



Национальный  
исследовательский

**Томский  
государственный  
университет**

Бесплатные массовые забеги как инструмент  
воспитания и популяризации спорта  
в молодежной среде

Чернова Снежана Александровна

# Развитие ФКиС

– важный элемент современной  
социально-экономической политики России



## БЕГ

2024 г.: 27 % населения

- низкий порог входа
- строительство инфраструктуры
- развитие беговых сообществ
- популярность крупных забегов
- дети, население 30+

## СЕВЕРНАЯ ХОДЬБА

2024 г.: 13% населения

- рекомендована для ЗОЖ
- отсутствие противопоказаний
- доступность
- продвижение в программах активного долголетия
- средний возраст 45+



# БАРЬЕРЫ ДЛЯ ЗАНЯТИЙ СПОРТОМ СРЕДИ МОЛОДЕЖИ

- отсутствие доступных секций для занятий спортом
- коммерческий характер спортивных учреждений
- недостаток времени
- недостаток финансов
- отсутствие мотивации
- кризис социального одиночества
- утомляемость после учебы (работы)
- состояние здоровья

# БЕСПЛАТНЫЙ ЗАБЕГ КАК ОТВЕТ НА КЛЮЧЕВЫЕ БАРЬЕРЫ И ЗАПРОСЫ МОЛОДЕЖИ



## Бесплатные забеги

**Финансово  
доступно**

**Недалеко  
от дома  
(учебы)**

**Сопричастность  
к сообществу  
(взаимо-  
поддержка)**

# ВОСПИТАТЕЛЬНЫЙ И СОЦИАЛИЗИРУЮЩИЙ ПОТЕНЦИАЛ МАССОВЫХ ЗАБЕГОВ



## Формирование волевых качеств и ответственности и практически компетенций

- ❑ Подготовка и участие в старте:
  - целеустремленность
  - дисциплинированность
  - умение преодолевать трудности
  - умение ставить личные рекорды
- ❑ Волонтерство:
  - организационный опыт
  - навыки работы в команде
  - способность нести ответственность
  - мастерство решать нестандартные задачи



## Инклюзивность и толерантность

- ❑ «Марафон в темноте»  
(волонтеры для незрячих)
- ❑ «Синдром любви»  
(участники с синдромом «Дауна»)



## Пропаганда здорового образа жизни (ЗОЖ)

- ❑ Наглядная альтернатива пассивному досугу и вредным привычкам
- ❑ Мотивация к регулярному участию:
  - поддержка сообщества
  - успехи сверстников
  - праздничная атмосфера

## Гражданское воспитание и социальная ответственность



- ❑ социализация подростков-сирот
- ❑ благотворительные забеги
- ❑ возможность внести реальный личный вклад в жизнь общества

# ИНФРАСТРУКТУРНЫЙ И ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ АСПЕКТ: РОЛЬ ГОСУДАРСТВА, БИЗНЕСА, НКО И ВОЛОНТЕРСКИХ СООБЩЕСТВ

Успех массовых забегов как инструмента популяризации ФКиС



консолидация усилий различных субъектов

## Государство



- нормативные условия: развитие системы любительских соревнований и школьных спортивных клубов
- развитие спортивной инфраструктуры: беговые дорожки в парках, благоустроенные набережные

## Бизнес и НКО



- крупные компании: спонсоры и организаторы бесплатных забегов (формирование имиджа, развитие команды)
- благотворительные фонды: привлечение внимания к своим миссиям
- образовательные учреждения: вовлечение новичков и формирование устойчивых привычек

## Волонтерские сообщества:



движущая сила и  
кадровый ресурс

- альтруизм, желание личного развития, общение и долг перед обществом
- желание быть причастным к спортивному сообществу, получить новый опыт, поддержать друзей или любимый город
- через добровольческие организации (пример: Добро.рф) и образовательные учреждения (пример: ТТЖД)

## ПРЕДЛОЖЕНИЯ ПО РАЗВИТИЮ БЕСПЛАТНЫХ МАССОВЫХ ЗАБЕГОВ

- ❑ Определение простых правил и ответственных лиц от инфраструктурных объектов для проведения забегов
- ❑ Социальная реклама забегов
- ❑ Вовлечение студентов в участие и волонтерство (зачёт посещений, отметки для волонтеров)
- ❑ Учёт аспекта проведения забегов при реконструкции парков, скверов, зон отдыха (разметка, разделение потоков, WC, хранение инвентаря и др.)
- ❑ Включение в корпоративную культуру (забеги для молодых специалистов, участие руководителей, система мотивации от компании)
- ❑ Обучение организаторов забегов

## ВЫВОДЫ

БЕСПЛАТНЫЕ МАССОВЫЕ ЗАБЕГИ - синтетическая социально-педагогическая технология, эффективно решает комплекс задач в молодежной среде:



### □ Доступность

снимает финансовые и мотивационные барьеры

### □ Социальность

предлагает ответ на вызовы одиночества через формирование комьюнити и волонтерские практики



### □ Воспитательный потенциал

способствует развитию личностных качеств, формированию здорового образа жизни и гражданских чувств (социальную ответственность, альтруизм и инклюзивность)



### □ Актуальность формата

соответствует современным культурным трендам и цифровой реальности



### □ Тиражируемость

предложенные мероприятия позволят распространить технологию и вовлечь большее количество молодежи в ФКиС

# Спасибо за внимание!



Национальный исследовательский  
Томский государственный университет

634050, г. Томск, пр. Ленина, 36  
+7 (3822) 52-98-52, +7 (3822) 52-95-85 (факс)  
rector@tsu.ru

[www.tsu.ru](http://www.tsu.ru)