

УДК 316.334

DOI 10.18522/2227-8656.2021.4.16

**СПОРТИВНО-  
ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ  
ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ МОЛОДЕЖИ  
КАК ПРЕДМЕТ НАУЧНОГО  
ДИСКУРСА**

© 2021 г.

*Е. С. Планидин* \*

\* Южный федеральный университет,  
г. Ростов-на-Дону, Россия

**Цель исследования** заключается в рассмотрении сущности и основного содержания спортивно-оздоровительной деятельности, определении ее рекреационного потенциала и факторов, влияющих на формирование потребности молодежи в осуществлении деятельности спортивно-оздоровительного характера.

**Методологическую базу исследования** составили положения структурно-функционального, деятельностного и институционального подходов, позволившие автору определить сущностные характеристики и основные функции спортивно-оздоровительной деятельности, рассмотреть ее рекреационный потенциал в комплексе с факторами, влияющими на формирование потребности молодых людей в осуществлении данной деятельности.

**Результаты исследования.** В статье показывается, что спортивно-оздоровительная деятельность представляет собой деятельность, которая направлена на укрепление здоровья вовлеченных в нее индивидов, повышение уровня их работоспособности, совершенствование физических и духовных качеств. Спортивно-оздоровительная деятельность играет большую роль в жизни человека, способствуя гармоничному развитию личности, являясь важным стимулом

*Эта статья в журнале – научная*

**SPORTS AND RECREATION  
ACTIVITIES OF YOUNG  
PEOPLE AS A SUBJECT  
OF SCIENTIFIC  
DISCOURSE**

© 2021

*E. S. Planidin* \*

\* Southern Federal University,  
Rostov-on-Don, Russia,

**Objective of the study** is to consider the essence and main content of sports and recreational activities, to determine its recreational potential and factors affecting the formation of the needs of young people in the implementation of sports and recreational activities.

**The methodological basis of the research** of the study was made up of the provisions of the structural-functional, activity and institutional approaches, which allowed the author to determine the essential characteristics and main functions of sports and recreation activities, to consider its recreational potential in combination with factors affecting the formation of the needs of young people in the implementation of this activity.

**Research results.** The article shows that sports and recreation activities represent activities that are aimed at strengthening the health of individuals involved in it, increasing their level of efficiency, improving physical and spiritual qualities. Sports and recreation activities play an important role in a person's life, contributing to the harmonious development of the individual, being an important incentive for his physical and spiritual development, the formation of resistance to the perception of stressful situa-

для его физического и духовного развития, формирования устойчивости к восприятию ситуаций стрессового характера, вызванных факторами внешней среды. При этом на уровень вовлеченности в спортивно-оздоровительную деятельность влияют внутренние и внешние факторы. Если внешние факторы не зависят от отдельных индивидов и социальных групп и связаны в первую очередь с инфраструктурой для осуществления спортивно-оздоровительной деятельности, то внутренние факторы включают в первую очередь личностные характеристики молодых людей, их ценностные установки и ориентации, направленные на деятельность спортивно-оздоровительного характера.

**Перспективы исследования.** Проблемы, связанные с сущностью и основным содержанием спортивно-оздоровительной деятельности, ее рекреационным потенциалом и факторами, воздействующими на формирование потребности в реализации спортивно-оздоровительной активности, представляют большой интерес для современной отечественной социологической науки. По этой причине автором публикации планируется осуществить более основательный анализ факторов, воздействующих на формирование потребности представителей современной российской молодежи в осуществлении спортивно-оздоровительной деятельности, изучение характера и основного содержания данной деятельности и оптимальных путей и способов повышения ее значимости в структуре рекреации молодежи в нашей стране.

**Ключевые слова:** молодежь; спорт; социализация; спортивно-оздоровительная деятельность; досуг; рекреация; рекреационный потенциал; здоровье.

tions caused by environmental factors. At the same time, the level of involvement in sports and recreation activities is influenced by internal and external factors. If external factors do not depend on individuals and social groups and are primarily related to the infrastructure for sports and recreation activities, then internal factors primarily include the personal characteristics of young people, their values and orientations aimed at sports and recreation activities.

