

«СПОСОБЫ ПОПУЛЯРИЗАЦИИ СПОРТА СРЕДИ СТУДЕНТОВ»

Жигмидцыренова Сарюна Вячеславовна

Санкт-Петербургский имени В.Б. Бобкова филиал Российской таможенной академии, студент первого курса экономического факультета,

e-mail: zhigmidcyrenova@outlook.com

Научный руководитель: Дудус Александр Николаевич

Санкт-Петербургский имени В.Б. Бобкова филиал Российской таможенной академии, кандидат педагогических наук, доцент,

e-mail: dudus2015@yandex.ru

Аннотация: В данной статье рассматриваются различные методы и подходы к популяризации занятий спортом среди студентов. Обсуждается значимость организации спортивных мероприятий и соревнований, создание спортивных клубов и секций, проведение специальных мероприятий, посвященных спорту, а также использование современных технологий в этом процессе. В статье подчеркивается важность формирования здорового образа жизни и развития спортивной культуры среди студентов. Перечисленные в статье методы направлены на привлечение внимания молодежи к активным видам отдыха и занятиям спортом, а также на формирование у студентов осознанного отношения к физической активности и ее влиянию на физическое и психическое здоровье.

Ключевые слова: популяризация спорта, спортивный клуб, физическая культура, спорт, здоровье.

“WAYS TO POPULARIZE SPORTS AMONG STUDENTS”

Zhigmidtsyrenova Saryuna Vyacheslavovna

V.B. Bobkov St. Petersburg Branch of the Russian Customs Academy, first year student of the Faculty of Economics,

e-mail: zhigmidcyrenova@outlook.com

Supervisor: Dudus Alexander Nikolaevich

V.B. Bobkov St. Petersburg Branch of the Russian Customs Academy, Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor,

e-mail: dudus2015@yandex.ru

Abstract: In this article different methods and approaches to popularization of sports activities among students are considered. It discusses the importance of organizing sports events and competitions, creating sports clubs and sections, holding special events dedicated to sports, as well as the use of modern technological. The article emphasizes the importance of forming a healthy lifestyle and developing sports culture among students. The methods listed in the article are aimed at attracting the attention of young people to active recreation and sports activities, as well as at the formation of students' conscious attitude to physical activity and its impact on physical and mental health.

Key words: *popularization of sports, sports club, physical culture, sports, health.*

Спорт играет важную роль в обществе, и особенно важно пропагандировать здоровый образ жизни и занятия спортом среди студенческой аудитории. Студенческая жизнь часто наполнена учебой, работой, социальными мероприятиями, и многие студенты сталкиваются с проблемой недостатка времени для занятий спортом. Однако это не должно быть поводом для игнорирования здоровья и физической активности. Наоборот, нужно активно поощрять студентов к участию в спортивных мероприятиях, чтобы помочь им сохранить здоровье и поддерживать хорошую физическую форму.

Рассматриваемая статья является актуальной и важной для общества и молодежи, поскольку способствует развитию здорового образа жизни, улучшению физического и психического здоровья, а также созданию позитивной студенческой среды.

Цель работы – исследовать различные методы и стратегии, которые могут быть использованы для повышения интереса студентов к занятиям спортом и привлечения их к активному образу жизни.

В соответствии с целью были поставлены следующие **задачи**:

1. Анализ факторов, которые влияют на отсутствие интереса студентов к занятиям спортом.
2. Исследование успешных примеров популяризации спорта среди студентов в различных образовательных учреждениях.
3. Выявление методов мотивации и стимулирования студентов для занятий спортом.

Существует несколько факторов, которые могут оказывать влияние на отсутствие интереса студентов к занятиям спортом. Одним из таких факторов может быть недостаточная мотивация со стороны студентов. Если они не видят в спорте какой-то ценности или пользы для себя, им может быть сложно заинтересоваться занятиями спортом.

