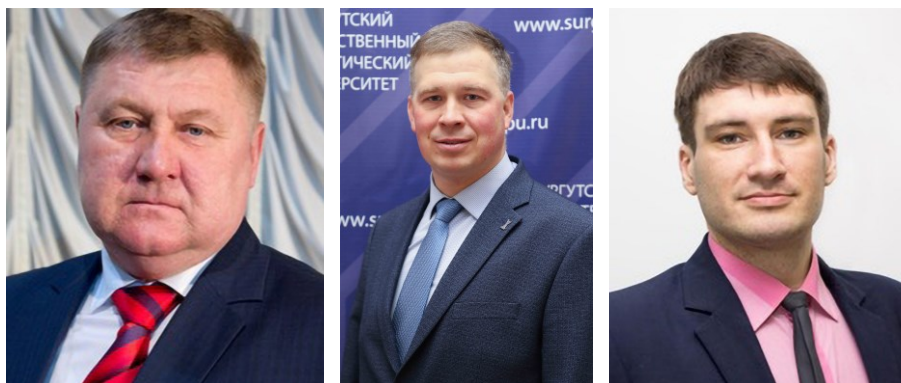


Культура физическая и здоровье. 2024 №1 (89). С. 158-162.
Physical Culture and Health. 2024, 1 (89), 158-162.

Научная статья
УДК 796.011
DOI: 10.47438/1999-3455_2024_1_158

ОТНОШЕНИЕ РАБОТАЮЩЕЙ МОЛОДЁЖИ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ ВО ВНЕРАБОЧЕЕ ВРЕМЯ



Николай Иванович Синявский ¹, Алексей Валерьевич Фурсов ²,
Филипп Николаевич Солдатенков ³, Николай Николаевич Безноско ⁴

Сургутский государственный педагогический университет ^{1, 2, 3, 4}
Сургут, Россия

¹ Доктор педагогических наук, профессор, заведующий кафедрой теории и методики физического воспитания
тел.: +7(952)690-99-92, e-mail: nsin1967@yandex.ru
ORCID 0000-0003-3711-2949

² Кандидат педагогических наук, доцент, декан факультета физической культуры и спорта,
доцент кафедры теории и методики физического воспитания
тел.: +7(922)652-07-30, e-mail: FursovAV@bk.ru
ORCID 0000-0002-1596-4385

³ Кандидат педагогических наук, доцент, заведующий кафедрой физического воспитания
тел.: +7(982)185-97-84, e-mail: philippsoldatenkov@gmail.com
ORCID 0000-0001-6402-7999

⁴ Кандидат педагогических наук, доцент, доцент кафедры физического воспитания.
тел.: +7(3462)72-38-23, e-mail: csc@surgu.ru
ORCID 0000-0003-4247-7077

Аннотация. Цель исследования состоит в изучении уровня участия работающей молодёжи Ханты-Мансийского автономного округа - Югры в занятиях физической культурой и спортом. Методика и организация исследований. Общее количество респондентов составляет 242 человека. Респонденты находятся в возрастном диапазоне от 21 до 28 лет. Среди респондентов больше мужчин, их количество составляет 159 человек. Женщин, участвовавших в опросе, – 83 человека. Результаты исследования и обсуждения. В ходе исследования выявлен рейтинг мест занятий двигательной активностью работающей молодёжи ХМАО-Югры: тренажёрные залы, спортивные залы по месту работы, самостоятельные тренировки с применением гаджетов, а также посещение открытых спортивных объектов. Наиболее распространёнными видами двигательной активности работающей молодёжи ХМАО-Югры являются занятия в тренажёрном зале, командные виды спорта (футбол баскетбол, волейбол, настольный теннис), самостоятельные тренировки с применением гаджетов, лыжные гонки и единоборства.

Ключевые слова: работающая молодёжь, двигательная активность, физическая культура, внерабочее время.

Для цитирования: Отношение работающей молодежи к занятиям физической культурой во внерабочее время / Н. И. Синявский, А. В. Фурсов, Ф. Н. Солдатенков [и др.] // Культура физическая и здоровье. 2024. № 1. С. 158-162. DOI: 1047438-1999-3455_2024_1_158.

