

ВЛИЯНИЕ СПОРТА НА ЖИЗНЬ СТУДЕНТА

МАЛИНОВСКАЯ Ольга Викторовна

старший преподаватель

Тихоокеанский государственный университет

СЛЮСАРЕВА Татьяна Дмитриевна

студент

Дальневосточного института управления – филиал РАНХиГС

г. Хабаровск, Россия

В статье поднимается проблема влияния профессионального спорта на процесс обучения студента. Приведены примеры мер, которые принимает государство для развития спорта в России. Рассматривается опыт современных студентов, которым удаётся совмещать учебный процесс и спорт.

Ключевые слова: спорт, учеба, студенты, достижения.

Влияние спорта на жизнь студента. Спортивные достижения оказывают огромное влияние на жизнь, формируя характер, укрепляя здоровье и мотивируя к новым целям. Для студентов спорт становится не только хобби, но и важным этапом личностного роста. В современном обществе существует стереотип, что невозможно успешно совмещать спорт и учебу, что приводит к низким результатам. Однако это далеко от истины. В России многие молодые спортсмены, успешно сочетая тренировки с учебной деятельностью, достигают значительных успехов, которые кардинально меняют их жизни и становятся вдохновляющим примером для окружающих.

Основу спорта составляет соревновательная деятельность, что положительно сказывается на работе и в обычной жизни, так как присутствует эффект соперничества. Эффект соперничества является важным социально-психологическим феноменом. Как правило при большинстве выполняемых работ между людьми уже сам общественный контакт вызывает дух соперничества, что увеличивает производительность труда. Все вышеперечисленные факторы положительно сказываются на формировании личности и позволяют ей добиваться больших успехов в выбранной деятельности [2].

Хочется обратить внимание на количество россиян, которые уделяют внимание спорту.

По данным опроса ВЦИОМ около 60% россиян занимаются спортом периодически, 17% тренируются ежедневно, а 22% – несколько раз в неделю. 10% опрошенных занимаются спортом раз в неделю, 5% – не-

сколько раз в месяц, 6% – несколько раз в год. Наиболее активно занимаются спортом 18–24-летние россияне (23%), а также люди старше 60 лет (21%) [3].

Статистические данные говорят о том, что больше половины людей, проживающих в России уделяют внимание спорту. Но это все равно довольно низкий показатель.

За последние десять лет правительство Российской Федерации активно продвигает идеи укрепления здоровья граждан и развития спорта, благодаря чему эта сфера стала получать больше финансовой поддержки. Одним из ключевых направлений государственной социальной политики стал спорт, и сегодня он стремительно развивается. На развитие спортивной отрасли выделено 8 миллиардов рублей, которые направлены на реализацию 57 различных программ. Основные направления работы включают:

- развитие инфраструктуры спортивных центров по различным видам спорта, в том числе баз олимпийской подготовки;

- развитие системы дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта, создание детских спортивных школ, а также секций и спортивных клубов для детей и взрослых;

- обновление структуры сети образовательных учреждений в соответствии с задачами инновационного развития;

- развитие инфраструктуры для занятий массовым спортом в образовательных учреждениях и по месту жительства, расширение количества спортивных сооружений [1].

Государство поощряет достижения в

спорте у школьников. Некоторые вузы дают дополнительные баллы при вступлении за получение золотой медали по ГТО.

Также всё активнее появляются варианты дистанционного образования, что делает обучение проще для студентов, которые тратят много времени на спорт. Образовательные учреждения начинают внедрять инициативы, направленные на мотивацию студентов к занятию спортом и физической активностью. Эти программы могут предусматривать проведение спортивных соревнований, организацию мероприятий, способствующих повышению уровня активности, а также сотрудничество с местными спортивными организациями [4].

Многим известным российским спортсменам удается достигать высоких результатов в спорте и одновременно получать образование, которое станет прочной основой для их дальнейшего личного и профессионального развития.

Андрей Рублев – один из самых успешных российских теннисистов, который входит в десятку сильнейших игроков мира. Несмотря на высокую занятость, он уделяет внимание образованию и учится в Российском государственном университете физической культуры, спорта, молодежи и туризма (РГУФКСМиТ). Этот университет, специализирующийся на подготовке специалистов в области спорта, предоставляет возможность для профессиональных спортсменов получать образование дистанционно, что идеально подходит для насыщенного графика Рублева. Пример Андрея Рублева показывает, что даже на вершине спортивной карьеры можно находить время для учебы, если правильно организовать свое время.

