

УДК 796.011.1

## Роль семьи в формировании физической культуры молодежи

---

**Ирина Сергеевна Вавилина**

Уральский федеральный университет имени первого  
Президента России Б. Н. Ельцина, Екатеринбург, Россия

vavilinairic@ya.ru

**Аннотация.** Статья посвящена определению роли семьи в развитии физической культуры молодых людей. В ходе работы использовались такие методы исследования, как анализ теоретических источников по вопросам физической культуры молодежи, роли семьи в ее развитии, нормативно-правовых актов, указанных в списке литературы, а также метод случайного экспресс-опроса. Результаты опроса показали, что молодые люди высоко оценивают свой уровень физической культуры и вклад семьи в его формирование.

**Ключевые слова:** физическая культура, молодежь, семья, спорт, семейные ценности

**Для цитирования:** Вавилина И. С. Роль семьи в формировании физической культуры молодежи // Инновационный потенциал молодежи: спорт, культура, образование. Екатеринбург : Изд-во Урал. ун-та, 2022. С. 143–148.

## The Role of the Family in the Formation of Physical Culture of Young People

---

**Irina S. Vavilina**

Ural Federal University named after first  
President of Russia B. N. Yeltsin, Ekaterinburg, Russia

vavilinairic@ya.ru

**Abstract.** The article is devoted to the definition of the role of the family in the development of physical culture of young people. In the course of the work, such research methods were used as the analysis of theoretical sources on the issues of

physical culture of youth, the role of the family in its development, regulatory legal acts, as well as the method of a random express survey. The results of the survey showed that young people highly appreciate their level of physical culture and the contribution of the family to its formation.

**Keywords:** physical culture, youth, family, sports, family values

**For citation:** Vavilina, I. S. (2022). The Role of the Family in the Formation of Physical Culture of Young People. In A. V. Ponomaryov (Eds.), *Innovative Potential of Youth: Sport, Culture, Education* (pp. 143–148). Ekaterinburg: Ural University Publishing House. [In Russian]

**З**доровье человека является важнейшей жизненной ценностью. Тенденция здорового образа жизни особенно актуальна в последние десятилетия. Предпосылками этого являются формирование и развитие личной физической культуры. Формирование физической культуры особенно важно в период с младенчества до зрелости, т. к. в течение этого жизненного этапа человек знакомится с миром, обществом и своим телом. Однако только у молодежи происходит осмысление и укоренение физической культуры. При этом к молодежи, согласно действующему законодательству, относятся лица в возрасте от 14 до 35 лет [1].

Физическая культура — это часть общей культуры, включающая в себя совокупность ценностей, норм и знаний, направленных на укрепление здоровья, развитие физических способностей человека и использование их в повседневной жизни. Она включает в себя физическое воспитание, подготовку и развитие человека [2]. Согласно Федеральному закону «О молодежной политике в РФ», одним из направлений реализации молодежной политики является оздоровление молодежи путем формирования условий для занятий физической культурой, спортом [1]. Это свидетельствует о государственном статусе формирования физической культуры молодежи в России.

Семья является важнейшим институтом социализации личности, следовательно, без участия семьи практически невозможно сформировать мотивацию молодежи к занятию спортом и систематической поддержке личной гигиены.

Изучение темы роли семьи в формировании физической культуры молодежи в настоящее время востребовано в связи с принятием Федерального закона «О молодежной политике в РФ». Для настоящего исследования особую важность представляют работы И. О. Рокитян-

ской и Л. К. Нагматуллиной о роли семьи в формировании мотивации молодежи к занятиям физической культурой и спортом [3]; В. И. Усакова о физической культуре в семье, проблемах и путях их решения [4]; А. А. Сафроновой о физической культуре как неотъемлемой части здорового образа жизни учащейся молодежи [5].

Целью настоящего исследования является определение роли семьи в формировании физической культуры (на примере молодых людей от 14 до 35 лет).

Физическая культура и культура семейных взаимоотношений тесно связаны друг с другом. Семья как институт социализации выполняет воспитательную функцию и функцию трансляции [3, с. 243]. Эти функции имеют большое значение в формировании, воспитании и укоренении ценности здорового образа жизни у младших членов семьи — детей. Дети являются «зеркалом» своих родителей, поэтому старшее поколение имеет большое влияние на формирование мышления и ценностей ребенка.

Необходимо отметить, что у функции трансляции есть негативная сторона. Она заключается в том, что дети формируют и запоминают не только положительные аспекты физической культуры семьи, но и негативные аспекты, например, вредные привычки и отрицательные качества (лень, грубость и т. д.).

Методом случайного экспресс-опроса в сентябре 2021 г. нами было опрошено 62 представителя молодежи в возрасте от 14 до 35 лет. Из них 64,5 % — женского пола, 35,5 % — мужского пола. Респонденты были разделены на возрастные группы по статусу: «школьники» — 16 человек (25,8 %), «студенты ССУЗов (Средние специальные учебные заведения)» — 16 человек (25,8 %), «студенты ВУЗов (бакалавриат/специалитет)» — 14 человек (22,6 %), «студенты ВУЗов (магистратура/аспирантура)» — 4 человека (6,5 %), «работающие» — 12 человек (19,4 %).