**Prospects of the study.** The problems related to the essence and main content of sports and recreation activities, its recreational potential and factors affecting the formation of the need for the implementation of sports and recreation activities are of great interest for modern Russian sociological science. For this reason, the author of the publication plans to carry out a more thorough analysis of the factors influencing the formation of the needs of representatives of modern Russian youth in the implementation of sports and recreation activities, to study the nature and main content of this activity and the optimal ways and means to increase its importance in the structure of youth recreation in our country.

**Keywords:** youth; sports; socialization; sports and recreational activities; leisure; recreation; recreational potential; health.

## Введение

Спортивно-оздоровительная деятельность представляет собой деятельность, которая направлена на укрепление здоровья вовлеченных в нее индивидов, повышение уровня их работоспособности, совершен-

ствование физических и духовных качеств. Рассматриваемая деятельность обладает как развивающим, социализирующим, мотивационно-ценностным, так и оздоровительным потенциалом; к числу основных функций спортивно-оздоровительной деятельности можно отнести, соответственно, адаптационную, образовательную, рекреационную и др. Спорт обладает мощным оздоровительным потенциалом, который, в случае его максимального использования, способен обеспечить устойчивое повышение показателей здоровья населения, рост работоспособности граждан, увеличение продолжительности жизни и т. д. Будущее страны в целом находится в зависимости от показателей здоровья ее населения, в первую очередь молодежи, что обуславливает необходимость в более широком вовлечении молодых людей в систематические занятия спортом: данная задача входит в настоящее время в число приоритетных направлений государственной политики (это нашло отражение в текстах нормативно-правовых актов, государственных целевых программ в Российской Федерации). Высокая значимость спорта определяется его ролью в укреплении и поддержании здоровья, профилактике различных заболеваний, поддержании высокого уровня работоспособности. Посредством спорта индивид может значительно улучшить состояние своего физического и психического здоровья, расширить возможности своего организма, реализовать свой потенциал в необходимых или желательных для общества видах деятельности.

Объектом исследования является спортивно-оздоровительная деятельность молодежи, а предметом – сущность и основное содержание спортивно-оздоровительной деятельности, ее место в структуре рекреационной активности современной молодежи, факторы, влияющие на уровень вовлеченности молодых людей в рассматриваемую деятельность. Целью данного исследования является анализ сущности и основного содержания спортивно-оздоровительной деятельности, определение ее рекреационного потенциала и факторов, влияющих на формирование потребности молодежи в осуществлении деятельности спортивно-оздоровительного характера. Реализация данной цели обусловила выдвижение следующих исследовательских задач:

- 1) проанализировать сущность и основное содержание спортивно-оздоровительной деятельности молодежи;
- 2) определить факторы, оказывающие влияние на уровень вовлеченности молодых людей в спортивно-оздоровительную деятельность;
- 3) выявить роль спортивно-оздоровительной деятельности в структуре рекреационной активности молодежи, выделить пути и способы

формирования мотивации молодых людей к занятиям спортом на систематической основе.

### **Критический анализ литературы**

В отечественной социологической литературе имеется большое количество трудов, посвященных различным аспектам спортивно-оздоровительной деятельности, ее основным функциям и значению в жизнедеятельности различных групп, в том числе молодежи. Так, в диссертационном исследовании М. П. Цветкова спортивно-оздоровительная деятельность рассматривается в качестве важного средства социального воспитания детей и молодежи, особо подчеркивается оздоровительный потенциал рассматриваемой деятельности, выделяются ее основополагающие функции, к числу которых данный автор относит адаптационную, образовательную, рекреационную и другие функции (Цветков, 2014). В работе С. И. Самыгина, П. С. Самыгина и А. В. Верещагиной отмечается значительная роль спортивно-оздоровительной деятельности в жизнедеятельности современной молодежи, отмечается ее влияние на физическое и духовное развитие молодых людей. Как убедительно доказывают данные авторы, будущее общества напрямую зависит от показателей здоровья молодежи, что определяет необходимость вовлечения в деятельность спортивно-оздоровительного характера максимально большого количества молодых людей (Самыгин, 2015).

