МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Тольяттинский государственный университет»
Гуманитарно-педагогический институт
Кафедра «Социология»
39.03.01 «Социология»

БАКАЛАВРСКАЯ РАБОТА

на тему

«Молодежный спорт в массовом обществе»

Студент(ка) Е.О.Сидоров
(И.О. Фамилия) (личная подпись)
Руководитель д.социол.н., проф. зав. каф.
Т. Н. Иванова
(И.О. Фамилия) (личная подпись)

Допустить к защите

Заведующий кафедрой д.социол.н., профессор Т. Н. Иванова _____

«_____»_____20_____г.

Тольятти 2016

Оглавление

Введение 3
Глава 1. Спорт в массовом обществе 8
1.1. Теоретические подходы к изучению массового спорта как социального явления 8
1.2. Развитие молодежного спорта в массовом обществе 14
Глава 2. Отношение различных групп молодых спортсменов к занятиям спортом 23
2.1. Исследование отношения молодых спортсменов к занятиям спортом. 23
2.2. Вторичный анализ отношения спортсменов к занятиям спортом 45
Заключение 60
Список используемой литературы и источников 62
Приложения 65

Введение

Актуальность темы исследования. Развитие молодежной политики – одно из приоритетных направлений общества и государства на сегодняшний день. За молодежью будущее нашей страны, и именно от нее зависит, в какой именно стране мы будем жить спустя годы. Поэтому так важно, чтобы современная молодежь занималась спортом, ведь спорт – это средство, которое развивает личность духовно и физически.

Чтобы вырастить достойную молодежь, нужно вкладывать в нее всевозможные средства. Необходимо делать спорт доступным всем слоям населения. Очень важно, чтобы специалисты в области развития спорта обращали на это внимание и занимались развитием данного направления. Нужно вовлекать молодежь в спорт, нельзя ограничиваться просто уроками физкультуры и спортивными секциями при школе, нужно расширять сеть спортивных клубов, секций, объединений и т.п. Ведь когда человек занят любимым делом, ему просто не остается времени на свершение поступков, за которые потом приходится расплачиваться всю оставшуюся жизнь.

Нужно с самого детства стремиться привлекать детей к занятиям спортом, ведь именно от семьи зависит, каким будет их ребенок и чем он будет увлекаться. Важно помогать молодому человеку двигаться дальше, не отходить от своей цели, и быть может, уже через несколько лет, в нашей стране появится новый олимпийский чемпион, а прежде в него должны вложить душу не один десяток человек, объединенных общей идеей – развитием спорта для молодежи и развитие молодежи в спорте.

На сегодняшний день государственная политика направлена на развитие спорта среди молодежи. Строятся спортивные комплексы, стадионы, футбольные поля и хоккейные корты, открываются всевозможные секции и спортивные кружки. Государство стремиться организовывать

международные турниры в нашей стране с целью привлечь как можно больше молодых людей к занятиям спортом.

Степень разработанности проблемы. В данной работе хотелось бы рассмотреть, как развивался массовый спорт во всем мире и особенности этого процесса. Также стоит уделить внимание современному состоянию спорта в разных странах, и какие цели преследуют социологи в изучении этой проблемы. По мнению французского социолога Пьера Бурдье[1], социологи, занимаясь изучением спора в массовом обществе, сталкиваются с рядом проблем. Связано это с тем, что они относятся как к спортивному, так и к социологическому.

Большой ряд специалистов изучают спорт в социальных процессах, а именно, как он влияет на развитие всего общества, подрастающего поколения.

Многие современные ученые ставят развитие спорта в обществе на самое приоритетное место для развития молодого поколения. «Социология физической культуры и спорта выясняет структуру, механизмы и характер общественных отношений и взаимодействий в сфере физической культуры и спорта, рассматривает и изучает роль и место физической культуры и спорта в образе жизни людей, а также социальные взаимоотношения людей в связи с их участием в физкультурно-спортивной деятельности»[2].

Стоит отметить, насколько сильное внимание уделялось развитию спорта в обществе в советские времена. Начиная с 60-ых годов 20 века, выходило большое количество работ, посвященных социологии спорта в обществе. Большой вклад в изучение этой проблемы вложили: советский и российский педагог, и профессор Н.А. Понаморев, специалист в области социологии физической культуры и спорта В.И. Жолдак, ученый-педагог прибалтийской школы Т.Х. Титма и многие другие советские специалисты.

---

[1] Бурдье П. Начала. / Перевод Шматко Н. А./ - М.: Socio-Logos, 2000.С. 257.

[2] Жолдак В.И., Коротаева Н.В. Социология физической культуры и спорта. Учебное пособие. – Малаховка, МОГИФК. 2001. С 15.

Так, например, в работе В.И. Жолдака[3] «Социология физической культуры», переизданной в 2002 г. перечисляется на каких съездах КПСС приняты решения относительно физической культуры и спорта в советском союзе.

На сегодняшний день данной темой занимается большое количество ученых, педагогов, социологов и психологов. В России социология спорта ориентирована на всех, кто занят в этой сфере, включая тренеров и спортсменов. «Каждому работающему в области физической культуры и спорта особенно необходимо разобраться в жизненных интересах и социальных отношениях людей, на основе которых и создаются группы, общности и мировое сообщество»[4].

Очень важно контролировать развитие спортивного направления, начиная с детских садов и заканчивая университетами, так как недостаточное физическое развитие молодежи влечёт за собой рост заболеваемости и снижение уровня продолжительности жизни населения. Именно поэтому правительство стремится поддерживать различные программы по развитию спорта в учебных заведениях. В качестве примера можно привести новый указ президента РФ В.В. Путина «О всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне»[5], в целях которого предусмотрено совершенствование государственной политики в области физической культуры и спорта, а также развитие человеческого потенциала и укрепление здоровья населения.

В связи с вышеизложенным являются актуальными совершенствование старых и поиск новых форм, средств привлечения к спорту молодежи.

Объект исследования – спорт как социальный феномен.

Предмет исследования – процесс развития молодых спортсменов в обществе.

---

[3] Жолдак В.И, Социология физической культуры и спорта. Учебное пособие. – Малаховка, МОГИФК. 2001. С 44.

[4] Лубышева Л.И. Социология физической культуры и спорта. Учебное пособие. 2001. С. 23.

[5] «Нормы ГТО» - [Электронный ресурс].– URL :http://www.gto-normy.ru/ukaz-prezidenta-rf-putina-o-gto (Дата обращения: 15.02.2016)

Цель работы – проанализировать молодежный спорт в массовом обществе.

Цель исследования предполагает решение следующих **задач**:

- изучить молодежный спорт в массовом обществе;
- исследовать отношение различных групп молодых спортсменов к занятиям спортом;
- изучить развитие молодежного спорта в массовом обществе.

Теоретико-методологическая база исследования. Базисом работы выступают научные труды классиков социологии, результаты фундаментальных и прикладных изысканий современных зарубежных и отечественных специалистов в сфере макросоциологии и социальной философии. Работа построена на методологии нескольких подходов:

- Системный подход, дающий возможность интерпретировать постиндустриальное общество как целостное явление и вместе с тем изучить составляющие его элементы и раскрыть характер их взаимосвязи;
- Феноменологический подход, позволяющий изучить постиндустриальное общество в качестве феномена, воспринимаемого в виде данной непосредственно реальности;
- Сравнительно-исторический метод, позволяющий проследить изменения, происходящие в интерпретации феномена постиндустриального общества.

Методы исследования: анкетный опрос, вторичный анализ текстов и экспертные интервью.

Эмпирическая база исследования. В ходе исследования изучается выборочная совокупность (n=200 респондентов), состоящая из женщин (50%), и мужчин (50%) в возрасте от 14 до 30 лет, среди которых – учащиеся, работающие и имеющие среднее, среднее специальное, неоконченное высшее, высшее профессиональное образование. Тип выборки – целевая.

Структура работы. Работа состоит из введения, двух глав, четырёх параграфов, заключения, списка литературы и четырех приложений. Всего машинописных страниц 90.

Глава 1. Спорт в массовом обществе

1.1. Теоретические подходы к изучению массового спорта как социального явления

Социология как любая другая наука состоит из отдельных дисциплин. Она включает в себя различные области знаний, такие как эмпирическая и теоретическая, фундаментальная и прикладная, социологию семьи, политики, социологию культуры и т.д. К числу таких самостоятельных научных дисциплин принадлежит и социология спорта.

В начале двадцатого века данная наука начала достаточно быстро развиваться. Это было связанно с необходимостью в понимании обществом таких социальных феноменов, как физическая культура и спорт, которые начинали иметь все большую роль в повседневной жизни. Уже к середине столетия физическая культура начинала приобретать черты социального института, а к концу века стала отдельной отраслью общественной жизни. Сегодня она является отдельным социальным институтом и отвечает всем основным требованиям.

«Для изучения процессов развития и становления социального института ФКС, его влияния на другие общественные структуры требуется проведение социологических исследований. Наряду с прочими знаниями в области физической культуры и спорта формируется и наука социология. Она развивается как самостоятельное научное знание, основанное на конкретных социологических исследованиях и обобщениях научных достижений в иных областях, исследующих физическую культуру и спорт как объект научного познания: теории, психологии, педагогики.»[6]

[6] Лубышева Л.И. Социология физической культуры и спорта. Учебное пособие. 2001. С. 13

Стоит отметить, что в начале двадцатого века социология спорта считалась прикладной наукой, которая решала конкретные задачи. Но со временем спорт стал частью большой общественной системы и становился частью политической, экономической, технической систем. Спорт становился массовым явлением и все больше требовал внимания со стороны социологов.

