

*Шайхеразиева Г.Р.,*

*Магистр*

*кафедра «Управление человеческими ресурсами»*

*КФУ Казанский федеральный университет*

*Россия, г. Казань*

*Харисова Д.Р.,*

*студент магистратуры*

*2 курс, кафедра «Экспертиза и управление недвижимостью»*

*КГАСУ Казанский государственный архитектурно-строительный*

*университет*

*Россия, г. Казань*

## **СПОРТ И ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА КАК НАПРАВЛЕНИЯ РАЗВИТИЯ ЧЕЛОВЕЧЕСКОГО КАПИТАЛА**

***Аннотация:** В современном обществе физическая культура и спорт занимают важнейшее место в формировании личности студенческой молодежи. Немаловажной проблемой является формирование мотивации студентов к занятиям физической культуры. В статье рассматриваются различные способы формирования мотивации к занятиям спортом у студентов для развития здорового образа жизни.*

***Ключевые слова:** спорт, мотивация, студенты, человеческий капитал, здоровая молодежь.*

***Annotation:** In modern society, physical culture and sports occupy an important place in the formation of the personality of student. An important problem is the formation of students' motivation for physical education. The article discusses various ways of forming students' motivation to go in for sports for the development of a healthy lifestyle.*

*Key words: sports, motivation, students, human capital, healthy youth.*

Массовая двигательная активность и спорт являются одним из важнейших компонентов улучшения человеческого капитала. Многочисленные исследования и наблюдения свидетельствуют, что интенсивное внедрение в образовательные, бытовые, корпоративные и рекреационные институты элементов физического воспитания и тренировки оказывает позитивное воздействие на многие факторы человеческого капитала – такие, как работоспособность, личная конкурентоспособность, устойчивость к болезням, интеллектуальная и физическая активность, продолжительность жизни, частичный или полный отказ от вредных привычек [6].

Экономика массового спорта – весьма ёмкое понятие, включающее в себя не только всю совокупность отношений по поводу производства, обмена и потребления хозяйственных благ в этой специфической отрасли, но и возникновение позитивных или негативных экономических эффектов, связанных с качеством человеческого капитала.

Для удобства классификации будем подразделять всю экономику спорта на две большие категории, которые будем рассматривать обособленно – экономику массового спорта и экономику профессионального спорта. Водоразделом этих двух важнейших составляющих спорта служат различия в потребностях и интересах; если массовом спорте преобладают интересы улучшения здоровья, гармонического развития личности, развлечений, досуга, то в профессиональном спорте главную роль играет коммерческий интерес, статус, имиджевая и монетарная составляющая.

Поговорим вначале о массовом спорте, человеческом капитале и эффектах с ними связанных. В современном мире, так же как и в античности, говоря словами Протагора, человек – есть мера всех вещей. От того, каким является каждый человек в отдельности и весь народ в совокупности, зависит не только

национальный характер, привычки, таланты, свойства людей, но и их повседневная жизнь, экономическая и политическая система.

Суть трудов Т.Шульца и Г.Беккера состоит в том, что они аргументированно, при помощи фактов и статданных показали, как люди с особыми навыками, знаниями и умениями, выигрывали конкуренцию у индивидов, стран и народов с традиционными ценностями и общественной организацией. Инвестиции в образование, инновации, улучшение нравственности, здоровья, активности и продолжительности жизни людей не только окупаются, но и приносят странам долгосрочные экономические эффекты.

Массовая двигательная активность и спорт являются одним из важнейших компонентов улучшения человеческого капитала. Многочисленные исследования и наблюдения свидетельствуют, что интенсивное внедрение в образовательные, бытовые, корпоративные и рекреационные институты элементов физического воспитания и тренировки оказывает позитивное воздействие на многие факторы человеческого капитала – такие, как работоспособность, личная конкурентоспособность, устойчивость к болезням, интеллектуальная и физическую активность, продолжительность жизни, частичный или полный отказ от вредных привычек.

Появление и развитие капитализма в России привело к некоторому расширению системы образования, введению физического воспитания в различные типы средних школ и к созданию спортивных организаций. Однако экономические трудности не давали возможности трудящимся учиться в учебных заведениях и быть членами спортивных организаций. Всеми этими благами пользовались дворяне и буржуазия. Лишь некоторые, наиболее одаренные, выходцы из народа (Панин Н.А., Поддубный И.М., Заикин И.М., Паншин А.Н., Струнников Н.В., Заковорот П.А., Дьяков М.И. и др.) преодолели все трудности и стали членами спортивных организаций. [4]

Студенческий спорт в России имеет более чем вековую историю развития. С целью получения данных о занятиях спортом студентов в Казанском государственном архитектурно-строительном университете (далее КГАСУ) и их анализом был проведен социологический опрос на тему «Отношение к спорту» среди студентов университета. Методом сбора социологической информации в данном исследовании является анкетирование.