В кандидатской диссертации О. В. Ионовой отмечается, что спортивно-оздоровительная деятельность может иметь как активный, так и пассивный характер. Пассивная направленность характерна, в частности, для зрелищно-развлекательного спортивного досуга: задействованные в нем лица выступают в качестве потребителей спортивных ценностей (Ионова, 2018). В настоящее время наблюдается тенденция, связанная с ростом популярности зрелищно-развлекательной составляющей в рамках молодежного досуга. В то же время значительная часть молодых людей, в целом рассматривающих спорт в качестве значимой ценности и признающих его важное значение для современного общества, при этом остаются пассивными зрителями, ориентированными на спортивные зрелища, а не самостоятельную спортивно-оздоровительную деятельность, участие в различных спортивных мероприятиях и т. д. Данное обстоятельство обуславливает необходимость поиска оптимальных путей и способов вовлечения молодежи в систематические занятия спортом.

## Методы и методология

В рамках анализа сущности и основного содержания спортивно-оздоровительной деятельности молодежи автором были использованы основные положения институционального, структурно-функционального и деятельностного подходов. Институциональный подход позволяет определить не только объективные параметры функционирования спорта, но и субъективные характеристики, включающие ценностные ориентации, установки, направленные на спортивно-оздоровительную деятельность. В центре внимания представителей структурно-функционального подхода, в свою очередь, находятся социальные функции спорта, к числу которых относится и оздоровительная функция. В рамках деятельностного подхода спорт рассматривается в качестве специфического вида деятельности оздоровительного характера, выступающего неотъемлемым компонентом образа жизни лиц, вовлеченных в рассматриваемую спортивно-оздоровительную деятельность.

**Эмпирическую базу работы** составили данные социологических исследований, проведенных крупнейшими российскими научными центрами столичного и регионального уровней. Автор подверг вторичному анализу эмпирические материалы, посвященные роли и значению спортивно-оздоровительной деятельности в жизни современной молодежи, отношению молодых людей к деятельности спортивно-оздоровительного характера, а также факторам, определяющим интерес молодежи к реализации соответствующей активности, уровень вовлеченности в нее. В работе использованы материалы органов государственной статистики, отражающие степень вовлеченности молодежи в спортивно-оздоровительную деятельность, показатели здоровья представителей данной социально-демографической группы, учтены положения нормативно-правовых актов, государственных целевых программ, иллюстрирующих основные показатели развития спортивно-оздоровительной деятельности в нашей стране.

## Результаты исследования

Спортивно-оздоровительная деятельность играет большую роль в жизни человека, способствуя гармоничному развитию личности, являясь важным стимулом для его физического и духовного развития, формирования устойчивости к восприятию ситуаций стрессового характера, вызванных факторами внешней среды. Будущее страны в целом находится в зависимости от показателей здоровья ее населения, в первую очередь молодежи, что обуславливает необходимость в более широком вовлечении молодых людей в систематические занятия спортом: данная задача

входит в настоящее время в число приоритетных направлений государственной политики (это нашло отражение в текстах нормативно-правовых актов, государственных целевых программ в Российской Федерации). Высокая значимость спорта определяется его ролью в укреплении и поддержании здоровья, профилактике различных заболеваний, поддержании высокого уровня работоспособности. Посредством спорта индивид может значительно улучшить состояние своего физического и психического здоровья, расширить возможности своего организма, реализовать свой потенциал в необходимых или желательных для общества видах деятельности.

