

СПОРТ В ОБРАЗЕ ЖИЗНИ РАЗЛИЧНЫХ ГРУПП НАСЕЛЕНИЯ

*Мордовцев М.Г., кафедра теории и методики плавания;
ФГБОУ ВО «Национальный государственный Университет
физической культуры, спорта и здоровья П.Ф. Лесгафта,
Санкт-Петербург»*

Аннотация. Физическая культура и спорт является одним из наиболее важных факторов укрепления и сохранения здоровья. Это особенно важно сегодня, в условиях резкого снижения двигательной активности (гиподинамии). Цели и содержание, средства и формы, распространение и эффективность физической культуры и спорта следует рассматривать во взаимосвязи с внешней средой, бытом, питанием, возрастом и полом. Физкультура и спорт представляют собой субъективные аспекты жизни людей и поэтому являются составной частью формирования здорового образа жизни каждого человека в отдельности и всего общества в целом. На сегодняшний день уровень здоровья людей в России очень низкий. Поэтому развитие интереса к спорту необходимо во всех классах общества.

Ключевые слова: спорт, здоровый образ жизни, образ жизни

Актуальность В настоящее время спорт приобретает настолько высокую значимость в обществе, что появляются основания считать его одним из основных видов человеческой деятельности. В системе норм и ценностей общества он также играет большую роль. [1, с. 270] Занятия спортом, особенно любительские, довольно часто рассматриваются не только как способ укрепления и сохранения здоровья, но и как превентивная мера по предотвращению алкоголизации и наркотизации и других антисоциальных проявлений поведения, особенно в среде молодежи

Цель исследования Проанализировать социальные факторы, обуславливающие отношение современной молодёжи к спорту.

Научная новизна заключается в разработке конкретных валеологических программ, повышающих общий культурный, физический уровень, способствующий выбору здорового образа жизни, с целью укрепления и сохранения здоровья.

Спорт это обобщенное понятие, обозначающее один из компонентов физической культуры общества, исторически сложившийся в форме соревновательной деятельности и специальной практики подготовки человека к соревнованиям. Спорт от физической культуры отличается тем, что в нем

имеется обязательная соревновательная компонента. Спорт – это вид культуры, игровая, соревновательная деятельность и подготовка к ней, основанные на использовании физических упражнений и направленные на достижение наивысших результатов. [2, с. 51].

Целью данного исследования проанализировать социальные факторы, обуславливающие отношение современной молодёжи к спорту

Задачи исследования:

- Выявить роль молодёжного и массового спорта в современном обществе
- Определить особенности ценностного отношения молодёжи к спорту
- Проанализировать социальные факторы, влияющие на отношение молодёжи к занятию спортом
- Рассмотреть проблемы развития спорта и привлечения к нему молодёжи на примере России и стран Европы.

Объектом нашего исследования молодёжь как социальная группа.

Предметом исследования нашей работы является проблема отношения современной молодёжи к спорту.

Материалы и методы исследования. Метод сбора информации – сбор первичной социологической информации проводился методом анкетирования.

В процессе исследования было опрошено 26 студентов с 1-4 курса.

В анкете всего 9 вопросов, в основном из альтернативных закрытых вопросов, т. е. вопросов включающих в себя все возможные варианты ответов, из которых опрашиваемому необходимо выбрать тот, который более всего соответствует его мнению. Анкетирование проводилось анонимно в целях получения наиболее достоверной информации.

Рабочий план исследования:

- сбор теоретического материала и разработка методов исследования;
- проведение исследования - распространение и сбор анкет;
- обработка и анализ полученных данных;
- общий вывод проведенного исследования.

Результаты исследования и их обсуждения. В анкетировании приняли участие 13 человек мужского пола и 13 женского возрастом от 18 до 24 лет.

Анализ ответов показал, что доминирующую роль в иерархии жизненных ценностей заняли семья (88,3%), любовь (63,1%), здоровье (84,5%). Менее значимые ценности – это: дружба (XMRмалозначимых для респондентов ценностей находятся: образование (27,6%), Интересная работа (23%) и самореализация (24,1%). На рисунке 1 представлены результаты опроса.

