

# **ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ НА АСОЦИАЛЬНОЕ ПОВЕДЕНИЕ МОЛОДЕЖИ И МОЛОДЕЖНОГО ЭКСТРЕМИЗМА**

**МАЛИНОВСКАЯ Ольга Викторовна**

старший преподаватель

**МИХАЙЛЮК Анастасия Васильевна**

студент

Дальневосточный институт управления – филиал РАНХиГС

г. Хабаровск, Россия

В статье рассматривается роль систематических занятий физической культурой и спортом в профилактике асоциального поведения и молодежного экстремизма в современной России. Анализируются механизмы позитивного влияния физической активности на личность молодежи, включая формирование дисциплины, социальной адаптации и снижение агрессии. Особое внимание уделяется отличию профилактики бытового асоциального поведения от идеологизированного экстремизма, а также практическим рекомендациям по интеграции физкультурной работы в систему профилактики.

**Ключевые слова:** физическая культура, спорт, асоциальное поведение, девиантное поведение, молодежный экстремизм, профилактика, социальная адаптация, молодежь.

Актуальность проблемы обусловлена сохраняющейся уязвимостью молодежи к асоциальным проявлениям и радикализации в условиях социальных трансформаций. По официальным данным правоохранительных органов, значительная доля участников экстремистских проявлений приходится на лиц до 30 лет. Молодежный экстремизм остается одним из вызовов национальной безопасности [1]. Основными предпосылками асоциального поведения и экстремизма

выступают социальная изоляция, низкая самооценка, отсутствие конструктивных каналов самореализации и деструктивный досуг.

Физическая культура и спорт, согласно Федеральному закону «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», направлены не только на укрепление здоровья, но и на социальную адаптацию, формирование личности и профилактику девиантных проявлений. Регулярные занятия способствуют переориентации энергии молодежи в социально одобряемое русло.

Механизмы профилактического воздействия физической культуры многогранны. Во-первых, командные виды спорта формируют дисциплину, ответственность, умение работать в коллективе и уважение к сопернику независимо от его происхождения, что прямо противоречит экстремистской идеологии ненависти [2]. Во-вторых, спортивная среда обеспечивает чувство принадлежности к позитивному сообществу, заменяя деструктивные группы и субкультуры. Успехи в спорте, достигнутые трудом, способствуют здоровой самооценке и позитивной идентичности [3].

Биохимически и психологически спорт выступает каналом легитимного выхода агрессии и избыточной энергии, снижает уровень стресса, тревожности и депрессии за счет выработки эндорфинов и укрепления нервной системы [4]. Исследования подтверждают, что систематическая двигательная активность выступает буфером против девиантного поведения, включая асоциальные проявления [5].

С асоциальным поведением (хулиганство, вандализм, агрессия) физическая культура справляется напрямую, заполняя досуговый вакуум и направляя энергию конструктивно. В отношении молодежного экстремизма спорт устраняет почву радикализации – фрустрацию, отчуждение, низкую толерантность, – но не заменяет идеологическую работу. Против целенаправленной онлайн-пропаганды необходим комплексный подход: критическое мышление, гражданское воспитание и реальные возможности самореализации [2].

Практические рекомендации включают:

1. В образовательных учреждениях – превращение уроков физкультуры в разнообразную практику с акцентом на командные виды, создание доступных секций.

2. На муниципальном уровне – развитие дворовых площадок, бесплатных центров, массовых спортивных мероприятий для формирования общности.

3. На государственном уровне – интеграция физкультурно-массовой работы в стратегии профилактики экстремизма и асоциальных явлений среди молодежи, поддержка социальной рекламы здорового и активного образа жизни [1; 6].

Физическая культура не является панацеей, но остается одним из наиболее эффективных и доступных инструментов профилактики. Она способствует не разрушению, а созиданию – в первую очередь себя и своего места в обществе. Развитие массового спорта укрепляет не только здоровье, но и социальную стабильность, гражданское согласие и безопасность страны.

## ЛИТЕРАТУРА

1. Королев, И.С. Роль физической культуры и спорта в профилактике асоциального поведения молодежи и молодежного экстремизма // Вестник науки и образования. – 2024. – № 20 (467). – С. 146–149.

2. Цекунов, С.О. Физическая культура и спорт как фактор профилактики девиантного поведения молодежи // Науки о здоровье. – 2025. – № 1. – С. 45–50.

3. Струганов, С.М. Роль физической культуры, спорта и здорового образа жизни в профилактике девиантного поведения и асоциальных проявлений в молодежной среде // Теория и практика физической культуры. – 2021. – № 8. – С. 32–35.

4. Федянина, Д.М. Роль физической культуры и спорта в профилактике асоциального поведения молодежи // Современные проблемы науки и образования. – 2023. – № 4. – С. 112–115.

5. Ирхин, В.Н. Особенности профилактики девиантного поведения студентов средствами физкультурно-рекреативной деятельности // Теория и практика физической культуры. – 2022. – № 6. – С. 78–82.

6. Тукачев, Д.Т. Значение физической культуры и спорта в профилактике экстремизма и терроризма // Науки о здоровье. – 2024. – № 3. – С. 56–60.

## **INFLUENCE OF PHYSICAL CULTURE ACTIVITIES ON ASOCIAL BEHAVIOR OF YOUTH AND YOUTH EXTREMISM**

**MALINOVSKAYA Olga Viktorovna**

Senior Lecturer

**MIKHAILYUK Anastasia Vasilevna**

Student

Far Eastern Institute of Management – branch of RANEPА

Khabarovsk, Russia

The article examines the role of systematic physical culture and sports activities in preventing asocial behavior and youth extremism in modern Russia. The mechanisms of the positive influence of physical activity on the personality of young people are analyzed, including the formation of discipline, social adaptation and reduction of aggression. Particular attention is paid to the distinction between the prevention of everyday asocial behavior and ideologized extremism, as well as practical recommendations for integrating physical culture work into the prevention system.

**Keywords:** physical culture, sports, asocial behavior, deviant behavior, youth extremism, prevention, social adaptation, youth.