Сегодня спорт – это очень важное социальное явление, которое нужно изучать не только со стороны отдельных дисциплин и разновидностей спорта, но и со стороны именно общественных явлений. При изучении социологии спорта важно опираться на основные социологические знания, использовать общепринятые методы и подходы при изучении этой науки. Спорт – это явление именно социальное. Им занимаются миллионы по всему миру, и необходимо уделять уму большое внимание. В начале XXI века почти все общественные деятели без исключения считают, что развитие спорта имеет огромное значение для развития общества.

Слово «спорт» происходит от старофранцузского и английского слова «de sporte» что означает игра, развлечение. С античных времен спорт был основным зрелищем для общества и все правители уделяли спортивным мероприятиям большое внимание. С помощью этого они контролировали общественное настроение. Это еще раз доказывает, что спорт это общественное явление, требующее изучения и дальнейшего развития по сей день. Так, например, в учебнике по социологии Г.Е. Зборовского[7] при перечислении социальных явлений, которым соответствуют социальные институты, называется спорт: «Собственность, рынок, религия, идеология, распределение и потребление, торговля, демократия, парламентаризм, преступность, здравоохранение, воспитание, спорт, культура, искусство, досуг, развлечение, традиция, средства массовой информации.»

Как было отмечено выше, социология спорта это отдельный социальный институт, который поддерживает стабильность и устойчивость общества, это

[7] Зборовский Г.Е. Орлов Г.П. Социология. М. 1995. С 267.

связанно, прежде всего, с наличием общепринятой системы ценностей: моральных норма, языка, ценностей, культуры. Таким образом, социология спорта помогает отдельно каждой личности контролировать свои действия во всех жизненных сферах, таких, как семья, культура, политика.

Спорт был не только зрелищем в античные времена, но основным способом в подготовке воинов. Он являлся средством укрепления здоровья и духа воина. Спорт был основой дисциплины в рядах солдат. Это еще один пример того, что спорту уделяли огромное внимание на всех уровнях общественной жизни. С помощью соперничества определяли сильнейшего, быстрейшего или того, кто просто более выносливее. Подобная подготовка бойцом была гарантом победы на поле битвы. Также как и в античные времена сегодня спорт помогает укреплять свое здоровье, развивает физически, помогает многим ставить цели в своей жизни и просто является для многих любимым увлечением.

Для изучения социологии спорта необходимо, прежде всего, определить теории, которые помогут при дальнейших исследованиях. Существует большое количество различных теорий. Мы остановимся на основных, в число которых входят теория конфликта, теория структурации и структурный функционализм.

Теория конфликта берет за основу конфликт, как социальное явление. Данной теорией занимались такие деятели как Л. Козер[8] и Р. Дарендорф. Их теория была отлична от теории структурного функционализма, где основой являлась стабильность социальной среды. Также стоить отметь таких деятелей в изучении теории конфликта как М. Крозье, А. Турен, Д. Белла и др.

Сторонники данной теории подчеркивали важность конфликта. По их мнению, конфликт стимулирует развитие общества и не дает ему затормаживаться. Он является основой для социальных отношений. С

[8] Козер Л.А. Функции социального конфликта // Американская социологическая мысль : Тексты / Р. Мертон, Мид, Дж., Т. Парсонс, В. И. Добреньков. - М.: Изд-во МГУ, 2000. С. 543.

помощью конфликта можно налаживать отношения и решать неотъемлемые задачи. Конфликт помогает узнавать больше друг о друге и способствует объединению.

Сторонники данной теории рассматривают спорт как социальное образование. Оно развивается с помощью конфликтов и получает от это стимул для дальнейшего развития. В качестве примера можно привести команду, которая, после возникновения конфликта, сплотилась еще больше, так как были подняты самые острые проблемы внутри коллектива. Произошла разрядка на эмоциональном уровне и на уровне всего коллектива, что способствовало тому, что группа пересмотрела свои взгляды и ценности и получила новый стимул для развития. Сторонники теории конфликта [9]считают, что такие конфликты внутри коллектива, которые затрагивают ценности, которые не противоречат принятым основам носят функционально позитивный характер. Но если в процессе конфликта будут затронуты общепринятые ценности, с целью поменять их, то возможен распад данной группы. Важно учитывать, что это за группа и в какой социальной среде она находиться. Спортивная система подразделяется на любительский спорт и профессиональный. В каждой из этих сфер конфликты будут протекать по-своему. Если у команды стоят высокие цели, например, победа в соревнованиях, то конфликт не имеет силы и становится неактуальным.

Конфликты бывают не только межличностными, но и межгрупповыми. Чаще всего при межгрупповых конфликтах группы укрепляются, и отношения внутри них становятся намного лучше, так как есть общий соперник.

В сорте примером межгруппового конфликта является соревнование. Конфликты между болельщиками тоже можно отнести к межгрупповым конфликтам. Появление конфликтом зависит от многих факторов. Например, команды чемпионата России будут соперничать и периодически вступать в

---

[9] Козер Л.А. Функции социального конфликта // Американская социологическая мысль : Тексты / Р. Мертон, Мид, Дж., Т. Парсонс, В. И. Добреньков. - М.: Изд-во МГУ, 2000. С. 545.

конфликт, но как только предстоит ехать на национальные игры, но бывшие соперники объединяются и межгрупповой конфликт становится неактуальным. Как мы упомянули выше, бывают межнациональные соревнования. Конфликты такого большого масштаба можно было наблюдать между СССР и США в былые годы. Данные конфликты это уже больше, чем противостояние, они затрагивают много сфер жизни.

Таким образом, сторонники теории конфликтов считают, что конфликт полезен как на межличностном уровне, так и на межгрупповом. Но данную проблему нужно рассматривать со всех сторон и учитывать многие факторы.

Самой главной особенностью конфликта в спорте заключается в том, что он придает стимул для новых действий, то есть рождает действие. А действие в спорте является основой.

Вторая теория, которую, можно использовать при изучении социологии спорта – теория структурации Энтони Гидденса. Гидденс считал, что современное общество отличается высокой рефлексивностью. Современный человек отличается активным характером поведения, которое индивиды не могут контролировать. Человек современного общества большое значение придает информации, знаниям, языку. В условиях модерна знание становится достоянием участников социального взаимодействия, оно перестает быть «монопольным»[10]. Гидденс считает взаимодействие между социальными институтами (социологией спорта) и человеческим действием. Институты появляются в результате взаимодействия агентов, которые в свою очередь осознают, что изменение социальных институтов является необходимым.

В теории структурации за основу берется понятие «социальный агент». Гидденс считает, что действие агента представляет собой модель, которая состоит из трех частей: рационализация действия, рефлексивного мониторинга действия и мотивации действия.

В спорте социальным агентом является спортсмен. Мотивация для него – желания, побуждающие к действию. Его действия – это действия, который

[10]Гидденс А. в устав общества: очерк теории Структурации. – Беркли; Лос-Анджелес, 1984. П. 16.

необходимо проделать для достижения результата. То есть мотивация порождает действие.

Рационализация действия подразумевает понимание агента, что он должен давать объяснения своим действиям[11].

Рефлексивный мониторинг действия – это постоянный контроль индивидом своих действий и действий окружающих людей. Также индивид контролирует окружающие условия действия. В качестве примера можно привести бегуна, который по мере приближения к финишу контролирует свое движение, меняя позицию для более эффективного достижения результата. Также он отслеживает действия своих соперников и условия для дальнейшего действия. В волейболе спортсмен постоянно анализирует действия соперников и, оценивая их, предпринимает рывок в ту или иную сторону.

В данной теории агент как воспроизводит, так и создает определенные правила. В спорте спортсмен является субъектом. Он участвует в создании правил игры, а также в их воспроизводстве.

В структурном функционализме социальные процессы изучаются как целостные системы. Их рассматривают как устоявшиеся формы отношений частей структуры между собой.

С точки зрения функционализма социальная система должна быть устойчивой, а участие самого субъекта социального действия должно быть в рамках этой системы. Основными функциями в системе ролей являются, во-первых, отбор различных способов поведения, во-вторых, мотивация индивида через взаимодействия. Социальные институты занимаются формированием ролей, а также удовлетворяют потребности отдельных индивидов.

Рассмотрим институт спорта, как функциональную систему. Выделим направления для исследований места и функций спорта в социальной

---

[11] Гидденс А. центральные проблемы социальной теории: действие, Структура и противоречие в социальном анализе. – Лондон: Макмиллан Пресс, 1979. П. 57.

системе. Если рассматривать взаимосвязи спорта с другими социальными институтами, то можно выделить связи спорта с семьей, образования и пр. Стоит выделить влияние социальной системы в виде превращения спорта в зрелище или масс-медиа. Чертой этой теории по отношению к спорту можно выделить исследования причин, по которым люди занимаются спортом.

С помощью этой теории спорт можно рассматривать, как институт помогающий поддерживать равновесие системы или наоборот, как основой для нарушения ее равновесия.

Каждая из этих теорий особенна, выбирая одну из этих теорий, социолог должен определиться со своими целями и задачами в настоявший момент. Не исключено использование сразу нескольких теорий для максимального результата в описании спорта, как социального явления.