Также влияние на отсутствие интереса к спорту могут оказывать физическое состояние студентов. Некоторые из них могут испытывать неприятные ощущения во время занятий спортом из-за недостаточной физической подготовки или наличия каких-то здоровенных проблем.

Другим важным фактором может быть ограниченный доступ к занятиям спортом или недоступность соответствующего оборудования. Если студентам сложно попасть на тренировку или им не хватает необходимых ресурсов для занятий спортом, то это может стать препятствием для их интереса.

Также оказывает влияние на отсутствие интереса к занятиям спортом отсутствие информированности студентов о том, как спорт может быть полезен для их здоровья и общего благополучия.

И, наконец, одним из факторов может быть недостаточная поддержка со стороны учебного заведения, отсутствие мотивации и поддержки со стороны преподавателей и администрации. Если студенты не чувствуют поддержку и понимание со стороны учебного заведения, им может быть трудно заинтересоваться занятиями спортом.

Организация спортивных мероприятий является одним из способов популяризации спорта среди студентов. Университеты могут организовывать

различные мероприятия, такие как спортивные соревнования, мастер-классы по популярным видам спорта, зумба-тренировки, фитнес-челленджи и другие мероприятия.

Мероприятия, способствующие популяризации спорта среди студентов, могут включать в себя:

1. Организацию спортивных соревнований и турниров по различным видам спорта, таким как футбол, баскетбол, волейбол, теннис, настольный теннис, бег и другие.
2. Проведение спортивных мероприятий, таких как спортивные дни, фитнес-марафоны, забеги на длинные дистанции и другие формы активности.
3. Организацию тренировочных лагерей и мастер-классов с участием профессиональных тренеров и спортсменов.
4. Проведение различных мероприятий на открытом воздухе, таких как пикники, спортивные игры и фестивали, чтобы стимулировать активный образ жизни.
5. Организацию тематических спортивных мероприятий, например, "день футбола", "день тенниса" или "день настольного тенниса", чтобы познакомить студентов с различными видами спорта.

Все эти мероприятия могут помочь студентам не только улучшить свои спортивные навыки, но и провести время в атмосфере здоровой конкуренции, поддерживая друг друга и развивая интерес к спорту.

Социальные сети и другие онлайн-ресурсы также могут быть использованы для привлечения внимания студентов к занятиям спортом. Регулярные публикации о пользе физических упражнений, мотивирующие посты, интересные фотографии и видео будут привлекать внимание студентов и мотивировать их к занятиям спортом. Также можно проводить опросы и конкурсы среди студентов для стимулирования интереса к спортивным мероприятиям.

Кроме того, важно предлагать студентам различные стимулы для занятий спортом. Скидки на абонементы в спортивные залы, акции на спортивную

одежду и обувь, бесплатные консультации специалистов по фитнесу и здоровому образу жизни могут значительно повысить интерес к занятиям спортом.

Студенческие спортивные клубы и команды также играют важную роль в популяризации спорта среди студентов. Университеты могут организовывать регулярные тренировки, соревнования между университетами, а также фан-зоны на спортивных мероприятиях. Студенты, которые вступают в студенческие спортивные команды, видят, что у них есть команда и поддержка, и это может быть мощным мотиватором для поддержания активного образа жизни.

Преимущества создания спортивных клубов включают в себя:

1. Обеспечение студентов возможностью регулярно заниматься спортом под руководством опытных тренеров.
2. Возможность участия в соревнованиях и турнирах, что стимулирует интерес к спорту и мотивирует студентов на самосовершенствование.
3. Создание дружественной и поддерживающей атмосферы для занятий спортом.
4. Формирование командной работы и сплоченности среди участников клуба.
5. Разнообразие видов спорта, позволяющее каждому студенту выбрать для себя наиболее интересную деятельность, что может помочь им проникнуться любовью к активному образу жизни.