Введение

В настоящее время одним из ключевых факторов развития физической культуры и спорта в России является федеральный проект «Спорт – норма жизни»,

направленный на развитие массового спорта и реализуемый в рамках национального проекта «Демография». Основная задача федерального проекта к 2030 году вовлечь минимум 70 % населения в регулярные занятия

спортом и физической культурой, тем самым повысив качество жизни людей. Ведь низкий уровень физической подготовленности, в первую очередь у молодежи, может иметь негативное влияние на их здоровье и общую продуктивность. Отсутствие физической активности также потенциально способствует ухудшению психологического и эмоционального благополучия молодежи [1, 3, 6, 8].

Кроме того, физическая подготовленность является одним из основных факторов успешной адаптации молодежи к условиям современного рынка труда. Работодатели все чаще требуют от своих сотрудников не только профессиональные знания и навыки, но и хорошую физическую форму и способность к физической работе [2, 4, 5, 7, 9].

Для улучшения ситуации необходимо проведение систематической работы по развитию физической культуры и спорта среди молодежи. Важно создать доступные и привлекательные условия для занятий физической активностью, разработать интересные и разнообразные программы, проводить мотивирующие мероприятия. Также следует обращать внимание на воспитание правильного образа жизни, включая здоровое питание,

Таким образом, развитие физической подготовленности молодежи является для государства важной задачей, поскольку создает прочный фундамент для здорового и успешного будущего всей нации.

Стратегия социально-экономического развития Ханты-Мансийского автономного округа – Югры до 2030 года основана на учете особенностей региона и его потенциала, а также нацелена на стимулирование инвестиций, развитие предпринимательства и повышение конкурентоспособности Югры как региона. Это означает, что власти Ханты-Мансийского Автономного Округа – Югры считают важным обеспечить возможность для подрастающего поколения заниматься физической культурой и спортом. Они стремятся создать условия для такой деятельности и поощрять молодежь к занятиям спортом. Одним из целевых показателей Стратегии является достижение 70 %-го уровня участия граждан в спортивных мероприятиях и занятиях физической культурой. Эта Стратегия нацелена на улучшение общего здоровья и физической активности населения региона.

Методы и организация исследования

Опрос был проведен среди молодых людей, работающих на предприятиях г. Сургута. Общее количество респондентов составило 242 человека. Респонденты находились в возрастном диапазоне от 21 до 28 лет. Среди

респондентов выявились больше мужчин, чем женщин – 159 и 83 человек, соответственно.

Результаты исследования

В ходе опроса было установлено, что для большинства работающей молодежи в ХМАО-Югре физическая активность является одним из важных аспектов жизни. Более 60 % респондентов включили физическую культуру и спорт в список своих жизненных ценностей на важном или среднем уровне. Однако около трети 29,4% опрошенных указали, что уровень физической активности у них низкий, возможно, из-за отсутствия времени и сил, затруднились ответить 10,9%.

Опрос показал, что основная мотивация для регулярных спортивных занятий работающей молодежи ХМАО-Югры связана с поддержанием и улучшением здоровья (48,8 %), а также поддержанием красоты и физической формы (40,5%). Некоторая часть респондентов (10,7 %) затруднилась ответить на данный вопрос, что может указывать на отсутствие четко осознанных мотивов или на мотивацию другими факторами, которые не были указаны в опросе.

В ходе опроса нами было выявлено, что некоторые молодые люди занимаются в спортивных клубах или фитнес-центрах. Интересно отметить, что большинство респондентов предпочитает заниматься в близлежащих парках и на спортивных площадках, так как они являются бесплатными и удобными для посещения. Некоторые также предпочитают делать упражнения дома, так как это экономит время и не требует дополнительных затрат на посещение спортивных объектов.

В целом, молодежь ХМАО-Югры предпочитает заниматься спортом в доступных и удобных для них местах. Лидирующие позиции в рейтинге мест занятий двигательной активностью работающей молодежи ХМАО-Югры занимают тренажерные залы – их отметили 42,3% респондентов, спортивные залы по месту работы – 27,0 % самостоятельные тренировки с применением гаджетов – 21,7%, а также открытые спортивные площадки – 9,0 %.