1.2. Развитие молодежного спорта в массовом обществе

Развитие молодежного спорта в современном обществе – это один из самых актуальных вопросов двадцать первого века. Это связанно, прежде всего, с низкой рождаемостью населения, высокой смертностью, снижением уровня духовного развития и, конечно, физического. Все эти признаки указывают на срочную необходимость повышать уровень качества жизнедеятельности населения. Данный уровень является очень значимым для любого государства, так как определяет стабильность развития населения, а также экономическую и политическую стабильность страны. На сегодняшний день, популяризация спорта среди масс молодого поколения является одной из самых приоритетных задач. Данная популяризация направлена на две основные формы спорта: массовый любительский спорт и спорт высших достижений. Массовый спорт является «опорой» для развития спорта профессионального. Спорт высших достижений же создает мотивацию и стимул для развития любительского спорта. С помощь

любительского спорта население познает свои возможности и накапливает человеческий опыт. Массовый спорт выполняет ряд важных функций для нации, а именно развивающую, воспитательную и патриотическую, поэтому нуждается в развитии и контроле со стороны государства.

Существуют ряд проблем, которые сегодня требуют решения для развития спорта среди молодежи. Основной проблемой является низкий уровень физической подготовки, так как двигательная активность молодежи обеспечивает здоровое физическое развитие. Многие ученые смело заявляют «Движение – жизнь», и это действительно так, ведь с помощью только одного бега можно укрепить здоровье и повысить иммунитет организма. Сегодня многие болезни омолодились и уже на ранней стадии начинают беспокоить юное поколение людей. Все это вызвано ухудшением экологии, высоким уровнем загрязнения окружающей среды и увеличением ГМО-продуктов по всему миру. Также нельзя не отметить рост алкоголизма, курения и наркомании. Эти проблемы являются основными и требуют неотъемлемого решения.

Для решения поставленных проблем правительство вводит ограничения на курение и распитие алкогольных напитков. Наркомания строго преследуется юридической ответственностью. Так 1 июня 2014 года был введен закон «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака»[12], который резко ограничивал список мест, где нельзя курить. В частности, теперь нельзя курить в кафе, барах и ресторанах, в гостиницах и общежитиях, на рынках и в торговых помещениях, на некоторых платформах вокзалов, а показ фильмов, где содержатся сцены курения, будет обязательно сопровождаться соответствующей социальной рекламой. Также стали резко контролировать распитие алкогольных напитков в общественных местах, продажу алкоголя в праздничные дни и в ночное время. Все эти методы борьбы дают понять, что

[12] «Закон окурении от января 2014» − [Электронный ресурс]. – URL: http://newsrw.com/news/zakon-o-kurenii-s-1-iyunya-2014-goda-gde-kurit-nelzya-a-gde-mozhno (Дата обращения: 20.02.2016).

данные проблемы постепенно решают, но это лишь малая часть того, чтобы сделано. Предстоит еще много работы и законопроектов.

На сегодняшний день врачи единогласно утверждают, что с проблемами не нужно бороться, а их нужно не допускать, не позволять развиваться в самом начале. Лучший способ для этого – это пропагандировать спортивный образ жизни, с чем государство справляется. Сегодня быть спортивным и крепким стало модно. Если еще в конце двадцатого века молодежь привлекала свобода, курение и бандитизм, то уже сегодня на пик популярности вышел спорт. Проходя вечером по улице, часто замечаешь молодых людей на спортплощадках. Конечно, число тех. кто предпочитает алкоголь и табачные изделия еще много, но приятно осознавать, что параллельно с ними появились сотни молодых спортивных движений, которые подкрепляют массовый любительский спорт, который, как было указано выше, является составной частью стабильности и развития спорта высших достижений.

Двигательная активность очень важна для молодежи, так как это основа для стабильности физиологических функций организма. Для удовлетворения биологических потребностей занятие спортом просто необходимо. Снижение уровня физических нагрузок несет негативные последствия для здоровья. Нужно учитывать гендерные характеристики каждого индивида, чтобы не допускать серьезных причины уровня снижения здоровья молодых людей. Существует мнение, что приблизительно до 25-летнего возраста уровень двигательной активности должен последовательно нарастать. Снижение физической активности несет в себе опасность негативно повлиять на здоровье, не только отдельно взятых индивидов, вне зависимости от их гендерных характеристик, но и на здоровье целых наций.[13] Важно заниматься именно вопросами воспроизводства здорового поколения.

---

[13] Переверзин И.И. О структуре современного спорта высших достижений и социально-правовом статусе спортсменов-профессионалов / Переверзин И.И., Суслов Ф.П. // Теория и практика физ. культуры. - 2002. - N 5. - С.48-50.

В социальной политике должно большое внимание е уделяться формированию настроя на здоровый образ жизни. Это зависит, прежде всего, от действий социальных институтов образования, спорта и здравоохранения. Данные институты должны обеспечивать формирование установок на спортивную активность среди населения. Поэтому в первую очередь нужно стремиться делать спорт для всех, массовым. Чтобы он был доступен всем классам населения. Также нужно развивать инфраструктуру, которая должна контролироваться различными государственными структурами.

Для того, чтобы спорт был доступен все, нужно поощрять все группы населения, разрабатываться различные программы, проекты, стояться спортивные сооружения. Безусловно, необходимо готовить квалифицированных тренеров, педагогов и руководителей для того, чтобы качество развития спорта среди молодежи было высоким.

С начала двадцать первого века технологии вышли на новый уровень. Это придало информации новый импульс развития. Информация стала доступной, что породило огромное количество разнообразных источников. Благодаря этому, можно проводить распространение информации о спорте по разным направлениям. Должны быть созданы структуры по сбору и распространению информации о спорте по разным направлениям, проведены научные исследования по всем аспектам спорта с обменом информацией на локальном, региональном, национальном или интернациональном уровнях[14].

Очень важно, чтобы спортивная индустрия стала высокоэффективным сектором экономике во всех регионах, которая могла бы обеспечивала рост как массового спорта, так и профессионального. Президент Российской Федерации в рамках Концепции[15] долгосрочного социально-экономического развития страны до 2020 года поставил перед страной важнейшую задачу −

---

[14] Переверзин И.И. О структуре современного спорта высших достижений и социально-правовом статусе спортсменов-профессионалов / Переверзин И.И., Суслов Ф.П. // Теория и практика физ. культуры. - 2002. - N 5. - С.52.

[15] «Концепция долгосрочного социально-экономического развития страны» - – [Электронный ресурс]. – URL: http://www.intelros.ru/subject/ross_rasput/2026-koncepcija-dolgosrochnogo-socialno.html (Дата обращения: 4.03.16.).

восстановление здоровья нации. Первостепенным аспектом ее решения является воспитание физически и духовно здорового подрастающего поколения. Амбициозная цель − до 80% учащихся к 2020 году должно регулярно заниматься физической культурой и спортом − может быть достигнута только тогда, когда на ее достижение мобилизована вся нация и существует конкретная программа действий, объединяющая усилия всех ветвей и уровней власти, широкой общественности.

Развитие массового спорта стало заметно в последние годы, когда региональные власти стали выделять деньги на строительство спортивных объектов. Начали устанавливать безопасный спортивный инвентарь прямо на улицах, строить искусственные футбольные поля, теннисные корты, баскетбольные сетки, хоккейные коробки и т.д. Все это показывает, что власти действуют согласно принятой концепции.

Согласно этой концепции, будут проводить подготовку специалистов в области спортивного менеджмента, разрабатывать современные методы спортивно-массовой работы, проводить пропаганду здорового образа жизни, проектировать новые технологичные спортивные сооружения, а также поставлять современный спортивный инвентарь, усиливать развитие инфраструктуры в детских садах, школах, колледжах и университетах и самое главное – проводить воспитательные работы с детьми и молодёжью.

Чтобы реализовать данную программу, должны действовать все основные социальные институты. Требуется участие министерства образования и здравоохранения. Только взаимодействуя, можно добыть поставленных целей и повысить развитие спорта в массовом обществе.

Именно массовый спорт является нужным условием развития современного общества и решения поставленных задач, так как он является опорой для развития профессионального спорта. Массовый спорт рождает таланты, которым предстоит отстаивать честь и достоинство страны. Кому

нужны знания в сфере массового спорта?[16] Во-первых, данная наука ориентирована на тренеров. Тренеру в процессе работы со спортсменом приходится разрешать ситуации, которые имеют идеологическую, культурную, этическую и национальную природу. Во-вторых, знания в этой области необходимы преподавателям физической культуры. Эти специалисты также должны учитывать социокультурные моменты в работе с учащимися.

Особую роль в подготовке специалистов в сфере физической подготовке уделяли в СССР. Также особое внимание уделяли и в подготовке самого населения в тридцатых годах 20 века была разработана программа физической подготовки – ГТО. Программа финансировалась государством и была нацелена на воспитание патриотизма среди населения. Данная программа существовала около 60 лет и успела сильно повлиять на мировоззрение многих людей. Предпосылкой создания данной программы стала необходимость в боеспособных кадрах. Для того, что противостоять внешним врагам и бороться с внутренними, нужна была сильная дисциплинированная армия. А основой же дисциплины и крепкой физической формы является спорт.

Началом программы «Готов к Труду и Обороне» принято считать принятие в 1931 году программы ГТО, программа состояла из двух частей. Первая часть имела название «Будь готов к труду и обороне СССР» и была предназначена для учащихся средней школы. Вторая часть была названа «ГТО» и ориентирована на все население. В 1940 году появился комплекс БГТО. В 1972 году утвержден последний физкультурный комплекс данной программы. Так, постановлением ЦК партии 17 января 1972 года было принято 5 ступеней ГТО[17], для каждой из них были созданы свои требования, каждая ступень имела свое название. Самая первая ступень – «Смелые и

---

[16] Родиченко В.С. Актуальные проблемы* вида спорта // Теория и практика физ. культуры. 2003. №5. С. 39-42.