Анкета является основным инструментом опроса и представляет собой социологический документ, содержащий структурно-организованный набор вопросов, каждый из которых связан с задачами проводимого исследования [4]. С его помощью можно получить информацию, не всегда отраженную в документальных источниках или доступную прямому наблюдению.

В опросе приняли участие студенты Казанского государственного архитектурно-строительного университета - 72 человека. Большинство респондентов – девушки, их доля во всей выборке составила 61%, остальные 39% респондентов - юноши. Две трети респондентов – это студенты бакалавриата, обучающиеся на 1 и 2 курсе вуза, при этом в опросе приняли участие студенты магистратуры (5%). Около половины опрошенных студентов проживают на данный момент с родителями, треть – в студенческих общежитиях.

В ходе опроса (рисунок 1) была получена информация о том, что 68% респондентов занимаются спортом в секциях университета, в спортивном зале, либо в иных спортивных кружках. Оставшиеся 32% хоть и не занимаются, но не высказывают к спорту какого-либо негативного отношения, а, даже, наоборот, что показывает заинтересованность студентов к поддержанию физической формы и, возможно, их будущему желанию заняться каким-либо видом спорта. Таким образом, можно сказать, что количество студентов, занимающихся спортом, будет только расти.



**Рис 1. Занятие спортом.**

И все же, спорт, для большинства опрошенных – это всего лишь способ провести свободное время. Это подтверждают ответы на следующий вопрос «Чем для вас является спорт?» были получены следующие результаты: « спорт это отличное самочувствие и хорошее настроение» - (28%); «красивая фигура (способ поддержания физической формы)» - (28%). Также для немногих студентов спорт является стилем здоровой и активной жизни (25%). Меньше всего студенты определяют спорт как способ проведения свободного времени (5%) и тяжелый труд (6%). (рисунок 2)



**Рис. 2 Отношение к спорту**

На вопрос об отношении к спорту как к дисциплине «физкультура» в университете, мнения довольно сильно разделились: 45% опрошенных - полностью устраивают занятия, однако 32% хотели бы уменьшить количество часов. Скорее всего, это связано с загруженностью обучения и студентам проще распределить свое расписание, если они будут заниматься в какой-либо секции с удобным для них временем (возможно поэтому 15% опрошенных захотели увеличить количество секций). Но, для студентов не занимающихся спортом необходимо данное количество часов для поддержания физической формы.

По данным, опроса, к сожалению, больше половины респондентов не выкладываются на физкультуре на 100%, а ведь это важно при занятиях. Ведь неполная отдача не только не дает результат, но даже наоборот, если упражнение, в силу лени, выполняется неправильно, может привести к перенапряжению и, как следствие, к физиологическим, психологическим и биомеханическим изменениям [3].



**Рис. 3. Отношение к физической культуре.**

Подавляющее большинство студентов ведут достаточно активный образ жизни. Количество респондентов, занимающихся спортом несколько раз в

неделю и несколько раз в месяц одинаковое (43%). Каждый день занимаются лишь немногие – 5 % студентов, и никогда – 9%.



**Рис. 4. Занятия спортом**

При опросе студентов, не занимающихся физической культурой, были выяснены следующие причины игнорирования физических нагрузок (таблица 1): 65% опрошенных ссылалось на отсутствие времени; 17% утверждали, что просто не хотят заниматься и их все устраивает; 13% имеют проблемы со здоровьем, что не позволяет заниматься спортом в полной мере. И только 5% честно признались в том, что для занятий спортом им не хватает силы воли.



**Рис. 5 Причины игнорирования физических нагрузок**

По результатам данного социологического исследования можно сделать вывод, что не все студенты ведут здоровый образ жизни.

В ходе исследования нами были поставлены гипотезы. Первая гипотеза о том, что для большинства студентов спорт - это отличное проведение свободного времени, стиль здоровой активной жизни, красивая фигура и хорошее настроение, подтвердилась. Меньше всего респонденты определяют спорт как способ заработка денег и тяжелый труд.