В случае максимально полного использования оздоровительного потенциала спорта возможно добиться существенного улучшения показателей здоровья населения, повышения уровня его работоспособности, предотвращения массовых заболеваний и увеличения продолжительности жизни. Отсюда проистекает задача, связанная с превращением спортивно-оздоровительной деятельности в неотъемлемый компонент процесса социализации современной молодежи. В ряде научных исследований, посвященных молодежи, подчеркивается, что социализация представителей рассматриваемой социально-демографической группы приобретает стихийный и неопределенный характер. Здесь, как отмечают В. И. Чупров и Ю. А. Зубок, основополагающую роль играет степень стабильности или нестабильности общества: если для стабильного общества характерно преобладание так называемой регулируемой стороны социализации, в то время как стихийная сторона здесь присутствует в ограниченных масштабах и проявляется латентно, то в условиях нелинейного развития, присущего современному обществу (особенно явно эта тенденция проявляется в кризисные периоды общественного развития), возрастает доля спонтанного компонента в рамках социализации (Чупров, 2011).

В условиях доминирования стихийной составляющей социализационного процесса происходит воздействие на молодежь разнообразных противоречивых факторов, что имеет закономерным следствием отсутствие у молодых людей четких ролевых моделей, несформированность устойчивой идентичности и ценностных ориентаций. Как отмечается в ряде исследований, для молодежи особо важное значение приобретает проблема структурирования свободного времени, поиска тех занятий и видов деятельности, которыми можно было бы заполнить досуг. Характерное для части молодежи неумение или нежелание заполнять собственное свободное время социально-позитивными видами деятельности может привести ее в криминальную или другую девиантную среду (Самыгин, 2015). Занятия спортом не только способствуют укреплению здоровья молодых людей, но и позволя-

ют удовлетворять другие присущие им потребности, а также находить выход для той энергии, которая при неблагоприятных обстоятельствах могла бы быть направлена на различные деструктивные виды деятельности.

Здесь актуальность приобретает проблема организации рекреационной активности молодежи: в трудах различных отечественных и зарубежных авторов подчеркивается оздоровительная функция рекреационной деятельности как основополагающая. Так, известный российский специалист в области социологии рекреации Ю. Е. Рыжкин отмечает значимость именно физической рекреации как фактора самореализации личности, поддержания и укрепления ее общего здоровья (Рыжкин, 2005). По мнению Ю. Е. Рыжкина, основное предназначение физической рекреации связано с ее воздействием на оптимизацию различных компонентов здоровья человека, физического, психического, душевного и социального: данные компоненты находятся друг с другом в неразрывном единстве и взаимосвязи. Именно здоровье в такой широкой интерпретации представляет собой главную общечеловеческую ценность, поскольку от состояния здоровья будут в конечном итоге зависеть социальное благополучие индивида, степень удовлетворенности своей жизнедеятельностью в целом (Рыжкин, 2005). Рекреационная активность, таким образом, способна оказывать существенное воздействие на укрепление целостного здоровья человека, что является актуальным для молодежи, поскольку в этом возрасте закладывается фундамент здоровья, определяющий его состояние на последующих жизненных этапах.

Здесь целесообразно выделять объективное и субъективное рекреационное пространство. Объективное пространство включает в себя соответствующие условия, позволяющие осуществлять рекреационную деятельность, необходимую для данных занятий инфраструктуру. Субъективное пространство, в свою очередь, включает ценности, интересы, установки и ориентации субъектов, направленные на рекреационную активность. Эффективная рекреационная деятельность может осуществляться субъектом в том случае, если для этого имеются предпосылки объективного и субъективного характера. Данное утверждение актуально и в отношении спортивно-оздоровительной деятельности как одного из значимых компонентов рекреационной активности: на уровень вовлеченности в спортивно-оздоровительную деятельность также влияют внутренние и внешние факторы.