Временные интервалы, в которые работающей молодежи ХМАО-Югры удобнее всего получать физкультурно-спортивные услуги, в основном смещены к вечерним часам. Самым благоприятным временем является промежуток между 17 и 22 часами. Так 27,0 % предпочитают занятия спортом в интервале с 17 до 19 часов, с 19 до 21 часа занимаются 49,7 %, а занятия после 21 часа указали 23,3 % (рис. 1).

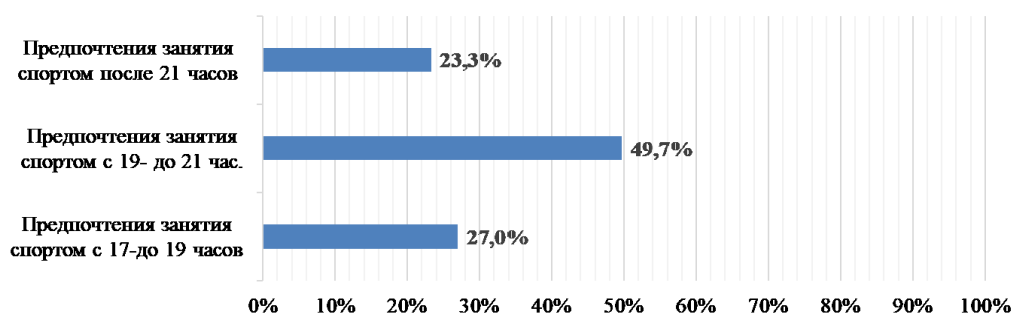


Рис. 1 – Предпочтительные временные интервалы занятия спортом работающей молодежи ХМАО-Югры

Наиболее распространенными видами двигательной активности работающей молодежи ХМАО-Югры являются: занятия в тренажёрном зале – 31,3 %, командные игровые виды спорта (футбол баскетбол, волейбол, настольный теннис) – 29,5 %, самостоятельные занятия

с применением мобильных устройств и фитнес-приложений – 19,7 %, единоборства – 13,6 %, занятия зимними видами спорта (лыжные гонки) – 5,9 % (рис. 2).



Рис. 2 – Доля работающей молодежи, предпочитающих конкретный вид спорта среди занимающихся двигательной активностью

В ответах на вопрос об удовлетворенности условиями для занятий физической культурой и спортом мнения респондентов распределились следующим образом: 48,7 % опрошенных удовлетворены текущими условиями для занятий физической культурой и спортом. Это говорит о том, что почти половина респондентов считает, что имеют все необходимые возможности и условия для регулярных тренировок. 36,9 % опрошенных не удовлетворены настоящими условиями для занятий физической культурой и спортом. Такой результат может указывать на то, что для этих людей существуют какие-то существенные препятствия или неудобства, которые мешают им заниматься спортом. 14,4 % опрошенных затруднились с ответом.

В результате опроса выявлено, что лишь 9,4 % респондентов принимают участие в спортивно-массовых мероприятиях несколько раз в год, один раз в год или даже реже 14,9 % респондентов. При этом не участвуют в массовых спортивных мероприятий 75,7 %.

Выводы

В результате исследования можно сделать ряд выводов об отношении работающей молодежи ХМАО-Югры к занятиям физической культурой и спортом. В первую очередь, очевиден факт, что не все респонденты понимают важность физической активности для своего благополучия и долголетия. Они могут считать, что спорт и физическая культура нужны только для достижения высоких результатов и достижений, которые не являются их приоритетами. Такое отношение может быть

связано с недостаточной информированностью о пользе регулярных физических нагрузок и спорта в целом.

Выявлено, что некоторые респонденты указали на недостаток мотивации и интереса к занятиям физической культурой и спортом. Они не видят в этой сфере деятельности ничего привлекательного или интересного для себя.