[17] «Нормы ГТО» - [Электронный ресурс].− URL :http://www.gto-normy.ru/ukaz-prezidenta-rf-putina-o-gto (Дата обращения: 16.03.2016).

ловкие» охватывала детей 10-13 лет. Вторая ступень – до 15 лет, третья – от 15 до 18, четвертая ступень различалась для мужчин и женщин. Для мужской части СССР – 19-28 лет, и 29-39, женщины – до 34 лет. Пятая, последняя ступень ГТО – от 40 до 60 для мужчин и от 35 до 55 – для женщин. Кроме того, в этом же году был принят военно-спортивный комплекс ГТО для военных, который соответствовал четвертой ступени.

Благодаря данному курсу развития выросло число спортсменов среди населения. Спорт начал набирать популярность. Выполняя нормативы ГТО, каждый получал серебряный или золотой значок. Также кроме значков существовали удостоверения.

Основными целями задачи ГТО являлись повышение уровня здоровья граждан и создание готовых к обороне страны граждан. ГТО создавала стимул для занятия спортом. Нормативы развивали координацию, выносливость и спортивный потенциал.

Физкультурный комплекс ГТО включал: бег, прыжки, метания, плавание, лыжные гонки, стрельба и т.п.; научно-практические сведения по физической культуре и спорту; правила, умения и навыки в области гражданской обороны, а также личной и общественной гигиены и др. В зависимости от уровня достижений сдающие нормативы каждой ступени награждались золотым или серебряным значком «ГТО», выполняющие нормативы в течение ряда лет – «Почетным значком ГТО». Коллективы физкультуры предприятий, учреждений, организаций и др., добившиеся особых успехов по внедрению комплекса ГТО в повседневную жизнь трудящихся, награждались знаком «За успехи в работе по комплексу ГТО».[18]

Сегодня ГТО возрождается и преобразовывается в новых формах. Правительство вновь начинает развивать данный комплекс, с целью повисеть уровень жизни населения. ГТО начинает действовать в школах и высших образовательных учреждениях. Каждый сможет вновь показать всем свой

[18] Курашвили В. А. Журнал «Вестник спортивных инноваций» 2013. № 46 . С. 4 -5.

уровень физического развития и мотивироваться на дальнейшие тренировки для повышения своих спортивных навыков.

В целом нормы ГТО играли и играют очень важную роль для развития спорта среди молодого населения. Данный комплекс доказал, что является эффективным для достижения поставленных целей и задач. Он популяризирует спорт в массовом обществе и дает возможность многим увидеть свою истинную физическую форму.

Важно отметить, что спорт является очень важным стимулятором во всех физиологических функциях организма. Также это основа умственного развития. Спорт помогает закалить организм, снижает риск сердечных заболеваний, понижает артериальное давление. Занятия спортом укрепляют нервную систему, поэтому очень важно, чтобы спортом начинали заниматься уже с детства. Сегодня существует много разных видов спорта, куда можно отдать ребенка. Открываются различные спортивные секции, группы и даже комплексы.

Долгие годы ученые спорят, какие виды спорта полезны для здоровья человека, а какие оказывают негативное воздействие. Но с уверенностью можно выделить ряд дисциплин, которые являются одними из самых полезных для здоровья организма. Одним из таких видов спорта является плавание. Плавание с исторических времен издырявливало организм. Плавание лечит такие заболевания как остеохондроз и сколиоз, развивает суставы и улучшает работу внутренних органов. Плавание укрепляет мышцы и является очень полезным пожилым людям и людям с физическими недостатками.

Еще одним полезным для здоровья видом спорта является большой теннис. Благодаря высокой активности и коротким отдыхом, организм насыщается кислородом и закаляет его на долгое время. Улучшает артериальное давление простая ходьба. Ходьба улучшает работу психики и уровень глюкозы в крови.

Огромное значение имеет спорт для инвалидов. И не только потому, что он развивает физически, но и потому, что помогает инвалидам социализироваться. Он помогает выразить свою индивидуальность. Приспособиться к жизни в обществе, улучшить ее качество, воспринять ценности и выразить свою индивидуальность – нелегкая задача для инвалида. Это, как правило, длительный, утомительный процесс из-за различных психологических и социальных барьеров, препятствующих инвалидам быть активными в обществе.[19]

Огромное значение имеет развитие параолимпийского спорта во всем мире. Это дает инвалидам шанс и стимул двигаться, развиваться и достигать больших высот с профессиональном спорте. Занимаясь спортом, люди с ограниченными возможностями показывают всем остальным положительный пример того, что не нужно отчаиваться и, не опуская голову, идти в перед к своим целям. Физическая культура и спорт для людей с нарушениями опорно-двигательного аппарата является действенным способом реабилитации. Инвалид может рассматривать каждую тренировку, как победу за восстановление силы.

Физические нагрузки показаны практически всем инвалидам молодого и среднего возраста. Но нужно учитывать наличие медицинских показаний и предпочтения человека. В последние годы уровень развития спорта сильно вырос и достиг развития на уровне развития профессионального спорта.

[19] Скучас К.П. Спорт эффективная мера социализации инвалидов. СОЦИС 2013. №9 с. 149-152

Глава 2. Отношение различных групп молодых спортсменов к занятиям спортом

2.1. Исследование отношения молодых спортсменов к занятиям спортом

Молодежный спорт – это основа здорового будущего любого государства. Именно поэтому на его развитие выделяют большие средства. За последние годы в России произведена большая работа по популяризации спорта среди всех слоев населения. Большое внимание уделяют развитию спорта среди молодежи. Открываются спортивные секции по различным видам спорта, пропагандируется здоровый образ жизни, сроятся спортивные площадки, футбольные поля, хоккейные корты, во дворах устанавливаются спортивные тренажёры. Государственная политика за последние годы смогла добиться проведения таких мировых спортивных мероприятий как: универсиада в Казани (2013 г.), Зимние Олимпийские игры в Сочи (2014 г.), чемпионат мира по хоккею в Санкт-Петербурге (2016г.), а также чемпионат мира по футболу (2018 г.), который будет проходить в 11 городах нашей страны. Все эти мероприятия привлекают, и будут привлекать еще больше молодых людей к спорту, и повышать уровень спорта в России.

С каждым годом становиться все более заметно, что спорт в России набрал хорошие темпы в развитии. После развала СССР уровень спорта резко упал, более того, на развитие не выделялись средства, ведь в кризисные 90-е было совсем не до этого, у государства было много внешнеполитических и внутриполитических проблем. Но уже с начала 2000-х спорт в России стал «оживать» и сегодня он стал неотъемлемой частью жизни большой части населения, в особенности молодежи.

Сегодня молодежь выбирает спорт по многим причинам. Ведь, занимаясь спортом, можно стать не только сильным, выносливым и

привлекательным, но и значительно укрепить здоровье: улучшить обмен веществ, кровообращение, укрепить сосуды и сердце, повысить иммунную систему и стать эмоционально устойчивым.

Для того чтобы более подробно рассмотреть данную проблему, нами был проведен опрос молодых людей от 14 до 30 лет. Гипотезы исследования были построены на основе сравнения молодых людей по полу, поэтому выборочная совокупность представлена в пропорции 100/100.

Для начала мы хотели бы выяснить, каким видом спорта занимается респондент. В результате выяснилось, что 37% респондентов занимаются фитнесом (см.Таблицу1). Важно отметить, что только 8% приходиться на мужчин, остальные же 29% на прекрасную половину. Фитнес[20] (англ. *fitness*, от глагола *«to fit»* – соответствовать, быть в хорошей форме) – системная тренировка организма, оздоровительная методика, включающая в себя до 20 спортивно-оздоровительных направлений, самыми популярными из которых являются: аэробика (аэробные упражнения под ритмичную музыку), танец живота, скандинавская ходьба (ходьба с палками), кроссфит (тренировки высокой интенсивности), фитбол (упражнения с надувными мячами), пилатес (комплекс с плавными движениями), фитнес-йога (сочетание древней гимнастики с современными упражнениями). Данный вид физической нагрузки выбирают в основном женщины по нескольким причинам: во-первых, данные тренировки проходят в основном в специально оборудованных современных помещениях, где все направленно на то, чтобы тренировки были максимально полезными и приятными. Фитнес помогает девушкам стать красивее и привлекательнее, а также сбросить лишний вес и стать стройнее. Но стоить отметить, что фитнес не является чисто женским видом спорта, также им занимается большое количество мужчин. Например, такое направление, как кроссфит включает в себя элементы тяжелой атлетики, легкой атлетики, плиометрики, пауэрлифтинга, гимнастики,

[20] Максименко, А.М. Теория и методика физической культуры: учебник /А.М. Максименко - М.: Физическая культура, 2005. - 544с.

гиревого спорта и других видов спорта и физической деятельности, что делает мужчин выносливыми и сильными.

