

Гусева Анна Николаевна

студентка

Институт филологии, журналистики

и межкультурной коммуникации

ФГАОУ ВО «Южный федеральный университет»

г. Ростов-на-Дону, Ростовская область

Лобанова Елена Николаевна

старший преподаватель

Академия физической культуры и спорта

ФГАОУ ВО «Южный федеральный университет»

г. Ростов-на-Дону, Ростовская область

ПОПУЛЯРИЗАЦИЯ СПОРТА В РОССИИ СРЕДИ МОЛОДОГО ПОКОЛЕНИЯ

***Аннотация:** в статье рассмотрена проблема распространения спорта в современной России среди людей в возрасте от 15 до 30 лет, описаны способы привлечения молодого поколения к спортивным секциям, затронута тема видов деятельности, которые влияют негативно на состояние людей. Дан ответ на вопрос, почему так важно поддерживать физическую форму*

***Ключевые слова:** общая физическая подготовка, астенопия, физическое воспитание, средства массовой информации.*

В настоящее время проблема распространения спорта среди молодежи стоит особенно остро. Молодые люди (от 15 до 30 лет) находят себе развлечения, которые не просто не влияют на улучшение физической формы, а даже ухудшают ее.

Например, после проведения человеком большей части времени в образовательном учреждении или на работе, придя домой, в качестве досуга он выбирает игры за компьютером или общение с друзьями в сети Интернет. Такое времяпрепровождения сказывается абсолютно негативно на здоровье и общем состоянии человека.

Существует такой термин как астенопия, обозначающий быстрое утомление глаз во время продолжительного их напряжения. Это может проявляться по многим причинам: длительное чтение, просмотр телевизора, недостаточное освещение рабочего места, продолжительная работа с какими-либо гаджетами и т. д. Если игнорировать такие симптомы как расплывчивость изображения, сухость в глазах или, наоборот, их слезливость и т. п., то в итоге это приведет к потере зрения.

Также подобные занятия ведут за собой ряд других проблем. Например, сколиоз или остеохондроз. Чтобы избежать их, человеку следует уделять внимание не только своему умственному развитию, но и физическому. Однако с каждым годом увлечение спортом уменьшается.

Во время проведения Олимпиады в Сочи в 2014 году стало заметно резкое увеличение интереса людей к спорту. Это обусловлено так называемым внедрением в народ духа патриотизма посредством СМИ. То есть, наблюдая за выступлениями спортсменов всего мира, представитель молодого поколения невольно начинает интересоваться данным видом спорта и, скорее всего, даже сам захочет заняться чем-то подобным.

Таким образом, можно сделать вывод о том, что средства массовой информации являются одним из основных способов привлечения поколения к спорту. Поэтому стоит делать как можно больше репортажей о тех или иных спортивных событиях, проводимых в той или иной области, стараясь таким образом приобщить как можно больше человек.

Для привлечения молодого поколения также следует:

1. Изменить методики преподавания физкультуры в школах и учреждениях среднего профессионального и высшего образования.
2. Создать бесплатные спортивные секции (для подростков от 15 до 17 лет).
3. Построить спортивные площадки в наибольшем количестве районов.
4. Привлекать молодежь при помощи призового фонда.
5. Делать скидки на участие в кружках и спортивных секциях (людям от 18 до 30 лет).

6. Устраивать встречи со спортивными деятелями.

7. Организовывать спортивные мероприятия, которые можно посетить либо бесплатно (подростки до 18 лет), либо со скидкой.

8. Организовывать флэш-мобы, которые оповестят о соревнованиях в данном городе или области.

Физическая культура и спорт – одна из важных составляющих в жизни каждого человека.

Список литературы

1. Бабочкин П.И. Основы работы с молодежью: Учебное пособие / П.И. Бабочкин, А.А. Козлов, Г.В. Куприянова; под ред. Т.Э. Петровой. – М.: Альфа-М, 2010.

2. Высочин Ю.В. Физическое развитие и здоровье детей / Ю.В. Высочин, В.И. Шапошникова // Физическая культура в школе. – 1999.

3. Газета «Советский спорт».