В целом, несмотря на достаточно высокую оценку значимости физической активности в списках ценностей, у части работающей молодежи ХМАО-Югры есть конкретные причины, которые препятствуют регулярному занятию спортом. Для повышения уровня физической активности необходимо развивать инфраструктуру спортивных объектов и повышать информированность о пользе физической культуры и спорта.

Установлено, что частота занятий спортом у работающей молодежи ХМАО-Югры прямо пропорциональна материальной компоненте. В результате, снижение стоимости спортивных услуг фитнес-клубов, социальный налоговый вычет на занятия спортом, создание условий по месту работы и другие меры могли бы стать стимулом для работающей молодежи еще более активно включаться в спорт и здоровый образ жизни.

Конфликт интересов

Авторы декларируют отсутствие явных и потенциальных конфликтов, интересов, связанных с публикацией настоящей статьи.

Библиографический список

1. Василийев Д.Н. Свободное время и физическая активность студентов педагогических факультетов / Василийев Д.Н., Войович Ж.П., Миленович // Научный результат. Педагогика и психология образования. 2023. Т. 9. № 3. С. 30-41.
2. Давыдова С.А. Физическая активность работающей молодежи в аспекте социологического анализа/Давыдова С.А., Пащенко Л.Г. // Теория и практика физической культуры. 2020. № 12. С. 52-53.

3. Пащенко Л.Г. Готовность к участию в массовых мероприятиях студентов в условиях физкультурно-рекреационной деятельности / Пащенко Л.Г. // Теория и практика физической культуры. 2022. № 6. С. 76-78.
4. Пащенко Л.Г. Физкультурно-спортивные предпочтения работников нефтегазодобывающих предприятий: поведенческие и биологические факторы / Пащенко Л.Г., Коричко А.В., Давыдова С.А. // Вестник Томского государственного университета. 2021. № 466. С. 173-181.
5. Пястолова Н.Б. Физическая активность студенческой молодежи / Н.Б. Пястолова // Физическая культура. Спорт. Туризм. Двигательная рекреация. - 2017. - Т. 5, № 3. - С. 125-128.
6. Лубышева Л.И. Рекреационная физкультурно-спортивная деятельность на открытом воздухе молодежи северного города: гендерный аспект / Лубышева Л.И., Пащенко Л.Г., Волков Л.А. // Перспективные направления в области физической культуры, спорта и туризма. Материалы XII Всероссийской научно-практической конференции. Отв. редактор Л.Г. Пащенко. Нижневартовск : Нижневартовский государственный университет, 2022. С. 388-393.
7. Любушкин Г.А. Физическая подготовленность специалистов нефтегазовой отрасли в контексте выполнения нормативных требований ВФСК ГТО / Любушкин Г.А., Синявский Н.И., Фурсов А.В., Безноско Н.Н. // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2018. № 6. С. 65-67.
8. Синявский Н.И. Анализ физической подготовленности населения с учетом результатов выполнения нормативов VI-VIII ступеней Комплекса ГТО / Синявский Н.И., Фурсов А.В., Власов В.В., Безноско Н.Н. // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2019. № 6. С. 71-73.
9. Тятенкова Н.Н. Соблюдение принципов здорового образа жизни работающей и учащейся молодежью / Тятенкова Н.Н., Уварова Ю.Е. // Здоровье и окружающая среда. 2019. № 29. С. 187-191.