Выявление методов мотивации и стимулирования студентов для занятий спортом включает в себя изучение и понимание того, что может мотивировать студентов к участию в спортивных мероприятиях. Некоторые из методов, которые могут быть использованы, включают в себя:

1. Создание интересных и разнообразных тренировок и занятий. Разнообразие в занятиях спортом помогает избежать монотонности и повышает уровень удовлетворенности от тренировок.

2. Предоставление доступных спортивных структур и объектов. Университеты могут предоставлять студентам доступ к спортивным объектам и сооружениям, таким как бассейны, спортивные залы, теннисные корты и т.д.

3. Организация спортивных соревнований и мероприятий. Стимулируя участие в соревнованиях и мероприятиях, можно поддерживать высокий уровень мотивации среди студентов.

4. Предоставление поощрений и наград за достижения в спорте. Это может включать в себя возможность получения стипендии за спортивные достижения, награды и призы за участие в соревнованиях.

5. Проведение мероприятий по обучению здоровому образу жизни и вовлечению студентов в спортивные программы, включая бесплатные консультации специалистов по фитнесу и здоровому образу жизни.

Использование этих методов может помочь в создании стимула для студентов, чтобы они активно участвовали в спортивных занятиях и мероприятиях.

В заключение, можно отметить, что популяризация спорта среди студентов представляет собой важную задачу, поскольку занятия спортом способствуют улучшению физического и психического здоровья молодежи, а также способствуют формированию здорового образа жизни на протяжении всей их жизни.

В настоящей статье были рассмотрены различные способы и методы, которые могут быть использованы для популяризации спорта среди студентов. Одним из ключевых аспектов является предоставление доступных и разнообразных спортивных программ и мероприятий, которые будут привлекательны для студентов различных интересов и уровней подготовки. Также важно способствовать увеличению мотивации студентов через проведение спортивных соревнований, предоставление стимулов в виде поощрений и наград, а также предлагая различные скидки и бонусы для занятий спортом.

Важно также осознавать, что популяризация спорта среди студентов требует комплексного подхода и сотрудничества со стороны образовательных учреждений, спортивных клубов, спонсоров и других заинтересованных сторон. Только совместными усилиями удастся создать условия, которые сделают участие в спорте доступным и привлекательным для студентов.

В целом, развитие спортивной культуры среди студентов имеет прямое отношение к их здоровью и общему благополучию, поэтому увеличение участия студентов в спортивных мероприятиях и занятиях спортом должно быть приоритетной целью для образовательных учреждений и общественных организаций. Систематический и сбалансированный подход, включающий различные методы мотивации и стимулирования, поможет в достижении этой цели и создании культуры здорового образа жизни среди студенческой аудитории.

Библиографический список:

1. Воронов Н.А. Влияние спортивной деятельности на становление личности человека / Н.А. Воронов // Эпоха науки. – 2018. – №15. URL: <http://eraofscience.com/EofS/Vypyski2018/15-sentjabr2018/41.pdf> (дата обращения: 17.12.2023).
2. Воронов Н.А. Физическая культура и личность // Воронов Н.А., Емельянова Л.В. Роль инноваций в трансформации современной науки. Сборник статей Международной научно-практической конференции. Ч.2.: - 2016 - С. 25-26
3. Ерошенко И.А., Низовцева Ю.Я., Долгов А.А., Тамаров И.С., Кузнецова Н.В. СПОСОБЫ ПОПУЛЯРИЗАЦИИ СПОРТА СРЕДИ СТУДЕНТОВ // Ученые записки университета Лесгафта. 2021. №5 (195). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sposoby-populyarizatsii-sporta-sredi-studentov> (дата обращения: 17.12.2023).
4. Ковалева А.И. Концепция социализации молодежи: Нормы, отклонения, социальная траектория. М., -2003, С.113
5. Колосова Е.В. Физическая культура и спорт как профилактика эмоциональных перегрузок у студентов / Е.В. Колосова // Страховские чтения. – 2020. – № 28. – С. 194–199