Доля занимающихся волейболом составила 13%, из которых 7% приходится на мужчин, 6% на женщин. Это второй по популярности вид спорта, которым занимаются респонденты. Волейбол (англ. *volleyball* от volley – «удар с лёта» и ball – «мяч») − командная спортивная игра, в процессе которой две команды соревнуются на специальной площадке, разделённой сеткой, стремясь направить мяч на сторону соперника таким образом, чтобы он приземлился на площадке противника, либо чтобы игрок защищающейся команды допустил ошибку. Этот вид спорта является одним из самых популярных в мире. В школах в волейбол играют на уроках физической культуры, летом играют в пляжный волейбол. Молодые люди выбирают волейбол, потому что он является наименее контактным и наиболее высокотехничным по сравнению с другими видами спорта. Для того, чтобы играть не требуются большие затраты: футболка, шорты, кроссовки, мяч и, конечно, целеустремленность спортсмена – все это привлекает как мужчин, так и женщин при выборе данного вида спорта.

Футболом по данным опроса занимается 11% респондентов, все из которых приходятся на долю сильной половины пола. Футбол (от англ. *foot* – ступня, *ball* – мяч) – «игра миллионов», командный вид спорта, в котором целью является забить мяч в ворота соперника ногами или другими частями тела (кроме рук) большее количество раз, чем команда соперника. В настоящее время самый популярный и массовый вид спорта в мире. Исторически это вид спорта являлся чисто мужским, только в последние годы стал развиваться женский футбол, но пока этот вид спорта больше всего выбирают именно мужчины, что и объясняет результаты нашего исследования. Для игры необходим лишь мяч и спортивная обувь, что делает его доступным каждому.

В футбол, как и в волейбол, играют в школах на уроках физической культуры, играют во дворах, на спортивных площадках, стадионах и на

пляжах. В России развитию футбола уделяют большое внимание. Стояться поля с синтетическим покрытием, открываются секции, кружки и даже академии, где с самых юных лет готовят будущих чемпионов.

С каждым годом набирает популярность такой вид спорта, как воркаут. Так 9% респондентов занимаются именно этим видом спорта, из которых 8% приходится на мужчин, 1% на женщин. Воркаут (англ. *Workout* – «тренировка») – это вид спорта, включающий в себя выполнение различных упражнений на уличных спортплощадках, а именно на турниках, брусьях, шведских стенках, горизонтальных лестницах и прочих конструкциях, или вообще без их использования (на земле). Воркаут – это один из самых доступных видов спорта, не требующий материальных затрат и специальных оборудованных мест. Все, что необходимо: турник, брусья, шведская стенка. Если и их нет, то для тренировок сойдет даже пол, земля и, конечно, желание, и стремление самого спортсмена. Возможно, именно поэтому, данный вид спорта выбирает большинство молодых людей.

Занимающихся баскетболом, по результатам нашего исследования, 8%: 6% – мужчин и 2 % женщин. Баскетбол[21] (англ. *basket* – корзина, *ball* – мяч) – спортивная командная игра с мячом. Цель каждой команды – забросить руками мяч в кольцо с сеткой (корзину) соперника и помешать другой команде завладеть мячом и забросить его в свою корзину. Баскетбол является одним из самых популярных среди командных видом спорта. Его также преподают во всех школах, тем самым рождая у детей интерес к занятиям именно этим видом спорта. Занятия баскетболом укрепляют позвоночник спортсмена, делая его выносливым и сильным. Баскетбол за последние годы превратился из игры «элитных слоев» в игру миллионов и стал доступен всем желающим. Именно поэтому, по данным нашего исследования, баскетболом занимается 8% молодых людей.

---

[21].Нахаева, Е.М. История физической культуры и спорта: Курс лекций / Е.М. Нахаева. - Витебск: Изд-во УО «ВГУ им. П.М. Машерова», 2005. - 77 с.

Такое же количество респондентов занимается спортивными танцами, из которых только 2% мужчин, а остальные 6% – женщины. Спортивные танцы выбирают преимущественно девушки по той причине, что танцы требуют хорошую пластику, гармоничность, что свойстве именно девушкам, но не нужно забывать, что большинство спортивных танцев – парные, поэтому число тех мужчин, которые тоже занимаются этим видом спорта велик. Танцы исторически являлись частью искусства, но за последние десятилетия танцы стали еще и частью спорта. Начали появляться различные разновидности, в которых каждый стремиться стать лучшим и соревнуется с другими танцорами, что и делает танцы не только частью искусства, но и спорта.

С каждым годом растет количество автомобилей на наших дорогах. Люди все больше предпочитают передвигаться именно на машинах, но есть и положительная сторона – все больше людей предпочитают велосипед – самый экологичный и полезный для здоровья транспорт. Так, по результатам нашего опроса, 7% респондентов занимаются велоспортом, из которых 4% приходится на мужчин, 3% на женщин. Сегодня молодые люди предпочитают велосипед не только летом, но и круглый год. Для кого-то велосипед – это хобби, для кого-то повседневное средство передвижения, а для кого-то это профессиональный спорт. В любом случае это приносит пользу здоровью и не загрязняет окружающую среду. Именно поэтому 7% молодых людей предпочитают именно этот вид спорта.

Одним из самых древних видов спорта – легкой атлетикой занимается 5% респондентов (4% – мужчины, 1% – женщины). Легкая атлетика – это олимпийский вид спорта, включающий бег, ходьбу, прыжки и метания. Объединяет следующие дисциплины: беговые виды, спортивную ходьбу, технические виды (прыжки и метания),многоборья, пробеги (бег по шоссе) и кроссы (бег по пересечённой местности). Это один из основных и наиболее массовых видов спорта. Также он является одним из самых доступных видов спорта. Для достижения высоких результатов, потребуется

хорошая спортивная форма, но все же этот спорт не требует больших материальных затрат, необходима лишь целеустремленность и терпение спортсмена. Польза, которую оказывает этот вид спорта на здоровье человека огромна. Именно поэтому, по данным нашего опроса, этот вид спорта выбирает 5% опрошенных.

Единоборствами занимаются 5% респондентов. Все приходятся на мужчин. Этот вид спорта, как и легкая атлетика, является очень древним. Единоборства включают в себя такие виды как: без оружия (бокс, дзюдо, карате и т.д.), с оружием (кендо, кобудо и т.д.), российские (рукопашный бой, боевое самбо и т.д.), в других странах (айкидо, капонира т.д.). Еще в античных временах единоборства являлись чисто мужским занятиям. Сегодня единоборствами занимаются и женщины тоже. Но в большей степени этим видом спорта занимается сильная половина человечества.

Доля занимающихся гандболом составила 4%, из которых 3% – мужчины, 1% – женщины. Гандбол (дат. *håndbold*, англ. *handball* от *hand* – рука и *ball* – мяч) – командная игра с мячом 7 на 7 игроков (по 6 полевых и вратарь в каждой команде). Играют мячом, руками. Цель игры – забросить как можно больше мячей в ворота (3 м × 2 м) соперника. Этот вид спорта с каждым годом набирает свою популярность среди молодежи. Гандбол один из самых контактных командных видов спорта, тем не менее, девушки выбирают именно гандбол, что делает их закаленными и выносливыми, что так важно для будущих матерей.

Последние годы молодежь все чаще начинает заниматься культуризмом. Особенно это касается мужчин, так как каждый хочет быть большим, сильным и привлекательным. Этот спорт дает такую возможность. По данным нашего исследования этим видом спорта занимается 4% респондентов (3% – мужчины, 1% – женщины). Культуризм или бодибилдинг (от англ. body – тело, и building – строительство) – процесс наращивания и развития мускулатуры, путем занятия физическими нагрузками с отягощениями. Популярность этот вид спорта стал набирать в

конце прошлого века и уже сегодня число тех молодых людей, которые занимаются бодибилдингом, очень велико. Данный вид спорта требует значительных затрат, ведь, чтобы добиться желаемых результатов, нужно приложить много усилий. Но результат стоит того. Накаченное, здоровое и красивое тело – вот ради чего стоит заниматься культуризмом.

Лыжным спортом, по данным нашего опроса, занимается 4% респондентов (3% мужчин и 1% женщин). Лыжный спорт – это совокупность различных видов зимнего спорта, в соревнованиях по которым спортсмены используют лыжи. Включает в себя бег на лыжах на различные дистанции, прыжки на лыжах с трамплина, лыжное двоеборье (лыжная гонка и прыжки на лыжах с трамплина), горнолыжный спорт. Этот вид спорта начал свое бурное развитие в советские годы, где правительство стремилось делать население не только здоровым, но и боеспособным, так как данные навыки были сильно необходимы в войнах для обороны нашей Родины. Сегодня же лыжный спорт не несет за собой былых целей и является любимым спортом миллионов граждан.

Следующий вид спорта, как и бодибилдинг, делает тело крепким и здоровым, но в этом виде спорта основной целью является – повысить уровень выносливости и укрепить все мышцы тела для достойных выступлений на соревнованиях. Этот вид спорта называется спортивная гимнастика – вид спорта, включающий соревнования на гимнастических снарядах, в вольных упражнениях и в опорных прыжках. В современной программе гимнастического многоборья: для женщин – на брусьях разной высоты, бревне, в опорных прыжках, вольных упражнениях; для мужчин – в вольных упражнениях, опорных прыжках, на коне, кольцах, параллельных брусьях и перекладине. По данным нашего исследования этим видом спорта занимается 2% мужчин. Женщины же не предпочитают этот вид спорта. Но в нашей стране этот спорт развит на высочайшем уровне и среди мужчин и среди женщин. Существуют специальные школы, где с юных лет готовят будущих чемпионов.