Подавляющее большинство студентов ведут достаточно активный образ жизни. Однако вторая гипотеза не подтвердилась, так как количество респондентов, занимающихся спортом несколько раз в неделю и несколько раз в месяц одинаковое (43%). Каждый день занимаются лишь немногие – лишь 5 % студентов. Выяснилось также, что среди респондентов есть и такие студенты, кто никогда не занимался спортом (9%).

По нашему мнению, физическое воспитание на всех этапах развития человечества, играет важную роль. Являясь многогранным процессом развития физических и психических качеств.

Развитость в физическом плане молодого поколения, для большинства государств является первостепенной задачей, так как это залог качественного человеческого капитала. Студенты как наиболее сознательная молодежь, должны в полной мере быть обеспечены педагогически рациональным физическим воспитанием [2]. Большинство российских авторов, изучающих данные вопросы солидарны во мнении, что для поддержки развития отечественной системы физического воспитания необходимо исследование международного опыта. Рассмотрим некоторые положительные американские практики.

В американских университетах физическое воспитание строится по системному подходу, с учетом реальных физических показателей студентов. Программы обучения разделены на три ступени: низкий (начинающие) — 70 %, средний — 20 % и высокий — 10 %. Данная практика, по сути, позволят



рационально реализовать свой физический потенциал, исходя из естественных показателей.

В американской модели физического воспитания часто встречаются такие понятия как «воспитание движением», «осознание способностей своего тела», «взаимоотношение с внешним окружением». Данные понятия являются ключевыми, и представляют собой ценностные установки, определяющие роль физического воспитания.

Еще одна немаловажная особенность физвоспитания в США является наличие не только учебной направленности, но и научной. За последние 40 лет, область физического воспитания, образовала вокруг себя такие научные дисциплины, как физиология упражнений, биомеханика, обучение движениям. Исследования в данных областях и на сегодняшний момент не стоят на месте, развиваясь отдельно и в соотношении с другими областями науки.

Таким образом, анализ американского опыта физического воспитания, показывает позитивные пути решения для отечественной отрасли физвоспитания. А так же как особый элемент зарубежного опыта физвоспитания стоит отметить упор на самовоспитание студента, для дальнейшего развития физических качеств, и здорового образа жизни

Подводя итоги на основе исследования, можно сделать следующие выводы:

1. Среди молодежи все более и более модным становится здоровый образ жизни, и физкультура является одним из основополагающих факторов здорового образа жизни.

2. Необходима целенаправленная работа по пропаганде физической культуры как одного из самых эффективных средств по укреплению и сохранению здоровья. Такая работа должна осуществляться, в первую очередь, за счет практической вовлеченности студентов в спортивно-массовую деятельность. Это возможно, например, посредством ведения агитационной работы, нахождения форм занятий и соревнований, позволяющих каждому

студенту попытаться реализовать собственные потребности в двигательной активности, проведения занятий и соревнований по максимальному числу видов спорта.

3. Необходимо донести до студентов взаимосвязь занятий физической культурой с главными объектами заботы о физическом состоянии, приоритетными ценностями здорового образа жизни. Это позволит сформировать потребность заниматься физическими упражнениями на протяжении всей последующей жизни, осознать, что это необходимо в дальнейшей профессиональной деятельности как средство поддержания высокой работоспособности.

4. Формирование мотивации к занятиям физической культурой и спортом возможно только за счет повышения образованности студентов в практических вопросах применения различных средств и методов поддержания здоровья, достижения понимания, что физическая культура является составной частью общей культуры современного специалиста.

#### **Использованные источники:**

1. О студенческом спорте в Российской Федерации Информационная справка [Электронный ресурс], – Режим доступа. – URL: <http://do.gendocs.ru/docs/index-144266.html>

2. Спорт – Словарь компьютерного жаргона – Энциклопедии & Словари [Электронный ресурс], – Режим доступа. – URL: <http://enc-dic.com/comp/Sport-1108.html>

3. Акменчук О.Б. Управление профессиональной карьерой // Кадровый менеджмент, 2017, № 2. – С.27-32

4. Арсеньев Ю.Н. Шелобаев С.И. Управление персоналом: Модели управления – М.: ЭКСМО, 2017. – 296с.

5. Григорьев, В.И. Образ жизни и здоровье студентов: учебно-методическое пособие / В.И. Григорьев, Д.Н. Давиденко; С.-Петерб. гос. ун-т экономики и финансов. - СПб.: Изд-во СПбГУЭФ, 2015. - 119 с.

6. Борисова Е. Поведенческие ошибки при проведении аттестации // Персонал-Микс, 2018, № 2. – С.27-31.