Анкета включает в себя 15 вопросов разного типа, из которых 4 вопроса носят общий характер. Респондентам было предложено ответить на 11 специальных вопросов, касающихся определения понятия физическая культура и его составляющих; определения актуального уровня физической культуры целевой группы; выделения основных агентов формирования физической культуры; отношения семьи к развитию ценности здорового образа жизни и физической культуры. При этом респонденты могли выбрать несколько вариантов ответа.

В ходе исследования получены следующие результаты. В первую очередь рассмотрим, как понимают словосочетание физическая культура молодые люди. Большинство респондентов, 50 человек (80,6%), выбрали вариант «Физическая культура — это часть общей культуры общества, направленная на укрепление и повышение уровня здоровья, развитие физических способностей и использование их в общественной практике и повседневной жизни». Группа из 12 человек (по 6 в каждой) выбрали следующие определения: «Физическая культура — это культура человека, сформированная во время занятий спортом и физической активности» и «Физическая культура — это область социальной деятельности, связанная с развитием физической силы человека и его здоровья через занятия спортом». Все вышперечисленные определения напрямую относятся к физкультуре, но более точным является первое, выбранное наибольшим числом респондентов.

Почти все респонденты (58 человек — 93,5%) относят к физической культуре здоровый образ жизни; 87,1% — спорт; 77,4% — спортивные игры; 71% — физическое воспитание; 61,3% — правильное питание и гигиену. Только 45,2% выбрали профессиональный спорт, а 32,3% — спортивное мышление. Все эти составляющие можно отнести к физической культуре.

Респондентам был задан вопрос, связанный с оценкой их физической культуры в настоящий момент. Были получены следующие результаты: «низкий уровень» — 2 человека (3,2%), «уровень ниже среднего» — 8 человек (12,9%), «средний уровень» — 20 человек (32,3%), «уровень выше среднего» — 26 человека (41,9%), «высокий уровень» — 6 человека (9,7%).

22 респондента (38,7%) считают, что они сами повлияли на формирование личной физической культуры, 12 респондентов считают это заслугой семьи, 10 человек — заслугой друзей. Заслуга семьи в формировании физической культуры, по мнению респондентов, заключается в занятии различными видами физической активности (67,7%), совместных прогулках на свежем воздухе (48,4%), контроле за соблюдением личной гигиены (38,7%) и поддержке на спортивных соревнованиях (36,7%). Почти половина респондентов считает, что семья положительно повлияла на формирование их физической культуры (48,4%); 24 респондента ответили «частично да»; 6 респондентов затруднились ответить; 2 человека ответили отрицательно.

Больше половины молодых людей (54,8 %) указали, что в семье имеются вредные привычки, связанные со здоровьем. При этом на вопрос о влиянии этих привычек 28 респондентов выбрали ответ «в моей жизни нет места этим вредным привычкам».

Анализ результатов опроса показал, что молодые люди достаточно высоко оценивают свой уровень физической культуры, при этом большая часть респондентов считают, что они сами повлияли на его формирование, и только 12 человек из 62 считают это заслугой семьи.

Таким образом, в настоящем исследовании мы пришли к следующим выводам. Семья является «невидимым» защитником и учителем на страже здоровья младшего поколения — детей. Именно старшее поколение, исполняя воспитательную и транслирующую функции, формирует основы физической культуры, включающей в себя основы гигиены, питания, режима сна и отдыха, различные виды физической активности, спорт и спортивные игры. Зачастую детям трудно принять факт, что эти основы были заложены именно в семье, однако при этом они положительно оценивают вклад семьи в их физическую культуру.

Результаты данного исследования могут быть использованы в практической работе со студентами вузов, особенно при подготовке специалистов по работе с молодежью, педагогов, специалистов по физической культуре и спорту, а также при планировании, разработке и организации мероприятий, способствующих формированию и повышению уровня физической культуры, здорового образа жизни семьи в целом и молодых людей в частности.

### Список источников

1. О молодежной политике в Российской Федерации : федеральный закон от 30.12.2020 г. № 489-ФЗ // Российская газета. 11 янв. 2021 г. Вып. № 1 (8352). URL: <https://rg.ru/2021/01/11/molodez-dok.html> (дата обращения: 15.10.2021).

2. О физической культуре и спорте в Российской Федерации : федеральный закон от 04.12.2007 г. № 329-ФЗ (ред. от 02.07.2021). URL: [http://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_73038/](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_73038/) (дата обращения: 15.10.2021).

3. Рокитянская И. О., Нагматуллина Л. К. Роль семьи в формировании мотивации молодежи к занятиям физической культурой и спортом // Физическое воспитание и студенческий спорт глазами студентов. Материалы III Всероссийской научно-методической

конференции с международным участием (Казань, 1–2 дек. 2017 г.) / под ред. Р. А. Юсупова, Б. А. Акишина. Казань : Казанский государственный технический университет им. А. Н. Туполева, 2017. С. 242–244.

4. Усаков В. И. Физическая культура в семье: проблемы и пути их решения // Вестник ПГУ им. Шолом-Алейхема. 2015. № 1 (18). С. 109–113.

5. Сафронов А. А. Физическая культура как неотъемлемая часть здорового образа жизни учащейся молодежи // Молодой ученый. 2014. № 20 (79). С. 690–692.

### **Информация об авторе**

**Ирина Сергеевна Вавилина** — студент, Уральский федеральный университет имени первого Президента России Б. Н. Ельцина (Екатеринбург, Россия).

### **Information about the author**

**Irina S. Vavilina** — Student, Ural Federal University named after the first President of Russia B. N. Yeltsin (Ekaterinburg, Russia).