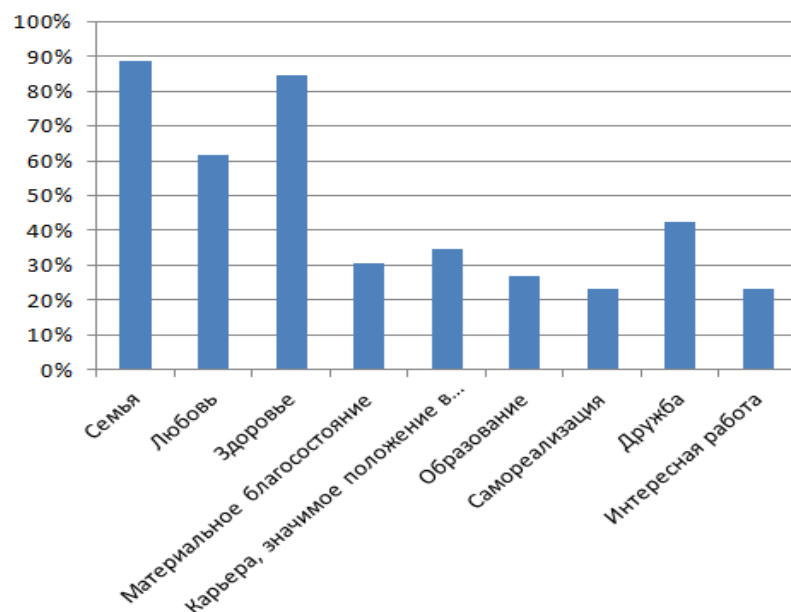


Рисунок 1 – Результаты опроса №1

Итак, здоровье одной из главных ценностей жизни

считают 84,5% опрошенных. Однако существует разница между осознаваемой ценностью здоровья и реальным поведением, которое направленно на его сохранение и укрепление.

Спорт, как известно, является одним из самых доступных и эффективных способов поддержания и усиления здоровья человека. Для выяснения степени спортивной активности респондентам задавался вопрос: «Как часто Вы занимаетесь физическими упражнениями?» Полученные результаты таковы: практически ежедневно – 19 %, 2-3 раза в неделю – 46%, 3-4 раза в месяц - 15%, реже – 12% вообще не занимаются – 8%. На рисунке 2 представлены результаты опроса.

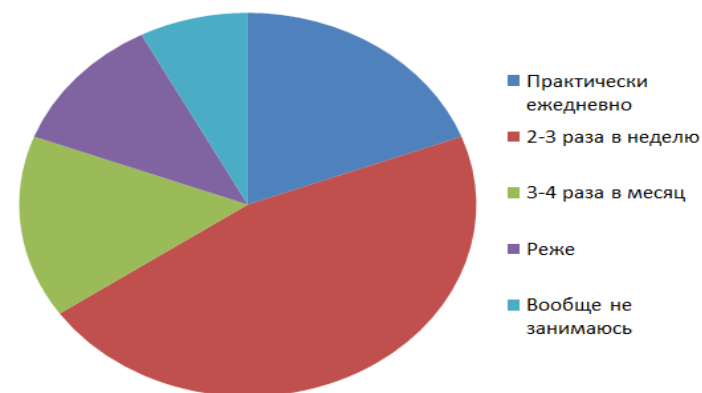


Рисунок 2 – Результаты опроса №2

Наиболее важными факторами, влияющими на регулярность занятий физической культурой являются ценностные ориентации в целом и ценности, которые связаны со спортом.

Важно различать провозглашенные ценности и ценности реальные, на которые человек ориентируется в своем реальном поведении и которые старается воплотить в жизнь. Среди ценностей провозглашенных людьми здоровье и физическое совершенствование занимают высокие позиции. Значительно более низкую роль здоровье и физическое совершенство играют в системах реальных ценностей людей. Если анализировать именно ценность физического совершенства, то можно заметить, что то в свой список самых значимых ценностей его включили всего 84,5% респондентов. Занимаются спортом довольно часто около 80%. То есть можно сделать вывод, что почти у 90% людей этой категории слова и мысли подтверждаются деятельностью.

По результатам исследования можно сделать вывод о том, что среди главных причин занятий доминирует: во-первых стремление улучшить телосложение, привести вес в норму (68,7%); желание улучшить здоровье (68,1%) и желание получить эмоциональную разрядку 50,1%. 34% ответивших

занимаются того, чтобы быть в кругу друзей, 31% - чтобы повысить физическую привлекательность и Анализ гендерного аспекта показывает расхождения в главных причинах занятий: девушки занимаются в основном для того, чтобы улучшить телосложение, оптимизировать вес, а для юноши – для укрепления здоровья. Поэтому, в целом, физические упражнения и занятия спортом для респондентов являются элементом бережного отношения к своему здоровью. На рисунке 3 представлены результаты опроса.