References

1. Vasilijevi D.N., Bojovi .P., Milenovi H. .M. Free time and physical activities of students of pedagogical faculties. Research Result. Pedagogy and Psychology of Education. 2023. Vol. 9. № 3. P. 30-41.
2. Davydova, S.A., Pashchenko L.G. Physical activity of working youth in the aspect of sociological analysis. Theory and practice of physical culture. 2020. No. 12, pp. 52-53.
3. Paschenko, L.G. Readiness to participate in mass events of students in conditions of physical culture and recreational activity. Theory and practice of physical culture. 2022. No. 6, pp. 76-78.
4. Paschenko, L.G., Korichko A.V., Davydova S.A. Physical culture and sports preferences of employees of oil and gas producing enterprises: behavioral and biological factors. Bulletin of Tomsk State University. 2021. No. 466, pp. 173-181.
5. Pyastolova, N. B. Physical activity of the student youth. Physical culture. Sport. Tourism. Motor recreation. 2017. Vol. 5, No. 3, pp. 125-128.
6. Lubysheva, L.I., Pashchenko L.G., Volkov L.A. Recreational physical culture and sports activities in the open air of the youth of the northern city: gender aspect. Promising directions in the field of physical culture, sports and tourism. Materials of the XII All-Russian Scientific and Practical Conference. Editor L.G. Pashchenko. Nizhnevartovsk, Nizhnevartovsk State University publ., 2022, pp. 388-393.
7. Lyubushkin G.A., Sinyavsky N.I., Fursov A.V., Beznosko N.N. Physical fitness of oil and gas industry specialists in the context of fulfilling the regulatory requirements of the All-Russian physical culture and sports complex "Ready for Labor and Defense". Physical culture: upbringing, education, training. 2018. No. 6, pp. 65-67.
8. Sinyavsky N.I., Fursov A.V., Vlasov V.V., Beznosko N.N. Analysis of physical fitness of the population taking into account the results of the implementation of the standards of the VI-VIII stages of the All-Russian physical culture and sports complex "Ready for Labor and Defense". Physical culture: upbringing, education, training. 2019. No. 6, pp. 71-73.
9. Tyatenkova, N.N., Uvarova, Yu.E. Observance of the principles of a healthy lifestyle by working and studying youth. Health and environment. 2019. No. 29, pp. 187-191.

Поступила в редакцию 11.01.2024

Подписана в печать 28.03.2024

Original article
UDC 796.011
DOI: 10.47438/1999-3455_2024_1_158

THE ATTITUDE OF WORKING YOUTH TO PHYSICAL EDUCATION OUTSIDE WORKING HOURS

Nikolai I. Sinyavsky ¹, Alexei V. Fursov ², Philip N. Soldatenkov ³, Nikolaj N. Beznosko ⁴

*Surgut State Pedagogical University ^{1, 2, 3, 4}
Surgut, Russia*

¹ *Grand PhD in Pedagogy, Professor, Head of the Department of Theory and Methodology of Physical Education
ph.: +7(952)690-99-92, e-mail: nsin1967@yandex.ru
ORCID 0000-0003-3711-2949*

² *PhD in Pedagogy, Associate Professor of The Theory and Methodology of Physical Upbringing Department
ph.: +7(922)652-07-30, e-mail: FursovAV@bk.ru
ORCID 0000-0002-1596-4385*

³ *PhD in Pedagogy, Associate Professor, Head of Physical Training Department
ph.: +7(982)185-97-84, e-mail: philippsoldatenkov@gmail.com
ORCID 0000-0001-6402-7999*

⁴ *PhD in Pedagogy, Associate Professor, Associate Professor of the Department of Physical Education
ph.: +7(3462)72-38-23, e-mail: csc@surgpu.ru
ORCID 0000-0003-4247-7077*

Abstract. The purpose of the study is to study the level of participation of working youth of the Khanty-Mansiysk Autonomous Okrug - Yugra in physical education and sports. Methodology and organization of research. The survey was conducted on 242 respondents aged 21-28 years old working at enterprises in Surgut. Of these, 159 are male and 83 are female. The results of the research and discussion. The study revealed a rating of places of physical activity for working youth of the Khanty-Mansiysk Autonomous Okrug-Yugra: they prefer gyms, gyms at their place of work, independent training using gadgets, as well as visiting outdoor sports. The most common types of motor activity of working youth of the Khanty-Mansiysk Autonomous Okrug are, gym classes, team sports (football, basketball, volleyball, table tennis), independent training using gadgets, cross-country skiing and martial arts.

Keywords: working youth, physical activity, physical culture, out-of-hours

Cite as: Sinyavsky, N. I., Fursov, A. V., Soldatenkov, P. N., Beznosko, N. N. (2024) The attitude of working youth to physical education outside working hours. *Physical Culture and Health*. (1), 158-162. (In Russ., abstract in Eng.). doi: 10.47438/1999-3455_2024_1_158.

Received 11.01.2024

Accepted 28.03.2024