Внешние факторы не зависят от отдельных индивидов и социальных групп и связаны в первую очередь с инфраструктурой для осуществления спортивно-оздоровительной деятельности (речь идет о специальных объектах и сооружениях, предназначенных для занятий спортом). В Российской Федерации, в частности, имеются определенные достижения, связанные с

вводом в эксплуатацию новых спортивных сооружений, реконструкцией старых спортивных объектов и т. д. Несмотря на очевидную значимость деятельности, связанной с модернизацией инфраструктуры для осуществления спортивно-оздоровительной инфраструктуры, этого еще недостаточно для массового вовлечения молодежи в рассматриваемую деятельность. В случае отсутствия у представителей данной социально-демографической группы устойчивого интереса к спорту, потребности в регулярных спортивно-оздоровительных занятиях данная инфраструктура может и не использоваться молодежью по назначению, и уровень ее реальной загруженности будет оставаться невысоким.

Таким образом, большое значение имеет выбор, который молодые люди производят в пользу тех или иных форм проведения свободного времени в структуре рекреационной деятельности. Необходимо отметить, что рекреация направлена не просто на пассивный отдых, а на всестороннее развитие личности, удовлетворение ее различных потребностей, развитие ее потенциала. Включение молодежи в рекреационную деятельность в идеале предполагает ориентацию молодых людей не просто на развлечения, где индивид выступает исключительно в качестве зрителя (примером здесь могут служить болельщики, следящие за спортивными состязаниями), а в первую очередь на активные формы проведения свободного времени, позволяющие укрепить здоровье. Именно такую роль призвана играть спортивно-оздоровительная деятельность. Необходимо отметить, что занятия спортом для современного человека являются своего рода эквивалентом утраченных физических нагрузок, которые необходимы для нормального функционирования человеческого организма, который испытывает необходимость в определенном физическом напряжении. Отсюда проистекает необходимость в систематических занятиях спортом, которые в идеале должны осуществляться на протяжении всех этапов жизнедеятельности индивида.

### **Заключение**

Можно констатировать, что спортивная деятельность в целом способна иметь как активный, так и пассивный характер. Так, пассивная направленность, в частности, характерна для зрелищно-развлекательного спортивного досуга, который не требует физических затрат и направлен преимущественно на развлечение задействованных в нем лиц. Такого рода зрителей, наблюдающих за спортивными состязаниями, можно рассматривать в качестве потребителей спортивных ценностей. В специальных исследованиях отмечается тенденция, связанная с увеличением популярности именно зрелищно-развлекательного компонента досуговой деятельности в молодеж-



ной среде: спорт в настоящее время является модным способом развлечения, чему благоприятствуют присущая ему непредсказуемость и другие особенности. Проблема здесь заключается в том, что значительная часть молодых людей, в целом рассматривающих спорт в качестве значимой ценности и признающих его важное значение для современного общества, при этом остаются пассивными зрителями, ориентированными на спортивные зрелища, а не самостоятельную спортивно-оздоровительную деятельность, участие в различных спортивных мероприятиях и т. д. Подобная разновидность досуга имеет домашний характер, поскольку предусматривает просмотр соревнований по телевизору или компьютеру, осуществляющийся лицом единолично или в компании с другими лицами.

Тип избираемого досуга в соответствии с классификацией, предложенной сотрудниками Института социологии РАН, зависит от того, где индивид проводит свое свободное время: практикует ли он пассивный отдых (ничегонеделание) либо активный, развивающий досуг. Результаты социологических исследований свидетельствуют об определенных изменениях досуговых практик, происходивших в течение последних лет: данные изменения характеризуется разной степенью интенсивности для представителей различных социально-демографических групп. Что касается молодежи, то две трети ее досуга имеет внедомашний характер, отличается высокой социальной активностью и разнообразием (у старшего поколения, напротив, в основном практикуется домашний отдых). В то же время пассивный отдых также занимает большое место в структуре молодежного досуга, а среди активных форм досуга молодежи преобладают, соответственно, прогулки и встречи с друзьями (Горшков, 2020).