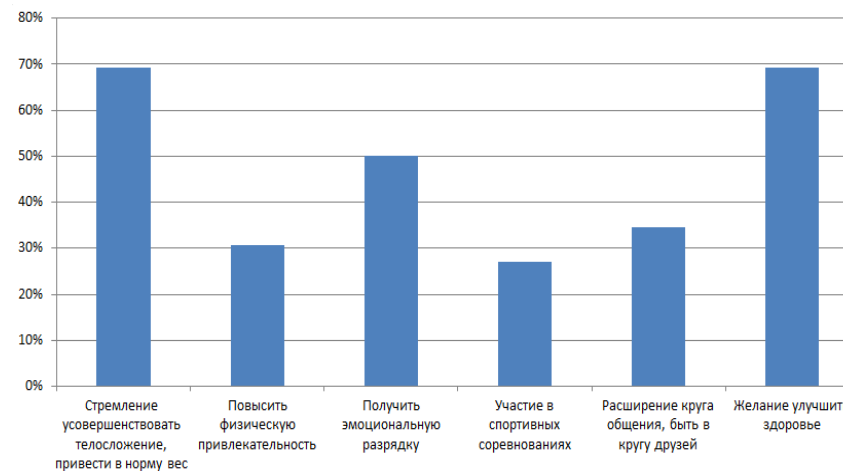


Рисунок 3 – Результаты опроса №3

Среди доминирующих видов спорта: футбол, волейбол, лёгкая атлетика, баскетбол. Реже: силовой спорт, хоккей, лыжи, кёрлинг.

На вопрос: «Посещаете ли вы какие-либо секции ССЭИ?» положительно ответили лишь 27% респондентов

По данным исследований, доля молодежи, регулярно занимающейся спортом, относительно велика до 20-тилетнего возраста, после чего начинает сокращаться. При этом доля не желающих заниматься спортом начинает увеличиваться после 16-тилетнего возраста. Основная же часть молодежи или время от времени занимается какими-то видами спорта, или изъявляет желание заниматься, но не всегда находит такую возможность.

Итак, мы выяснили, что большая часть молодых людей воспринимает здоровье на уровне физического благополучия, и считает основным условием его сохранения отказ от вредных привычек, двигательный режим и правильное питание. Однако в их сознании еще не сформировано отношение к здоровью и одному из главных путей его сохранения - спорту как к одним из наиболее значимых ценностей. В ценностном мире молодежи спорт занимает невысокое положение. В целом же, количество молодых людей, занимающихся спортом довольно небольшое.

В современных условиях возрастает значение решения комплексной задачи подготовки профессиональных, востребованных и высоко оплачиваемых кадров массового спорта - преподавателей физического воспитания и

физкультуры, инструкторов, тренеров, организаторов спортивных мероприятий и т.д. В то же время, развитие массового спорта в современном российском обществе чрезвычайно затруднено. [3, с. 102]

Заключение. Мы выяснили, что молодёжный спорт является необходимым условием успешного развития современного российского общества и достижения национальных стратегических интересов. Знания о значительном влиянии здорового образа жизни у большинства молодых людей еще не стали их убеждениями, а огромная ценность здоровья - достаточной мотивацией для его сохранения. Многие воспринимают здоровье на уровне физического благополучия и считают главным условием его сохранения отказ от вредных привычек, двигательный режим и правильное питание. Но в их сознании еще не сформировалось отношение к здоровью как к одной из главных ценностей.

В целом же, количество тех, кто занимающихся спортом, низкое. Здесь сказывается влияние различных факторов. Для многих это отсутствие условий, недостаточно развитая инфраструктура, нехватка профессионалов в данной сфере. Другие причины слабой ориентации людей на здоровье и

недостаточной ориентации на высокий уровень физического развития это - недостаточная мотивация, неразвитость культурно-исторических традиций, стимулирующих здоровый образ жизни и физическое совершенство.

Молодежь, как будущее любого общества, должна получить физическое воспитание и приобрести основные спортивные навыки. Таким образом, она должна быть вовлечена – в рамках или за рамками школьной программы – в занятия спортом и ежедневные физические упражнения. Как это давно уже делается во многих странах Европы, где молодёжный спорт развит достаточно хорошо.

В России спортивная инфраструктура недостаточно развита. Но она совершенствуется. Правительство выделяет всё больше финансовых для создания оптимальных условий развития спорта и привлечения к нему молодёжи.

Литература

1. Парсонс Т. Система современных обществ / Пер. с англ. Л.А. Седова и А.Д. Ковалева. Под ред. М.С. Ковалевой. / Т. Парсонс– М.: АспектПресс, 1998. – 270с.

2. Курамшин Ю.Ф., Теория и методика физической культуры: Учебник / Под. ред. проф. Ю. Ф. Курамшина.- 3-е изд., стереотип. – М.: Советский спорт, 2007.– 53 с.

3. Ларшина, Н.В. Особенности спорта как социального института / Н.В. Ларшина // Олимпийское движение и социальные процессы: матер. X Всерос. науч.-практ. конф. – М.: Советский спорт, 2001. – С. 102.