Олимпийская чемпионка по фехтованию Софья Великая не только завоевала многочисленные медали для России, но и успешно совмещала спорт с учебой в Российском государственном университете физической культуры, спорта, молодежи и туризма (РГУФКСМиТ). Этот вуз является ведущим в стране по подготовке специалистов в спортивной сфере, и Софья выбрала его, чтобы не только углубить знания в области спортивной науки, но и развить педагогические навыки, которые помогут ей в будущем, ко-

гда она решит стать тренером или спортивным наставником. Софья Великая подает пример стойкости и целеустремленности, показывая, как можно добиваться высоких результатов в спорте и получать качественное образование, что важно для будущей карьеры после спорта.

Александр Головин, полузащитник футбольного клуба «Монако» и сборной России, активно занимается своим образованием, несмотря на насыщенный спортивный график. Головин выбрал дистанционное обучение в Высшей школе экономики (НИУ ВШЭ), одном из ведущих вузов России. Высшая школа экономики известна своими гибкими образовательными программами, что позволяет спортсменам, как Головин, совмещать учебу с тренировками и выступлениями. Он изучает управление и экономику, что открывает для него возможности после завершения спортивной карьеры. Головин показывает студентам, что даже в условиях постоянных перелетов и сборов можно находить время на учебу, если грамотно подойти к планированию.

Евгения Медведева, двукратная серебряная медалистка Олимпийских игр по фигурному катанию, поступила в Российский университет дружбы народов (РУДН) на факультет международных отношений. Евгения считает образование важным для расширения кругозора и развития интеллектуальных способностей. В РУДН она изучает основы международной дипломатии, что помогает ей лучше понимать культурные различия и выстраивать отношения с зарубежными коллегами и болельщиками. Медведева показывает, что можно одновременно развивать спортивные навыки и получать образование, которое пригодится в будущем, когда она решит сменить карьерное направление. Медведева демонстрирует студентам, что спорт и учеба могут дополнять друг друга, а знание иностранных языков и международной политики может быть полезно в общении и взаимодействии с зарубежными коллегами и СМИ.

Владислав Козлов, российский хоккеист и защитник команды «СКА», поступил в Санкт-Петербургский государственный университет на юридический факультет. Сочетая обучение праву с профессиональной хоккейной карьерой, Владислав показывает, что

можно успешно совмещать спорт и получение знаний, которые будут полезны в дальнейшем. Юридическое образование не только расширяет его кругозор, но и дает уверенность в том, что он сможет продолжить карьеру в новой сфере после завершения спортивной деятельности. Пример Козлова мотивирует студентов на то, что спорт и образование могут идти рука об руку, открывая двери в разные области жизни.

Примеры российских спортсменов доказывают, что учеба и спорт могут успешно допол-

нять друг друга. Вузы, такие как РГУФКС-МиТ, РУДН, МГУ и НИУ ВШЭ, предоставляют студентам-спортсменам возможности для гибкого обучения, помогая им сочетать карьеру с получением знаний, которые пригодятся им в будущем. Эти спортсмены вдохновляют молодежь на развитие не только физических, но и интеллектуальных способностей, показывая, что дисциплина, планирование и стремление к знаниям – ключ к успешной жизни как в спорте, так и за его пределами.

ЛИТЕРАТУРА

1. Распоряжение Правительства РФ от 17.11.2008 №1662-р, пункт 3 Стр. 40.
2. *Муллер А.Б.* Физическая культура: учебник и практикум для вузов / А.Б. Муллер, Н.С. Дядичкина, Ю.А. Богащенко. – М.: Юрайт, 2024. – 424 с.
3. Научная статья «Влияние спорта на достижение человеком успехов в карьере и жизни» Стр. 290.
4. Научная статья «Внедрение физической активности и ее влияние на здоровье студента»

THE IMPACT OF SPORTS ON A STUDENT'S LIFE

MALINOVSKAYA Olga Viktorovna

Senior Lecturer

Pacific State University

SLYUSAREVA Tatiana Dmitrievna

Student

Far Eastern Institute of Management – branch Russian Presidential

Khabarovsk, Russia

The article raises the problem of the influence of professional sports on the student's learning process. Examples of measures taken by the state to develop sports in Russia are given. The experience of modern students who manage to combine the educational process and sports is considered.

Keywords: sports, academics, students, accomplishments.