

**И.Л. Пожидаева,
Ростовский государственный медицинский университет
Минздрава России;
С.Н. Пожидаев,
Ростовский государственный медицинский университет
Минздрава России**

СПОРТИВНОЕ ВОЛОНТЕРСТВО КАК ЭЛЕМЕНТ ПАТРИОТИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ

Статья посвящена спортивному волонтерству как элементу патриотического воспитания молодежи. Участие в спортивных мероприятиях имеет много преимуществ для здоровья и способствует физической активности в свободное время на уровнях, способствующих влияющих на укрепление здоровья. Спортивным организациям нужны добровольцы для предоставления возможностей участия, и на протяжении многих лет сектор сталкивался с проблемами набора и удержания волонтеров, особенно из-за возросших бюрократических требований в действующих общественных спортивных клубах. Статья глубоко затрагивает медицинские, этические и социальные проблемы, связанные со спортивным волонтерством.

Ключевые слова: спортивное волонтерство, физическая культура, физическая активность, спорт, гиподинамия, профилактика.

**I.L. Pozhidaeva, Rostov State Medical University
of Russian Ministry of Health;
S.N. Pozhidaev, Rostov State Medical University
of Russian Ministry of Health**

SPORTS VOLUNTEERING AS AN ELEMENT OF PATRIOTIC EDUCATION OF STUDENTS

Participation in sporting activities has many health benefits and has been shown to promote leisure-time physical activity at levels that promote health. Sports organizations need volunteers to provide participation opportunities and over the years the sector has faced challenges in recruiting and retaining volunteers, particularly due to increased bureaucratic and compliance requirements within operating community sports clubs. The article deeply touches on medical, ethical and social issues associated with sports volunteering.

Keywords: digital technologies, sedentary lifestyle, physical activity, obesity, sports.

Волонтеры жизненно важны для участия сообщества в спорте, и акт волонтерства определяется как «время, добровольно отданное для общего блага и без

финансовой выгоды». В спорте волонтерство часто определяется как «неигровые роли, выполняемые для поддержки, организации и / или проведения организованных спортивных и физических мероприятий».

Наиболее важным атрибутом волонтерства является то, что оно не есть обязательная деятельность; оно направлено на благо других (отдельных лиц, организаций или всего общества); за это не предлагается вознаграждение; в основном это происходит в организованных рамках [1].

Начиная с Олимпийских игр, Универсиады, местного марафона и заканчивая общественными соревнованиями, спортивные мероприятия всех типов и масштабов были обычным местом эпизодического волонтерства. На этих мероприятиях волонтеры оказывают услуги спортсменам, аудитории и средствам массовой информации, предлагая поддержку в управлении и операциях. Их вклад варьируется от коучинга, технической поддержки, языковых навыков, медицинских услуг до уборки места проведения.

Взносы волонтеров не только позволяют организаторам экономить расходы, но и расширять количество, качество и разнообразие услуг на этих мероприятиях. Во многих случаях волонтеры приносят энтузиазм в мероприятие, что помогает повысить удовлетворенность посетителей и поддержку сообщества. Волонтеры являются неотъемлемой частью спортивных мероприятий во многих странах [1; 2].

Волонтерство на спортивных мероприятиях имеет характеристики, которые могут отличать его от эпизодического волонтерства на мероприятиях других типов.

Во-первых, существует большое разнообразие масштабов спортивных мероприятий. Они варьируются от небольших местных мероприятий, таких как общественное мероприятие, проводимое в местном парке, до крупномасштабных мегасобытий, таких как национальные чемпионаты или профессиональные матчи по всему миру. Такое разнообразие и частота могут предоставить потенциальным волонтерам больше возможностей и более легкий доступ для реализации их мотивации вносить свой вклад в спортивные мероприятия.

Во-вторых, волонтеров часто можно увидеть на спортивных мероприятиях. Учитывая близость к спортсменам и зрителям, волонтеров часто узнают, и они с большей вероятностью получают удовольствие от волнения и энтузиазма [3].

В-третьих, поскольку многие спортивные мероприятия повторяются с течением времени, некоторые организаторы мероприятий имеют достаточный опыт

работы с волонтерами. У этих организаторов могут быть хорошо структурированные, организованные планы управления координацией волонтеров. Это особенно верно для крупномасштабных мегасобытий, которые проводятся регулярно. Небольшие мероприятия также могут быть структурированы, но могут управляться более разовым образом.

Несмотря на то что волонтерство на спортивных мероприятиях проводится по всему миру, были предприняты ограниченные усилия для сравнительного анализа волонтерства на спортивных мероприятиях.

Положительный эффект от занятий спортом достигается в первую очередь за счет физической активности, но вторичные эффекты приносят пользу здоровью, такие как психосоциальное и личностное развитие и меньшее потребление алкоголя.

Негативные последствия, такие как риск неудач, травм, расстройств пищевого поведения и эмоционального выгорания, также очевидны. Поскольку физическая активность все чаще проводится организованно, роль спорта в обществе с годами становится все более важной не только для отдельного человека, но и для общественного здравоохранения [1; 4].

Биология человека требует определенной физической активности для поддержания хорошего здоровья и самочувствия. Биологическая адаптация к жизни с меньшей физической активностью займет много поколений. Люди, живущие сегодня, предъявляют более или менее те же требования к физической активности, что и 40 000 лет назад. Для среднего мужчины с массой тела 70 кг это соответствует примерно 19 км ежедневной ходьбы в дополнение к повседневной физической активности.