Фехтованием занимается 2% мужчин. Женщины, по данным исследования, не занимаются этим видом спорта. Но в нашей стране большое количество женщин занимается этим грациозным видом спорта. Фехтование [22](нем. *Fechten* – «сражаться, бороться») – система приёмов владения ручным холодным оружием в рукопашном бою, нанесения и отражения ударов. Еще в недалеком прошлом фехтование не являлось видом спорта, да и позволить себе заниматься им могли только высшие слои общества. Сегодня же фехтованием может заниматься каждый желающий, развивая в себе молниеносную реакцию и уверенность в своих действиях.

Из года в год растет популярность такого вида спорта как хоккей. Но по данным нашего опроса, этим спортом занимается всего 1 % респондентов, который приходиться на мужскую половину. Хоккей

-

командная спортивная игра на льду, заключающаяся в противоборстве двух команд на коньках, которые, передавая шайбу или мяч клюшками, стремятся забросить её наибольшее количество раз в ворота соперника и не пропустить в свои. Хоккей в нашей стране – это историческая гордость. С каждым годом наши мужчины доказывают, что они одни из лучших в этом виде спорта. Существует огромное количество спортивных школ, команд, где тренируют молодое поколение чемпионов. В последние годы стал развивать и женский хоккей, но все, же в этот вид спорта до сих пор больше всего играют «настоящие мужчины».

Следующий вид спорта многие путают с бодибилдингом, но это разные спортивные дисциплины. Пауэрлифтинг (англ. *powerlifting*; *power* – «сила» + *lift* – «поднимать») или силовое троеборье – силовой вид спорта, суть которого заключается в преодолении сопротивления максимально тяжелого для спортсмена веса. В этом спорте основная цель – не накачать мускулатуру, а сделать ее максимально крепкой для преодоления большого веса. На сегодняшний день существует огромное количество секций, где

[22] Матвеев, Л.П. Теория и методика физ. культуры. Введение в предмет: учебник для высших специальных физкультурных учебных заведений/ Л.П. Матвеев. - 4-е изд., стер. - М.: Лань, 2004. - 160 с.

каждый может сделать из себя «силача» и стать выносливым. По данным нашего исследования, пауэрлифтингом занимается 1% мужчин. Женщины редко выбирают этот спорт, так как отягощения для них позволительны только под присмотром профессионалов, которых не каждый может себе позволить.

Большим теннисом занимается 1% женщин. Мужчины, по нашим данным, этим спортом не занимаются. Большой теннис – вид спорта, в котором соперничают либо два игрока («одиночная игра»), либо две команды, состоящие из двух игроков («парная игра»). Задачей соперников (теннисистов или теннисисток) является при помощи ракеток отправлять мяч на сторону соперника так, чтобы тот не смог его отразить, не более чем после первого падения мяча на игровом поле на половине соперника. Данный вид спорта с каждым годом выбирает все больше молодых людей, ведь, занимаясь этим видом спорта, можно сильно укрепить свое здоровье и повысить свою выносливость.

По данным нашего опроса 22% опрошенных не занимаются спортом (10% мужчин и 12% женщин). Каждый человек вправе выбирать сам, что ему по душе. Кто-то увлекается искусством, кто-то выбирает алкоголь, курение и шумные тусовки, а кто-то выбирает спорт, укрепляя свое здоровье и с полезно проводя время. На сегодняшний день число мужчин и женщин, занимающиеся спортом, достаточно равны, как и число тех, кто им не занимается. Но важно отметить, что спорт с каждым годом становится все более популярным среди молодежи.

В нашем исследовании мы решили узнать у респондентов о том, как долго они занимаются спортом. В итоге 22% опрошенных (10% мужчин и 12% женщин) занимаются спортом 1-2 года, что является уже достаточно долгим сроком, ведь за это время организм молодого человека может значительно укрепиться. 20% респондентов занимаются спортом от 3 до 5 лет, из которых 14% приходится на мужчин, 6% на женщин, что является достаточно большой разницей, что нельзя сказать о тех, кто занимается

спортом уже от 6 до 9 лет (17% опрошенных: 8% мужчин и 9% женщин). Как правило, за такой долгий срок многие спортсмены добиваются больших успехов и наград. Даже если спортсмен ничего не выигрывал, то в любом случае он укрепил свое здоровье, что является самым важным для любого молодого организма. По нашим данным, число тех, кто занимается спортом уже 10-15 лет составляет 8% (4% мужчин и 4% женщин). Те, кто уделяют спорту многие годы, достойны уважения со стороны окружающих. 22% опрошенных спортом не занимаются (10% мужчин и 12% женщин).

Нам было также важно узнать, сколько длится тренировка каждого из респондентов. В итоге 29% (13% мужчин, 16% женщин) респондентов уделяет тренировке 60-90 минут, что, с точки зрения ведущих специалистов области медицины и спорта, является самым приемлемым временем для достижения поставленных целей и наименьшего вреда здоровью молодого человека. 20% опрошенных, из которых 14% приходится на мужчин, 6 % на женщин, уделяют одной тренировке 1,5-2 часа, что уже считается достаточно большим количеством времени для некоторых видов спорта. Но, как правило, в командных видах это время самое приемлемое. Число самых целеустремленных спортсменов составляет 11% (6% мужчин, 5% женщин). Они тренируются более 2-х часов, что говорит о том, что эти ребята любят, то, чем они занимаются и срамятся добиться поставленных целей. А вот число тех, кто тренируется всего 10-30 минут составляет всего 2% (1% мужчин и 1% женщин). Зачастую такое время выделяют для тренировок те молодые люди, которые не ставят перед собой больших целей и стремятся просто поддерживать себя в тонусе и следить за своим здоровьем. Как уже было отмечено нами раннее, число тех, кто спортом не занимается, составляет 22%. Но можно с уверенностью сказать, что с каждым готом это число уменьшается в пользу тех, кто хочет видеть нашу молодежь спортивными и здоровыми. Затруднились ответить 2% респондентов (1% мужчин и 1% женщин).

Следующим вопросом мы хотели выяснить, где респондент предпочитает тренироваться. В итоге 63% (30% мужчин, 33% женщин) предпочитает тренироваться в спортивном зале. Это объясняется тем, что в спортивном зале все направленно на то, чтобы спортсмену было удобно, уютно и минимально доставлялся дискомфорт. Спортивные залы оснащены всем необходимым: ровный паркет, тренажёры, музыкальное сопровождение, тепло, спортивный инвентарь и спортивная амуниция. Именно поэтому большинство молодых людей выбирают для тренировок именно спортивный зал.

Зачастую у людей нет возможности тренироваться в зале. Это связанно со многими факторами[23]: у кого-то нет материальных средств, кому-то не позволяет время, а кто-то просто предпочитает свежий воздух. По данным нашего исследования, число таких молодых людей, предпочитающих открытую местность и свежий воздух, составляет 40% опрошенных (24% мужчин и 14% женщин). С советских времен во дворах жилых районов устанавливались спортивные снаряды: турники, рукоходы, брусья, шведские стенки и другие перекладины, которыми до сих пор пользуется молодежь для поддержания спортивной формы. С недавних пор, данная программа возобновилась. Городские власти начали устанавливать спортивные тренажеры, подобные тем, которые используют в специально оборудованных залах. Это привлекло еще больше молодых людей к занятиям спортом.

17% опрошенных (8% мужчин, 9% женщин) предпочитают тренироваться в домашних условиях. Многие устанавливают дома тренажёры, используют гантели, гири, штанги, различные эспандеры или просто выполняют гимнастические упражнения. Это говорит о том, что те, кто хотят заниматься спортом – обязательно найдут возможность.

С помощью следующего вопроса мы выяснили, делает ли респондент зарядку по утрам. В результате только 29% опрошенных (20% мужчин, 9%

---

[23] Выдрин, В.М. Современные проблемы теории физической культуры как вида культуры. Учебное пособие / В.М.Выдрин - СПб.: СПбГАФК им. П.Ф.Лесгафта, 2001. - 76с.

женщин) делают зарядку по утрам, остальные 71% не занимаются разогревающими упражнениями после сна. Зарядка – комплекс физических упражнений, выполняемых, как правило, утром, с целью разминки мышц и суставов. Зарядка является обязательной процедурой в армии и спортивных лагерях.

В комплекс обычно входят упражнения для мышц шеи, спины, живота, ног и рук. Прорабатываются большие суставы – шея, плечи, локти, грудь (как сустав), таз, колени. Сгибание-разгибание, растяжка, скручивание. Типичные упражнения: потягивания, наклоны, приседания, отжимания. Поэтому те, кто делают зарядку по утрам – «поступают мудро».

Для более подробной картины необходимо было узнать, занимается ли респондент закаливанием. В итоге 20 % молодых людей закаляют свой организм (13% мужчин, 7% женщин), а остальные 80% (37% мужчин и 43% женщин) данного способа укрепления здоровья не выполняют. Важно отметить, что закаливание – система специальных терморегуляторных процессов организма, включающая в себя процедуры, действие которых направлено на повышение устойчивости организма к переохлаждению или перегреванию. При действии этих факторов внешней среды в организме возникает сложный физиологический комплекс ответных реакций, в котором участвуют не отдельные органы, а определённым образом организованные и соподчинённые между собой функциональные системы, направленные на поддержание температуры тела на постоянном уровне. Данный тип оздоровления является эффективным.

