

**Левченко Дарья Валерьевна**

студентка

*Научный руководитель*

**Власенко Светлана Юрьевна**

магистр, старший преподаватель

ФГБОУ ВО «Тихоокеанский государственный университет»

г. Хабаровск, Хабаровский край

## **СПОРТИВНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ КАК РЕСУРС СОЦИАЛИЗАЦИИ И УСПЕШНОЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ САМОРЕАЛИЗАЦИИ МОЛОДЁЖИ**

*Аннотация: автор обращается к проблеме жизненной успешной самореализации и социализации российской молодежи, становление субъектности которой происходит в достаточно сложных социально-экономических и социокультурных условиях. В статье акцентируется внимание на роли спорта в жизненной успешной самореализации молодежи и обосновывается тот факт, что его потенциал как канала социализации молодежи используется в России крайне неэффективно притом, что сохраняется устойчивая тенденция снижения социального и физического здоровья молодых россиян.*

*Ключевые слова:* спорт, социализация, молодёжь.

Основные точки, рассматриваемые в публикации:

- значение спорта в жизни молодых людей;
- роль спортивных занятий в процессе социализации;
- спорт как фактор профессиональной успешности;
- специфические особенности влияния спорта на профессиональное становление;
- проблемы и перспективы развития молодежного спорта в контексте социальной адаптации.

Спорт представляет собой значимый социокультурный феномен, оказывающий влияние на значительное число людей и играющий ключевую роль в социальной политике государства. Наряду с совершенствованием физических способностей, спорт выступает важнейшим фактором социализации личности, занимая важное место среди институтов образования, СМИ, религиозных организаций и других общественных структур.

Кроме того, занятия спортом способствуют развитию множества значимых личных качеств и навыков, что делает его мощным ресурсом для профессиональной самореализации. Современная молодежь сталкивается с многочисленными вызовами, связанными с формированием личности, выбором профессии и адаптацией в обществе. Именно поэтому физическая активность и занятия спортом приобретают особенное значение, способствуя гармоничному развитию молодых людей.

Спортивные занятия оказывают многогранное воздействие на личность:

- укрепляют физическое здоровье, повышая выносливость, снижая риски заболеваний и улучшая общее самочувствие;
- способствуют психологическому благополучию, помогая справляться со стрессом, тревогой и депрессивными состояниями, формируя позитивное мировоззрение;
- становятся платформой для начала профессиональной карьеры, позволяя проявить способности, которые впоследствии обеспечат карьерный рост и высокую конкурентоспособность на рынке труда.

Особенно важен вклад спорта в процесс социализации молодежи. Занимаясь спортом, молодые люди осваивают ключевые навыки, необходимые для полноценной общественной жизни: развивают межличностные связи, навыки эффективного сотрудничества и разрешение конфликтных ситуаций. Тренировки способствуют выработке здоровых привычек, поддерживают дисциплину и ответственность, которые важны не только в спорте, но и в любых сферах жизнедея-

---

тельности. Участие в масштабных спортивных мероприятиях, чемпионатах и региональных событиях расширяет социальный кругозор, обогащает общение с новыми людьми и улучшает интеграцию в сообщество.

Таким образом, спорт оказывается необходимым условием для эффективной социализации и успешной профессиональной самореализации молодежи, содействуя развитию разносторонней личности, готовой активно действовать и преуспевать в современном динамичном мире.

Помимо своей прямой функции – укрепления здоровья и развития физических способностей, спорт приобретает дополнительную значимость, становясь основой для успешной профессиональной самореализации. Занятия спортом способствуют формированию ряда универсальных качеств, высоко оцениваемых работодателями независимо от конкретной отрасли экономики.

Во-первых, спортивный опыт вырабатывает привычку правильно распоряжаться временем, эффективно управлять своими ресурсами и последовательно двигаться к достижению конкретных целей. Во-вторых, командные виды спорта способствуют развитию навыков коммуникации и координации действий внутри коллектива, научившись конструктивно взаимодействовать с партнёрами и разумно делить полномочия. В-третьих, спорт помогает сформировать устойчивый характер, включая такие черты, как смелость принимать решения, стойкость к трудностям, способность проявлять терпение и готовность нести ответственность за собственные поступки.

