

**Миланенко Е.В.**

Алтайский филиал Российской академии народного хозяйства и государственной службы при Президенте  
Российской Федерации  
Научный руководитель – Е.В. Романова, к. ф. н., доцент

## ПРОБЛЕМЫ ФОРМИРОВАНИЯ УСТОЙЧИВОЙ МОТИВАЦИИ У ДЕТЕЙ И МОЛОДЁЖИ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ

*А. Шопенгауэр сказал: "Девять десятых нашего счастья основано на здоровье. При нём всё становится источником наслаждения, тогда как без него решительно никакие внешние блага не могут доставить удовольствия, даже субъективные блага: качества ума, души, темперамента при болезненном состоянии ослабевают и замирают. Отнюдь не лишено основания, что мы, прежде всего, спрашиваем друг друга о здоровье и желаем его друг другу: оно поистине главное условие человеческого счастья".*

Здоровый образ жизни молодежи города – это одна из самых актуальных проблем сегодняшнего дня. Демография города диктует требования поддержания здоровья народонаселения, которое будучи здоровым, способно развиваться, плодотворно работать, жить в соответствии с требованиями общества. А это значит, что главное внимание должно быть направлено на детей, подростков, молодежь, то есть именно на тот возраст, когда человек начинает делать выбор, ориентируясь на свои способности, силы и здоровье. Проблема состоит в том, что на сегодняшний момент молодежь проявляет недостаточный интерес к занятиям спортом и не стремится к здоровому образу жизни, а формирование здорового образа жизни современного молодого человека становится особенно актуальным в условиях социально-экономического развития и роста городов.

В настоящий момент, можно констатировать тот факт, что сегодня молодежью недооцениваются элементы здорового образа жизни, физической культуры и спорта, в молодежной среде существуют проблемы с наркоманией, пьянством, курением.

У нас нет массовой информационно-пропагандистской кампании, использующей широкий спектр разнообразных средств и проводящийся с целью формирования престижного имиджа спортивного стиля жизни, ценности собственного здоровья и здоровья окружающих. Также остро ощущается потребность в увеличении телепрограмм, интернет-материалов, роликов и т.п., направленных на формирование у школьников и молодежи потребности в занятиях спортом.

Остро встаёт проблема, что за бумажными отчётами, составлениями планов и т.п. учителя не могут уделять больше внимания, времени непосредственно занятиям со школьниками. А ведь именно они закладывают основу того, будет ли в дальнейшем ребёнок заниматься спортом или нет.

Весной 2013 года проводилось социологическое исследование, посвящённое изучению роли здорового образа жизни среди школьников и молодежи в возрасте от 16 до 35 лет города Барнаула. Количество опрошенных респондентов составило около 460 человек. Тема экологии города оказалась значимой для молодых людей, которые обращали внимание на озеленение, на посадку деревьев, на чистый воздух, и некоторая часть опрошенных (10%), если бы была возможность, готова сменить место постоянного проживания из-за плохой экологической обстановки. Молодые люди (18%) указывали важными условиями для сохранения здоровья хорошую наследственность и хорошие экологические условия.

На вопрос «Насколько активно Вы занимаетесь физкультурой и спортом?» 36% ответили, что постоянно занимаются спортом, 55% – занимаются от случая к случаю, 9% респондентов ответили, что занимаются танцами, шахматами, увлекаются творческими занятиями и др. Из результатов анкетирования видно, что группа молодежи школьного возраста занимается физкультурой в силу того, что она у них является общеобязательным предметом. Что касается увлечений в свободное время, то ЗОЖ оказался не на первом месте у респондентов. Гипотеза перед проведением исследования подтвердилась опросом, что большинство молодежи (56%) в свободное время увлекается компьютером, музыкой, просмотром телепередач. В тоже время большая часть молодежи (59%) считает, что интернет и социальные сети негативно влияют на здоровье детей и подростков, т.к. организм физически и умственно не развивается.

Физическая активность и спорт для детей и молодежи – необходимое и важнейшее условие нормального развития ума и тела. Большинство психических и физических заболеваний так или иначе связаны с обездвижением и незанятостью. Здоровая экологическая среда города, психическое здоровье, питание, физическая активность и занятия спортом улучшают качество жизни населения города, повышают работоспособность и улучшают социальные отношения в городской среде. Выяснив ориентиры молодых людей и их отношение к здоровому образу жизни, можно более эффективно выстраивать молодежную политику в Барнауле.