В нашем исследовании нам было важно узнать, какой спорт, по мнению респондента, является самым популярным в России. В итоге 62 % опрошенных (34% мужчин и 28% женщин) считают, что самым популярным видом спорта в нашей стране является футбол. Это объясняется тем, что футбол за все свою историю существования был одним из самых популярных на планете. В него играют во всех странах мира, включая Россию, болеют за свои любимые команды, носят одежду с футбольной символикой. Этот вид

спорта с каждым годом привлекает внимание все больше людей разного возраста и статуса. В 2018 году Россия будет принимать чемпионат мира по футболу. Для этого правительство нашего государство выделило огромные средства для развития уровня футбола и инфраструктуры, чтобы достойно принят столь важный чемпионат в нашей стране. Во дворах начали застраивать футбольные поля с искусственным покрытием, где каждый желающий может поиграть в любимую игру. Стали образовываться любительские турниры, где может принять участие любая дворовая команда. Все это еще больше делает этот вид спорта самым популярным в нашей стране.

По мнению 60% респондентов (30% мужчин,30% женщин) вторым по популярности вид спорта в России является хоккей. В данном виде спорта наша страна является одной из сильнейших. В 2008 году была создана континентальная хоккейная лига, в которой сейчас принимает участие 28 команд, включая команды из Хорватии, Словакии, Финляндии, Латвии, Казахстана, Белоруссии и 22 команды из различных городов России, которая сильно привлекла внимание всех любителей хоккея в нашей стране, включая молодежь. В нашей стране любой желающий может заниматься этим зрелищным видом спорта. Существует большое количество различных секций, кружков, академий, где можно научиться играть в хоккей. В 2011 году была создана ночная хоккейная лига (НХЛ), основателем которой стал президент России В.В.Путин, и в которой может принять участия любая желающая команда. Все это еще больше привлекло молодежь заниматься хоккеем и делает этот вид спорта одним из самых популярных в нашей стране.

По мнению 13% опрошенных, самым популярным видом спорта в нашей стране является фитнес. Именно этим спортом, по данным нашего исследования, занимается большинство молодых людей сегодня, а именно 37%, из которых 29% приходится на женскую половину пола. Важно отметить, что фитнесом в основном занимаются в зале, что доказывают

результаты нашего исследования. 63% респондентов предпочитает заниматься именно в зале (30% мужчин и 33% женщин). Все это говорит о том, что большинство женщин предпочитает заниматься фитнесом в спортивном зале, что нельзя с уверенностью сказать о мужской половине.

По мнению 10% опрошенных (4% мужчин, 6% женщин), самым популярным видом спорта является волейбол. Женщины выбирают этот вид спорта, потому что он является наименее контактным, по сравнению с другими командными видами спорта. Уровень развития волейбола в России достаточно высок. Более того, сборная нашей страны является сильнейшей в мировом волейболе. Так в 2011, 2013 годах сборная выигрывала мировую лигу, в 2013 году стала чемпионом Европы, а в 2012 году стала олимпийским чемпионом, и будет бороться за это звание на олимпиаде в 2018 году. Стоит ли говорить, почему 10% респондентов считают его одним из самых популярных? Ответ очевиден. В волейбол играют все и везде, где только пожелают: на пляже в спортивном зале, во дворе. Это очень полезный, интересный и популярный спорт в нашей стране.

11% опрошенных (7% мужчин и 4% женщин) считают, что единоборства являются самыми популярными в России. Единоборства включают в себя десятки видов боевых искусств, которыми занимаются миллионы мальчишек и девчонок по всей стране. Наши спортсмены из года в год приносят нашей стране почетные мировые награды, доказывая всем, что России нет равных в единоборствах. По этой причине 11% опрошенных считают этот вид спорта самым популярным в нашей стране.

По мнению 9% респондентов (5% мужчин и 4% женщин), самым популярным видом спорта является баскетбол. Баскетбол действительно очень популярен в нашей стране. Начиная со школьной скамьи его преподают на уроках физкультуры, где у детей рождается интерес с этому виду спорта. Ребята играют в баскетбол на улице, что породило такую дисциплину как стритбол (англ. *Streetball*) – уличный баскетбол. Появился в 1950-х гг. в бедных кварталах США. От обычного баскетбола отличается

количеством игроков – их 3, и зоной игры – половиной баскетбольного игрового поля. В баскетбол стало модно играть и мальчишкам и девчонкам. Сборная по этому виду спорта достойно представляет нашу страну на международных соревнованиях.

Плавание – вид спорта или спортивная дисциплина, заключающаяся в преодолении вплавь за наименьшее время различных дистанций, является одним из самых полезных видов спорта. По данным нашего исследования, 8% опрошенных (4% мужчин и 4 % женщин) считают этот спорт популярным в нашей стране. Занимаясь плаванием, укрепляется сердечно-сосудистая и дыхательная системы, мышечный аппарат (мышцы рук, бедер, ягодиц, живота, плачей), суставы (бедра, руки, шея), опорно-двигательный аппарат. Кроме того, плавание является одним из видов закаливания, оказывает положительное влияние на иммунную систему. Плавание является также одним из самых доступных видов спорта. Летом можно плавать в водоемах, а зимой посещать бассейн. Этот вид спорта всегда был любим молодежью.

7% респондентов (2% мужчин, 5% женщин) считают самым популярным лыжный спорт. С советских времен на лыжах катаются на уроках физкультуры, что дает в будущем большое количество тех, кто посвящает этому виду спорта свою жизнь. В нашей стране очень популярен биатлон – состязание, борьба, зимний олимпийский вид спорта, сочетающий лыжную гонку со стрельбой из винтовки. Этим видом спорта одинаково много занимается как девушек, так и мужчин. Зачастую число представительниц прекрасного пола занимаются лыжным спортом даже больше мужской половины, что и объясняет результаты нашего опроса.

Культуризм считает популярным спортом в нашей стране 6% респондентов (3% мужчин, 3% женщин). Данный вид спорта с каждым годом выбирает все больше молодых людей, так как с помощью этого спорта можно сделать свое тело не только здоровым, но красивым.

Такое же количество опрошенных (1% мужчин, 5% женщин) считает, что спортивная гимнастика – это самый популярный вид спорта в нашей стране. Возможно, это связанно с тем, что данный вид спорта с давних времен развит у нас на высоком уровне. Всему миру известны такие великие гимнасты России как: Немов Алексей Юрьевич, Хоркина Светлана Васильевна, Василенко Дмитрий Андреевич и еще много других прославленных гимнастов, которые являются кумирами миллионов мальчишек и девчонок в нашей стране.

По мнению 4% (1% мужчин, 3 женщин) самый популярный спорт – легкая атлетика. 3% (3% – мужчины, 0% женщины) считает, что это большой теннис и всего 2% (1% мужчин и 1% женщин) считает, что самый популярный в России – гандбол. 1% мужчин считает, что популярней пауэрлифтинга и фехтования нет спорта в нашей стране. 6% (3% мужчин, 3% женщин) затруднились ответить.

Каждый выбирает спорт, который ему больше всего нравиться, поэтому, зачастую, молодой спортсмен считает, что самый популярный вид спорта в России – это тот, которым он занимается лично, ведь он погружен в него всей своей душой и телом.

В нашем исследовании мы решили узнать у респондентов, какое спортивное звание они имеют. В итоге только 1% из всех опрошенных имеет звание мастера спорта России, который приходится на мужскую половину пола. Остальные 99% спортивного звания не имеют. Напомним, спортивные звания присваиваются федеральным органом исполнительной власти в области физической культуры и спорта (Министерством спорта, туризма и молодежной политики РФ). Чтобы получить спортивное звание, нужно добиться высоких результатов на национальных и международных соревнованиях.

Логичным было узнать, имеют ли респонденты спортивные разряды. В результате 6% (5% мужчин, 1% женщин) имеют первый юношеский разряд. 5% (3% мужчин, 2% женщин) имеют второй юношеский разряд. 4% (3%

мужчин, 1% женщин) опрошенных имеют первый спортивный разряд. Важно отметить, что 3% респондентов (1% мужчин, 2% женщин) имеют разряд кандидата в мастера спорта (КМС). 1% опрошенных имеют третий спортивный и третий юношеский разряды. 84% (38% мужчин и 46% женщин) не имеют спортивного разряда. Важно отметить: основанием для присвоения разряда или звания является достижение определённого объективно измеримого результата спортивной деятельности. В качестве таковых могут быть признаны[24]:

1. Занятие определённого места при выступлении в официальном соревновании, предусмотренном нормативами.

2. Достижение заданного нормативами количества побед над соперниками соответствующего звания или разряда. Учитываются победы, достигнутые в течение последнего года, только в официальных соревнованиях, уровень которых соответствует нормативам.

3. Выполнение количественных нормативов, в тех видах, где таковые возможны (например, тяжёлая атлетика) на официальных соревнованиях соответствующего нормативам уровня.

- Каждое звание (разряд) предусматривают определённый минимальный возраст спортсмена, с которого данное звание может быть присвоено.
- Для присвоения звания МСМК или «Гроссмейстер России» спортсмен обязан участвовать за Россию в международных соревнованиях соответствующего уровня.
- Для соревнований, по результатам которых присуждаются звания и разряды, устанавливаются нормы по уровню, составу участников, необходимому количеству судей определённой категории, необходимому количеству соперников, количеству игр, поединков, выступлений в основной и предварительной (отборочной) части соревнования.

---

[24] .Артемьев, В.П. Теория и методика физического воспитания. Двигательные качества: Учеб. пособ. / В.П. Артемьев, В.В. Шутов. - Могилев: МГУ им. А.А. Кулешова, 2004. С. 284.