Для большинства людей ежедневная физическая активность снижается, в то время как запланированные, осознанные физические упражнения и тренировка увеличиваются. К сожалению, среднесуточное потребление энергии увеличивается больше, чем ее суточная выработка, создавая избыток энергии. Это одна из причин увеличения числа людей с избыточным весом и серьезная причина многих проблем со здоровьем [2; 4].

Более сидячий образ жизни (недостижение рекомендуемого уровня физической активности) в сочетании с повышенным потреблением энергии ухудшает как физические, так и умственные способности и увеличивает риск заболеваний. Воздействие физической активности на здоровье во многих случаях зависит от

соотношения доза – эффект; доза физической активности пропорциональна воздействию на здоровье.

Организации с более эффективными методами управления волонтерами, такими как обучение и признание волонтеров, имели более высокий уровень организационного потенциала. Спортивные организации с более высокой долей волонтеров в их правлении имели более высокий уровень организационной эффективности, измеряемый такими факторами, как достижение целей и удовлетворенность заинтересованных сторон.

Участие в спортивном волонтерстве – это не только способ улучшить психическое здоровье за счет повышения чувства признательности или уважения, но это также возможность участникам принять индивидуальный вызов, познакомиться с новыми людьми или получить конкретные знания [5].

Неоднократно демонстрировалось, что спортивные мероприятия оказывают определенное воздействие на здоровье, окружающую среду, социальную, культурную, политическую или экономическую составляющую, и, привлекая местных жителей и туристов, они выполняют функцию приема и способствуют развитию туризма. Их организация, независимо от размера и масштабности мероприятия, напрямую связана с несколькими задачами, на переднем крае которых находятся поиск и бронирование места проведения, поддержание связи с несколькими внешними организациями, организация аккредитации, логистики, управления рисками или удержания персонала. Группа вспомогательного персонала, которая добровольно и без вознаграждения помогает организаторам проводить спортивные мероприятия максимально гладко и наилучшим образом, – это волонтеры [3; 5].

Существует большое разнообразие теорий о том, почему люди занимаются волонтерством. Ведущей из них, по-видимому, является теория самоопределения, которая показывает взаимосвязь между психологическими потребностями человека и мотивацией к действию. Авторы теории берут за основу психологические потребности в автономии, компетентности и связанности, проводя отдельное различие между внутренней и внешней мотивацией. Первые могут быть вызваны среди прочего радостью от помощи другим или интересом к событию.

В последнем рассматриваются внешние факторы, например, в форме вручения волонтерам подарков или одежды для мероприятий или предложения бесплатного входа на мероприятие. Участники, занимающиеся волонтерством, упоминали различные типы причин, которые побудили их стать активными, во главе с социальными ценностями и нормами, отношениями в обществе, увлеченно-

стью, прямой выгодой, оппортунизмом или внутренними и внешними психологическими преимуществами [1; 5].

Участие в волонтерской деятельности имеет много потенциальных преимуществ для здоровья и благополучия, особенно в аспектах психического здоровья. Волонтерство предоставляет возможность повысить уверенность и самооценку, а также интегрироваться в сообщество со схожими интересами. Помимо предоставления возможностей участвовать в интересных, стоящих или просто доставляющих удовольствие мероприятиях, это очень часто платформа для установления всевозможных контактов, как личных, так и профессиональных. Еще одним важным мотивом для волонтерства является приобретение положительного жизненного опыта в форме отдыха от повседневной рутины для расширения новых горизонтов или просто для заполнения своего свободного времени интересными занятиями [6].

Наличие свободного времени является особым фактором, усиливающим желание заниматься волонтерством, поскольку постоянное выполнение других жизненных обязанностей, связанных с профессиональной работой, может создавать барьеры, затрудняющие волонтерство.

Особый вид спортивного волонтерства – это волонтерство, которое предполагает временное, часто разовое, обязательство группы людей помочь на мероприятии, длящемся определенный период. Эту форму активности можно наблюдать во время случайных спортивных мегасобытий, таких как финальный матч чемпионата по американскому футболу, летние и зимние Олимпийские и Паралимпийские игры, Континентальные игры или чемпионат мира по футболу. Такое волонтерство может привлечь к работе самых разных людей, у которых могут быть совершенно иные мотивы, чем у тех, кто занимается более постоянной волонтерской деятельностью [2; 7].

Список литературы:

1. Блинков Е.Ю., Куликова К.С. Модель подготовки волонтеров в условиях реализации Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО): материалы Всерос. научно-практич. конференции «Актуальные подходы к формированию физической культуры личности в процессе реализации Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне». Екатеринбург: Изд-во УГПУ, 2018. С. 11–15.

2. Горлова Н.И. Мир спортивного волонтерства. М.: ГБУ г. Москвы «Мосволонтер», 2018. 108 с.
3. Гуляева С.С. Стратегические ориентиры здоровьесбережения нации // Наука и спорт: современные тенденции. 2018. № 1 (18). С. 57-63.
4. Грязнов С.А. Опасности снижения физической активности молодежи // Международный журнал гуманитарных и естественных наук. 2021. № 6. С. 2–15.
5. Евдокимов А.В. К вопросу о риске здоровью женщин с различной двигательной активностью // Фундаментальные и прикладные аспекты анализа риска здоровью населения: материалы Всерос. научно-практической конф. Пермь, 2017. С. 29–34.
6. Покровская Т.Ю., Юсупов Р.А., Титова Е.Б., Журавлева Ю.С. Дистанционное обучение по дисциплине «Физическая культура и спорт» // Теория и практика физ. культуры. 2020. № 11. С. 65–67.