Проблема здесь заключается в том, что пассивный отдых не содействует укреплению здоровья: это относится и к выделенному выше зрелищно-развлекательному спортивному досугу, который не характеризуется серьезной двигательной активностью и оздоровительным эффектом. Подобный эффект имеет активная деятельность спортивно-оздоровительного характера, которая, в отличие от пассивного созерцания спортивных состязаний, предусматривает то или иное участие в различных видах спортивных практик, включающих самостоятельные спортивные занятия либо посещение специализированных учреждений и клубов. Деятельность такого рода имеет активный характер, будучи направленной на совершенствование физических качеств, удовлетворение базовой биологической потребности человека в двигательной активности, что позволяет достичь позитивного эффекта здорового отдыха. Таким образом возможно реализовать цель, связанную с повышением уровня работоспособности, сохранением и укреплением здоровья, восстановлением и воспроизводством утраченных сил.

## Литература

Горшков М. К., Шереги Ф. Э. Молодежь России в зеркале социологии. К итогам многолетних исследований. М.: ФНИСЦ РАН, 2020.

Ионова О. В. Физкультурно-оздоровительная деятельность в структуре досуга студенческой молодежи: автореф. дис. ... канд. социол. наук. Пенза, 2018.

Рыжкин Ю. Е. Социально-психологические проблемы физической рекреации. СПб.: РГПУ им. А. И. Герцена: Нестор, 2005.

Самыгин С. И., Самыгин П. С., Верещагина А. В. Спорт и здоровье российской молодежи в аспекте национальной безопасности // Гуманитарные, социально-экономические и общественные науки. 2015. № 7.

Цветков М. П. Спортивно-оздоровительная деятельность как средство социального воспитания учащихся детско-юношеской спортивной школы: автореф. дис. ... канд. пед. наук. Кострома, 2014.

Чупров В. И., Zubok Ю. А. Социология молодежи. М.: Норма: ИНФРА-М, 2011.

**Для цитирования:** Планидин Е. С. Спортивно-оздоровительная деятельность молодежи как предмет научного дискурса // Гуманитарий Юга России. 2021.4 (50). С. 205–214. DOI 10.18522/2227-8656.2021.4.16

## Сведения об авторах

**Планидин Евгений Сергеевич**

Соискатель,  
Институт социологии и регионоведения,  
Южный федеральный университет

344006, г. Ростов-на-Дону,  
ул. Пушкинская, 160,  
e-mail: planida1996@yandex.ru

## References

Gorshkov, M. K., Sheregi, F. E. (2020). The youth of Russia in the mirror of sociology. To the results of long-term research. Moscow: FNISTC RAS Publ. (in Russian).

Ionova, O. V. (2018). Physical culture and health-improving activity in the structure of leisure of student youth. (Candidate Dissertation Thesis, Penza). (in Russian).

Ryzhkin, Yu. E. (2005). Socio-psychological problems of physical recreation. Saint Petersburg: RGPU im. A. I. Gerzena: Nestor Publ. (in Russian).

Samygin, S. I., Samygin, P. S., Vereshchagina, A. V. (2015). Sport and health of Russian youth in the aspect of national security. *Gumani-tarnyye, sotsial'no-ekonomicheskiye i obshchestvennyye nauki*, 7. (in Russian).

Tsvetkov, M. P. (2014). Sports and recreational activities as a means of social education of students of children's and youth sports schools. (Candidate Dissertation Thesis, Kostroma). (in Russian).

Chuprov, V. I., Zubok, Yu. A. (2011). Sociology of youth. Moscow: Norma: INFRA-M Publ. (in Russian).

## История статьи:

Поступила в редакцию – 03.06.2021 г.  
Получена в доработанном виде – 11.08.2021 г.  
Одобрена – 31.08.2021 г.

## Information about authors

**Evgeny Sergeevich Planidin**

Applicant,  
Institute of Sociology and Regional Studies,  
Southern Federal University

160 Pushkinskaya St.,  
Rostov-on-Don, 344006,  
e-mail: planida1996@yandex.ru