**Министерство спорта, туризма и молодёжной политики**

**Кубанский Государственный Университет Физической культуры, спорта и туризма**

**Программа социологического исследования**

**«Изучение физкультурно-спортивной активности школьников старших классов г. Краснодара».**

**Подготовила: студентка 5 курса**

 **факультета спорта**

 **группы 06с1**

 **Алхутова Н.А.**

**Краснодар 2010.**

**I. Обоснование актуальности темы исследования.**

Понижение интереса к спорту связано, по-видимому, с недостаточной распространенностью спортивных знаний и надлежащей информации о них, а также с отсутствием необходимого количества спортивных секций и возможностей в них заниматься. При переходе школьников в старшие классы, отношение их к физической активности становиться более негативным. Это естественный процесс, поэтому важно заботиться не только о повышении физической активности младших школьников, но и о том, чтобы их активность с возрастом не понижалась.

Очевидно, что социальное окружение оказывает значительное влияние на формирование различных видов деятельности. Установлено, что физическая активность родителей, учителей, друзей может влиять как на повышение, так и на снижение уровня физической активности учащихся.

В проведенном социологическом исследовании отмечается широкий спектр физкультурных и спортивных интересов школьников. Указывается, что эти интересы с возрастом ослабевают. Можно прийти к выводу, что с возрастом интерес к урокам ФК, не будучи закрепленными в устойчивый, начинает понижаться и сменяется пассивным отношением. Рассматривая всю совокупность интересов школьников, следует обратить внимание на то, что популярные увлечения их связаны главным образом с развлечениями, со зрелищами и гораздо меньше с практической деятельностью. Также можно судить, что значительное влияние на физическую активность детей школьного возраста оказывают условия социальной среды.

Необходимым условием гармоничного развития личности школьника является достаточная двигательная активность. Последние годы в силу высокой учебной нагрузки в школе и дома и других причин у большинства школьников отмечается дефицит в режиме дня, недостаточная двигательная активность, обусловливающая появление гипокинезии, которая может вызвать ряд серьёзных изменений в организме школьника.

 Исследования гигиенистов свидетельствуют, что до 82 – 85%  дневного времени большинство учащихся находится в статическом положении (сидя). Даже у младших школьников произвольная двигательная деятельность  (ходьба, игры) занимает только 16 – 19% времени суток, из них на организованные формы физического воспитания приходится лишь 1 – 3 %. Общая двигательная активность детей с поступлением в школу падает почти на 50%, снижаясь от младших классов к старшим. Установлено, что двигательная активность в 9 – 10 классе меньше, чем в 6- 7 классе, девочки делают в сутки меньше шагов, чем мальчики; двигательная активность в воскресные дни больше, чем в учебные. Отмечено изменение величины двигательной активности в разных учебных четвертях. Двигательная активность школьников особенно мала зимой; весной и осенью она возрастает.

 Школьникам не только приходится ограничивать свою естественную двигательную активность, но и длительное время поддерживать неудобную для них статическую позу, сидя за партой или учебным столом.

 Мало подвижное положение за партой или рабочим столом отражается на функционировании многих систем организма школьника, особенно сердечно–сосудистой и дыхательной. Отрицательные последствие гипокинезии проявляется так же в сопротивляемости молодого организма “простудным и инфекционным заболеваниям”, создаются предпосылки к формированию слабого, нетренерованого сердца и связанного с этим дальнейшего развития недостаточности сердечно – сосудистой системы. Гипокинезия на фоне чрезмерного питания с большим избытком углеводов и жиров в дневном рационе может привести к ожирению.

 Единственная возможность нейтрализовать отрицательное явление, возникающего у школьников при продолжительном и напряжённом  умственном труде, - это активный отдых от школы и организованная физическая деятельность.

 Двигательный режим школьника складывается в основном из утренней физзарядки, подвижных игр на школьных переменах, уроках физической культуры, занятия в кружках и спортивных секциях, прогулок перед сном, активного отдыха в выходные дни.

Основу побудительной силы двигательной активности человека составляет, прежде всего, биологическая потребность в движении. Эволюция этой потребности, норм и способов её удовлетворения на уровне индивидов и социальных групп во многом определяет физическую культуру личности и общества. Физическая культура человека может рассматриваться как качественная характеристика личности, обусловленная определенным уровнем ее физического развития и образования, осознанием способов достижения этого уровня и проявляющаяся в разнообразных видах физкультурно-спортивной деятельности, побуждаемой потребностно-мотивационной сферой.

