительные стороны занятий спортом, в том числе связывая спорт с современными технологиями. Специальные приложения для телефонов, онлайн-платформы для отслеживания физической активности и другой подобный контент может заинтересовать «домоседов» приобщиться к спорту.

### **ИННОВАЦИОННЫЕ ПОДХОДЫ И ТЕХНОЛОГИИ, СПОСОБСТВУЮЩИЕ УВЕЛИЧЕНИЮ УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ СРЕДИ МОЛОДЕЖИ**

В предыдущем абзаце мной были затронуты специальные приложения, которые могут повысить вовлеченность молодого населения к занятиям спортом. Хочется отметить, что инновационные подходы могут предложить новые решения для увеличения уровня физической активности среди молодежи. И они могут быть совершенно разными:

- **Мобильные приложения.** Интерактивные тренировки, индивидуальные планы, мотивационные программы и отслеживание прогресса.
- **Виртуальная реальность.** Иммерсивные тренировочные среды, которые превращают занятия спортом не только в особый соревновательный вид «развлечения», но и в особенный никогда ранее не виданный опыт.
- **Социальные сети.** Онлайн-платформы, позволяющие молодежи объединяться в сообщества, находить единомышленников, делиться достижениями и участвовать в онлайн-тренировках, а также организовывать совместные встречи.

## **РОЛЬ ГОСУДАРСТВА**

Роль государства и других заинтересованных сторон в развитии физкультуры и спорта среди молодежи включает создание и реализацию государственных программ, поддержку физкультурно-спортивной инфраструктуры, организацию соревнований и массовых мероприятий, информационно-просветительскую работу, спонсорскую поддержку и другие функции.

Образовательные учреждения также имеют важное значение в развитии спорта среди молодежи. Они могут предлагать специализированные программы, организовывать дополнительные занятия по физической культуре вне учебного процесса, развивать спортивные секции и клубы, повышая желание «стать лучшим» среди студентов.

## **ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

Физкультура и спорт имеют важное значение для здоровья молодежи. И, хотя наблюдается положительная статистика во многих аспектах, стоит отметить, что впереди еще много целей, которые нужно реализовывать. Инновационные подходы и технологии, улучшение доступности и разнообразия спортивных мероприятий, а также пропаганда здорового образа жизни со стороны государства может увеличить количество заинтересованных в спорте подростков еще больше, ведь это важнейший фактор формирования здорового образа жизни и поддержания физического и психологического благополучия будущих поколений.

### **Список используемой литературы:**

1. [Электронный ресурс] <https://tass.ru/>

2. [Электронный ресурс] <http://www.minsport.gov.ru/>
3. [Электронный ресурс] <http://kremlin.ru/>
4. Корбукова Н.А. Развитие массового спорта в современной России и популяризация здорового образа жизни // Образование и наука в современных условиях
5. Ерохина Н.А., Черевик Н.Н. Актуальные проблемы здоровья и организация здорового образа жизни молодежи