Опыт, полученный в результате регулярного участия в спортивных мероприятиях, существенно облегчает молодым людям путь к зрелой самостоятельности и осознанному профессиональному выбору. Известные представители бизнеса, руководители компаний и профессионалы многих областей признают, что именно увлеченность спортом помогла им выработать ключевые характеристики, приведшие к личным и карьерным победам. По сути, активное привлечение молодёжи к систематическим занятиям спортом не только благотворно отражается на уровне здоровья нации, но и создаёт прочный фундамент для дальнейших достижений в трудовой сфере.

Невозможно игнорировать тот факт, что в наши дни занятия спортом приобрели огромную популярность. Сегодня повсеместно появляются современные тренировочные центры и спортивные площадки. Любители спорта, даже те, кто не занимается профессионально, активно принимают участие в любительских турнирах и соревнованиях. Люди готовы тратить средства на абонементы в бассейны и фитнес-залы, оборудовать дома специальные зоны для тренировок или покупать спортивный инвентарь, чтобы иметь возможность заниматься ежедневно.

Государство активно поддерживает инициативу молодых людей вести активный образ жизни, проводя многочисленные мероприятия, включая крупные национальные и международные соревнования. Вместе с тем долгие годы проблемы развития молодежного спорта оставались нерешенными: отсутствовали инвестиции в строительство новых объектов, старая инфраструктура приходила в негодность, а финансовые меры поддержки зачастую были недостаточны. Только в последнее время государство начало обращать больше внимания на сферу спорта.

Сегодня в российском обществе наблюдается заметная тенденция: растет интерес граждан к собственному здоровью и физическим возможностям. Несмотря на это, подобная озабоченность здоровьем пока не стала стабильной и общепринятой практикой. Чтобы изменить ситуацию, необходимо серьёзное государственное вмешательство, которое повысит статус физической культуры и спорта, закрепив их как неотъемлемую часть общественного сознания и приверженности здоровому образу жизни.

В настоящее время реализуется множество государственных программ, направленных на поддержку молодежного спорта. Создаются новые экономические и юридические инструменты, позволяющие продвигать массовые инициативы по охране здоровья и формировать правильные привычки у населения. Уже запущены крупные государственные проекты, такие как «Дети России», «Патриотическое воспитание молодежи», «Молодежь России», «Я ПОБЕДИТЕЛЬ», и другие. Необходимо продолжить работу над совершенствованием содержания и

---

структуры юношеского спорта, увеличением финансовой поддержки отрасли, пропагандой спорта средствами массовой информации, а также повышением материальной мотивации для активных участников спортивных движений.

Спортивная деятельность обладает огромным потенциалом для социализации и успешной профессиональной самореализации молодежи. Регулярные занятия спортом способствуют формированию ключевых личностных качеств, таких как дисциплина, целеустремленность, стрессоустойчивость и умение работать в команде, которые востребованы в любой профессиональной среде.

### ***Список литературы***

1. Петунин С.С. Современный спорт как фактор социализации: проблемы и противоречия / С.С. Петунин // Социальная политика и социология. – 2010. – №2. – С. 208–215. – EDN MWLRVV
2. Губанов Э.В. К вопросу о социальной сущности спорта / Э.В. Губанов // Автономия личности. – 2020. – №1 (21). – С. 95–101. – EDN OASHPN
3. Молодёжный спорт: проблемы и перспективы [Электронный ресурс]. – Режим доступа <https://scienceforum.ru> (дата обращения: 06.06.2025).
4. Привлечение молодёжи к спорту и здоровому образу жизни в целях реализации государственной молодежной политики: региональный аспект [Электронный ресурс]. – Режим доступа <https://moluch.ru> (дата обращения: 06.06.2025).