Из всего вышесказанного можно сделать вывод. Очень важно с самого раннего возраста закладывать в детях понимание необходимости в двигательной активности и любви к физическим нагрузкам. В каждой возрастной группе детей есть свои особенности в методики занятий физической культурой и спортом, и чтобы их спортивный интерес не снижался важно со знанием дела подходить к планированию и разработке тренировочных планов и программ физического воспитания. Поэтому большое значение имеет исследования спортивного интереса детей разного возраста, узнать и воплотить в жизнь желания любого ребёнка в занятии спортом, дать возможность поддерживать высокий уровень физкультурно-спортивной активности не для родителей и учителей, а именно для своего удовольствия. И в этом нам помогают различные социологические исследования, которые включают в себя анкеты с разнообразием вопросов по разным областям жизни любого школьника.

**II. Объект исследования.**

Объектом исследования стали учащиеся старших классов г. Краснодара в возрасте от 15 до 17 лет.

**III. Предмет исследования.**

Предмет исследования – это структура физкультурно-спортивного интереса школьников, способ его реализации и обусловленность комплексам факторов.

**IV. Цель исследования.**

Цель исследования – получение социологической информации о структуре физкультурно-спортивного интереса и нахождение путей их активизации.

**V. Задачи исследования:**

1. Определить структуру физкультурно-спортивного интереса.
2. Выявить способы реализации физкультурно-спортивного интереса.
3. Выявить влияние факторов (глобальных, основных, специфических) на физкультурно-спортивную активность школьников старших классов.

**VI. Интерпретация основных понятий.**

В соответствии с задачами исследования объяснению подлежат следующие понятия:

Теоретическая интерпретация:

*Физкультурно-спортивная активность* (ФКСА) – это критерий физкультурно-спортивной деятельности. Можно рассматривать как объективный интегральный показатель вовлечённости личности в социальную деятельность, в данном случае физкультурно-спортивную.

*Физкультурно-спортвный интерес* (ФКСИ)– форма осознания человеком потребности в занятиях физическими упражнениями и спортом, целенаправленное стремление заниматься каким-либо видом спорта.

*Физкультурно-спортивная потребность* *-* один из главных побудительных факторов физкультурно-спортивной активности человека, характеризуется наличием у него желания в физическом совершенствовании и формирование на этой основе физкультурных и спортивных интересов.

*Индивидуальные факторы физкультурно-спортвной деятельности* – сюда можно отнести состояние здоровья занимающихся, состояние материальной спортивной базы, направленность учебного процесса по физической культуре и содержание занятий, уровень требований учебной программы, личность преподавателя, частота проведения занятий, их продолжительность и эмоциональная окраска.

*Субъективные факторы физкультурно-спортвной деятельности* – определяющие потребности, интересы и мотивы включения подростков в активную деятельность. К ним можно отнести: удовлетворение, соответствие эстетическим вкусам, духовное обогащение, развитие познавательных способностей, понимание личностной и общественной значимости занятий.

Эмпирическая интерпретация:

участие в физкультурно-спортивной деятельности

ФКСИ

индивидуальные особенности

субъективные факторы

Операциональная интерпретация:

участие в физкультурно-спортивной деятельности

ФКСИ

индивидуальные особенности

субъективные факторы

1.рациональный

2.эмоциональный

3.поведенческий

1. пол

2. возраст

3. стаж занятий

4. уровень образования

1.наличие свободного времени

2. наличие инвентаря

3. физкультурно-спортивный опыт (регулярность занятий)

4. планы на будущее

5. уровень материального достатка

**VII. Выдвижение гипотезы.**

В ходе исследования предполагается проверить следующие основные гипотезы:

Будет ли высокой ФКСА старших школьников, если увеличить наличие тренировочного инвентаря в спортивных учреждениях и улучшить его качество.

Повысится ли ФКСИ учеников, если повысить их знания о физкультурно- спортивной деятельности.

**VII. Методы исследования.**

В процессе исследования для сбора социологической информации нами были использованы следующие методы:

- традиционный анализ специальной литературы по теме исследования;

- сбор первичной информации при помощи анкеты.

**IX. Определение объёма выборки.**

Нами в процессе социологического исследования в соответствии с задачами был использован следующий тип выборки – случайный отбор (с учётом количественных и качественных показателей) без повторного вида.

**X. Составление инструментария.**

*Дорогой друг!*

Кафедра социологии КГУФКСТ проводит исследование с целью изучения структуры физкультурно-спортивного интереса школьников. С помощью Ваших ответов мы надеемся найти самый лучший способ повышение физкультурно-спортивной активности подрастающего поколения, что в дальнейшем может привести к совершенствованию организации физического воспитания в средних учебных заведениях. От Вашей доброжелательности, искренности ответов будет зависеть успех исследования.

Заполнить анкету нетрудно. Для максимального удобства Вашей работы над анкетой, почти после каждого вопроса даётся несколько вариантов возможных ответов.

Прежде, чем ответить на вопрос, просим Вас внимательно прочесть все варианты возможного ответа на него и после этого подчеркнуть тот, который больше всего соответствует Вашему мнению и убеждениям. Если ни один из приведённых ответов Вас не удовлетворяет, напишите свой собственный вариант. Пожалуйста не оставляйте вопросы без ответов.

Анкета анонимна, поэтому свою фамилию Вы можете и не указывать, или наоборот если пожелаете. Готовую анкету просим не задерживать и вернуть автору. Если по мере заполнения возникнут вопросы - обращайтесь. Результатами анкетирования можно поинтересоваться в учительской вашей школы.

**1.** *Спортом и физкультурой в нашей стране занимаются миллионы людей. Однако, не смотря на это, ведётся очень много споров о том, что такое «занятие физкультурой». Одни считают, что «физкультура» - это занятие в спортсекциях, на уроках; другие – прогулки на роликах, походы в лес и т.д.*

*А каково Ваше мнение?*

1. согласен с первым утверждением.
2. согласен со вторым утверждением.
3. думаю, что занятия «физической культурой» это \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.

**2.** *Занимаетесь ли Вы сейчас спортом или физкультурой?*

1. занимаюсь спортом.
2. занимаюсь физкультурой.
3. не занимаюсь не тем, ни другим.

**3.** *Если Вы всё таки занимаетесь спортом или хотели бы начать, то какой вид бы предпочли?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*

**4.***Вы занимаетесь физкультурой и спортом….*

1. круглый год.
2. в основном летом.
3. в основном зимой.

**5.** *Если Вы занимаетесь, то в какой мере Вы удовлетворенны своими занятиями физкультурой и спортом?*

1. вполне удовлетворен.
2. скорее удовлетворен, чем нет.
3. не могу сказать.
4. скорее не удовлетворен.
5. совершенно не удовлетворен.

**6.** *Как часто Вы занимаетесь ФКиС?*

1. вообще не занимаюсь.
2. от случая к случаю (несколько раз в год).
3. 2-3 раза в год.
4. 2-3 раза в неделю.
5. почти ежедневно.

**7.** *Сколько времени Вы тратите на то, чтобы добраться до спортивного учреждения, в котором занимаетесь?*

1. 5-10 минут.
2. 15-25 минут.
3. 25-40 минут.
4. около часа.
5. более часа.

**8.** *Довольны ли Вы условиями, в которых Вам приходится тренироваться? (вместимость и удобство базы, комфортность раздевалок, состояние спортинвентаря и т.п.).*

1. очень доволен.
2. доволен
3. трудно сказать
4. недоволен
5. очень недоволен

**9.** *Занимается ли кто-нибудь из вашего ближайшего окружения спортом и физической культурой?*

1. мама или папа.
2. брат или сестра.
3. дядя или тётя.
4. друзья.
5. учитель.
6. соседи.
7. никто не занимается.

**10.** *Вы занимаетесь спортом или физкультурой, потому что эти занятия помогают…(можно отметить несколько ответов)*

1. улучшить состояние здоровья.
2. научиться каким-нибудь спортивным навыкам.
3. получить новые знания.
4. совершенствовать свои морально-волевые качества: мужество, смелость, трудолюбие и др.
5. найти новых друзей.
6. улучшить внешние данные.
7. получить удовольствие и самоуважение от достигнутых успехов.
8. заслужить уважение сверстников и родителей.

ваш вариант \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.

**11.** *Какие факторы, средства, по Вашему наиболее важны для сохранения и укрепления здоровья? Отметьте 3 фактора (средства).*

1. правильное питание.
2. строгое соблюдение личной гигиены.
3. лёгкая, не напряжённая работа.
4. отсутствие физических усилий после тяжёлой трудовой деятельности.
5. регулярное, систематическое использование физических упражнений.
6. правильное использование физических упражнений.
7. отсутствие стрессовых ситуаций.
8. правильное использование лекарственных препаратов и др. медицинских средств.
9. отказ от курения.
10. отказ от употребление спиртных напитков.
11. какие-то иные, напишите \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.

**12.** *В Вашем доме имеется какой-либо спортивный инвентарь?*

1. велосипед.
2. обруч.
3. скакалка.
4. турник.
5. туристское снаряжение.
6. рыболовные снасти.
7. ролики.
8. лыжи.
9. маска и ласты для плавания.
10. мячи.
11. гантели.
12. какой-либо тренажёр.
13. эспандер.
14. боксёрская груша.
15. кимоно.

**13.***Читаете ли Вы материалы и смотрите ли программы (фильмы) на спортивные темы?*

1. читаю-смотрю регулярно.
2. не регулярно, но читаю-смотрю.
3. читаю-смотрю редко.
4. читаю-смотрю очень редко.
5. не читаю-смотрю вообще.

**14.** *В каком объёме Вы участвуете в спортивной жизни Вашего учебного заведения?*

1. только в физкультурно-спортивных мероприятиях внутри учебного заведения.
2. выступаю также за сборную команду учебного заведения.
3. вообще не участвую.
4. только как зритель-болельщик без непосредственного.

**15.** *Каждый, кто хоть чуть-чуть любит спорт, считает себя «болельщиком». Но и болельщики бывают разные. Какое из приведённых ниже суждений выражает Ваше мнение?*

1. считаю себя «болельщиком», т.к. знаю спорт, спортсменов, всегда в курсе последних спортивных событий.
2. назвать себя «болельщиком» было бы слишком смело, однако я люблю спорт, часто смотрю спортивные состязания и в кое в чём разбираюсь.
3. когда выпадает случай, я смотрю спортивные соревнования, иногда интересуюсь спортивными новостями, однако не могу сказать «болельщик» ли я.
4. я не «болельщик», хотя иногда приходится сталкиваться со спортом, правда, как и все люблю, смотреть соревнования по фигурному катанию или что-нибудь похожее.
5. никогда не был «болельщиком», считаю, что это простая трата времени.

**16.** *Сколько раз Вы посетили спортивные мероприятия в качестве участника и болельщика в течении…*

1. последнего месяца\_\_\_\_\_\_\_\_раз.
2. последних 3-х месяцев \_\_\_\_\_\_\_\_\_раз.
3. последнего полугода\_\_\_\_\_\_\_\_\_раз.

**17.** *Чем Вы предпочитаете заниматься в своё свободное время от учебных занятий в школе?*

1. занимаюсь физической культурой и спортом.
2. посещаю спортивные соревнования.
3. хожу в кино.
4. посещаю театры, концерты, выставки.
5. читаю книги, журналы.
6. смотрю телевизор.
7. участвую в художественной самодеятельности.
8. играю на музыкальном инструменте.
9. занимаюсь в кружке живописи.
10. занимаюсь коллекционированием.
11. занимаюсь фотографией.
12. занимаюсь общественной работой.
13. хожу в гости к друзьям.
14. посещаю клубы, дискотеки.

**18.** *Что мешает Вам проводить досуг так, как Вам хотелось бы?*

1. недостаток свободного времени.
2. выполнение заданий в школе.
3. недостаток материальных средств.
4. лень.
5. усталость.
6. тренировки и соревнования.
7. различные художественные кружки.
8. выполнение домашней работы.
9. неумение распределять своё время.
10. что-то ещё \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.

НЕСКОЛЬКО СЛОВ О СЕБЕ:

**19.** *Ваш пол?*

1. мужской.
2. женский.

**20.** *Ваш возраст?*

1. 14-15 лет.
2. 15-16 лет.
3. 16-17 лет.

**21.***Как Вы оцениваете состояние своего здоровья?*

1. вполне хорошее, абсолютно здоров.
2. в общем хорошее.
3. здоровье удовлетворительное.
4. не могу похвастаться.
5. здоровье совсем плохое.

**22.** *Сколько учебных дней Вы пропустили в связи с болезнью в течении последнего года?* \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.

**23.** *Какова Ваша успеваемость? При ответе исходите из Ваших оценок по итогам последней четверти.*

1. успеваю на отлично.
2. успеваю на хорошо и отлично.
3. имеются удовлетворительные оценки.
4. есть неудовлетворительные оценки.

**24.** *Если вы собираетесь в будущем поступать в вуз, то какой?*

1. институт физкультуры.
2. военное училище.
3. педагогический.
4. гуманитарный.
5. технический.

**25.** *Кто повлиял на Ваше решение?*

1. решил сам.
2. родители.
3. тренер.
4. учитель.
5. друзья.
6. кто ещё? \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**26.***Довольны ли вы тем, как складывается Ваша жизнь?*

1. да, очень доволен.
2. да, в основном доволен.
3. нет, не очень.
4. совершенно не доволен.
5. участия.

***БЛАГОДАРИМ ВАС ЗА ИСКРЕННИЕ ОТВЕТЫ!***