- Для международных соревнований, по результатам которых присваиваются высшие звания, определяется необходимое минимальное количество стран-участниц.
- Высшие звания (МСМК, Гроссмейстер России) утверждаются Федеральным агентством по физической культуре и спорту. Более низкие звания и разряды присваиваются спортсменам региональными или местными (в зависимости от звания или разряда) исполнительными органами по физической культуре и спорту.
- Спортивные звания присваиваются только гражданам Российской Федерации.
- Спортивные разряды должны подтверждаться не реже одного раза в два года.

Нам было также важно узнать, сколько раз в неделю респонденты занимаются спортом. В итоге 58% респондентов (28% мужчин и 30% женщин) занимается спортом 2-3 раза в неделю. 15% (9% мужчин, 6% женщин) занимается спортом 4-5 раз в неделю, что уже говорит о целеустремленности молодых людей. 10% (6% мужчин, 4% женщин) респондентов занимается спортом каждый день, что не может не вызывать уважения у таких спортсменов. 3% (1% мужчин и 2% женщин) занимается спортом всего один раз в неделю. Ведущие социалисты в области спорта рекомендуют заниматься спортом не более пяти дней в неделю. Важно, чтобы организм восстанавливался, поэтому нужно подходить к тренировкам с разумом и не перенапрягаться.

Следующим вопросом мы выяснили у респондентов, хотели бы они уделять спорту больше времени. В результате 63% (28% мужчин и 30% женщин) хотели бы уделять спорту больше времени. Это говорит о том, что большинству молодых людей не хватает времен для занятия спортом, либо не возможности им заниматься. 20% (13% мужчин, 7% женщин) считают, что им хватает того времени, которое они выделяют спортивным занятиям.

Также нам было важно узнать, хотели бы респонденты, чтобы их дети занимались спортом. 96% молодых людей (46% мужчин, 50% женщин) хотели бы, чтобы их будущие дети занимались спортом. 3% мужчин не хотели бы, чтобы их дети уделяли время спортивным занятиям. 3% (2% мужчин. 1% женщин) затруднились ответить. На сегодняшний день, уровень спорта среди молодежи значительно вырос, по сравнению с предыдущими года. Очень важно, чтобы и будущие поколения детей выбирали спорт, как любимое времяпровождение.

Следующим вопросом вы хотели выяснить, какое влияние оказывает спорт на здоровье человека, по мнению респондентов. В итоге 96% (46% мужчин, 50% женщин) считает, что спорт оказывает положительное влияние на здоровье человека, а вот 3% мужчин так не считают и думают, что спортивные нагрузки негативно сказываются на организме человека. 2% мужчин и 1% женщин считают, что спорт никак не влияет на здоровье тех, кто им занимается. Здесь важно отметить, что занимаясь спортом: улучшается осанка, становятся крепче кости и связки, становится выносливее сердце, улучшается кровообращение, человек становится более стрессоустойчивым и еще очень много пользы для здоровья человека. Но важно также знать, что слишком большие нагрузки могут повлечь за собой травмы, физическое и психологическое истощение, поэтому спортом нужно заниматься систематично, грамотно и придерживаясь нормы.

Следующим вопросом в анкете мы узнали, что по мнению респондентов, является ключевым в достижении спортивных результатов. 63% (35% мужчин и 28% женщин) считают, что ключевым является целеустремленность. 29% (16% мужчин, 13% женщин) считают ключевым квалифицированного тренера. 21% (9% мужчин, 12% женщин) считают, что это различная мотивация. 18% (7% мужчин, 11% женщин) считают, что самое ключевое в достижении спортивных результатов – это терпение. 17%, из которых 7% приходится на мужчин, а 10% на женщин, считают ключевым спортивную выдержку. 11% (3% мужчин, 8% женщин), считают, что

ключевое – это удобное место для тренировок. 9% (5% мужчин, 4% женщин) ответили, что это финансирование. 7% (4 мужчин, 3% женщин) считают ключевым сплоченную команду. 6% респондентов затруднились ответить.

Следующим вопросом мы хотели выяснить, считают ли респонденты, что спорт в нашей стране доступен всем желающим. 67%, из которых 32% приходится на мужчин, а 35% на женщин, считают, что спорт доступен каждому, кто желает им заниматься. 21% (14% мужчин, 7% женщин) считает, что спорт не доступен многим, кто хотел бы им заняться. 12% респондентов затруднились ответить на это вопрос в анкете. Важно отметить, что спорт не нужно рассматривать, как бизнес, который требует материальных вложений. Спортом можно заниматься везде: и дома и на улице. Единственное исключение – это люди, которые не могут себе позволить заниматься спортом из-за проблем со здоровьем. Но в основном спорт доступен всем, и так считает 67% опрошенных.

С помощью следующего вопроса мы выяснили, из каких источников информации респонденты узнают о спортивных событиях в России. В итоге 71% (36% мужчин, 35% женщин) опрошенных узнают спортивные новости в интернете. 44% (21% мужчин, 23% женщин) узнают о спортивных событиях, используя телевидение. 25% опрошенных (13мужчин, 12% женщин) узнает о спортивных событиях от близких и знакомых. 5% (2% мужчин. 3% женщин) использует для этого радио. И только 3% (2% мужчин, 1% женщин) читают печатные издания. С каждым годом технический прогресс оказывает все больше влияние на молодежь. Практически ничего сегодня не обходиться без использования глобальной сети и технических гаджетов. Именно поэтому в нашем исследовании число тех, кто узнает о спортивных событиях в интернете, составляет 71%. Важно отметить, что интернет используют одинокого часто как мужчины, так и женщины.

В нашем исследовании нам было важно узнать, как оценивают респонденты уровень развития спорта в России. Для этого им была предоставлена возможность оценить его с помощью пятибалльной шкалы. В

итоге 44% (20% мужчин, 24% женщин) оценили уровень развития на 4 балла, что является хорошим показателем. 35% опрошенных (15% мужчин, 20% женщин) оценили на 3 балла, что является средним показателем. 6% опрошенных оценили уровень спорта в стране на 1 и 2 балла, а 12% (7% мужчин и 5% женщин) оценивают данный уровень на максимальный балл «5».

Следующим вопросом мы выяснили, к чему стремятся респонденты, занимаясь спортом. В результате 56% (30% мужчин, 26% женщин) занимаются спортом с целью укрепить свое здоровье. 32% мужчин занимаются спортом, чтобы стать физически сильнее, женщины же (14%) стремятся к этому меньше, чем мужчины. 35% (24% мужчин. 11% женщин) стремятся стать выносливее. 22% женщин стремятся сбросить лишний вес, мужчины же стремятся к этой цели чуть меньше (12%). 35% опрошенных (14% мужчин, 21% женщин) хотят стать красивее и привлекательнее. 12% (9% мужчин, 3% женщин) хотят добиться успехов в спортивной карьере. 11% (6% мужчин, 5%женщин) занимаются спортом, чтобы занять свое свободное время.

Нам было также важно узнать, сколько друзей респондентов занимаются спортом. У 44% (20% мужчин, 24% женщин) занимается спортом большинство друзей. У 22% (11% мужчин, 11% женщин) опрошенных спортом занимаются 3-5 друзей, у 11% (3% мужчин, 8% женщин) занимаются спортом 1-2 друга, у 6% (4% мужчин, 2% женщин) занимается спортом малое количество друзей. У 5% (4% мужчин, 1% женщин) спортом занимаются все друзья.

В заключение, хотелось бы узнать, кто повлиял на выбор респондента заниматься спортом. В итоге на 19% (8% мужчин, 11% женщин) повлияли друзья. На 18% (5% мужчин. 13% женщин) повлияли родные. 12% (9% мужчин, 3% женщин) респондентов начали заниматься спортом, стремясь стать похожим на своего кумира. 61% (31% мужчин, 30% женщин) начали заниматься спортом по собственному решению.

На основе всех полученных и описанных результатов можно сделать вывод о том, что спортом сегодня увлеченно большое количество молодых людей. Молодежь предпочитает заниматься спортивными нагрузками в спортивном зале и на свежем воздухе и часто выбирает для занятия такой вид спорта, как фитнес. Большинство респондентов занимаются спортом 2-3 раза в неделю, тренируясь по 60-90 минут. Молодые люди считают, что им не хватает времени тренироваться столько, сколько они хотели бы. Также важно ответить, что как и женщины, так и мужчины хотели бы, чтобы их дети занимались спортом, и считают физические нагрузки полезными для здоровья. Целеустремленность и квалифицированный тренер – два ключевых критерия, которые важны, по мнению опрошенных, для достижения спортивных результатов. Также молодые люди считают, что спорт в России доступен всем, кто хочет им заниматься. Узнают о спортивных событиях респонденты преимущественно из интернета и по телевидению. Оценили уровень спорта респонденты на 4 балла, что является хорошим показателем отношения молодежи к развитию спорта в стране. Большинство девушек занимается спортом, стремясь сбросить лишний вес и укрепить свое здоровье. Мужчины же стремятся стать физически сильнее и выносливее. На выбор заниматься спортом в большой степени повлияли родные и друзья респондентов. У многих молодых людей спортом занимается большинство друзей. Все эти факты помогли нам понять, что спорт среди молодежи развивается и имеет большую перспективу развиваться и дальше.

Методом анкетирования мы изучили отношение различных групп молодых спортсменов к занятию спортом. Также мы выяснили, какие виды спорта на сегодняшний день являются самыми популярными у молодых людей и выяснили, что повлияло на их решение заниматься спортом. Для более подробного изучения этой проблемы было бы целесообразным рассмотреть этот процесс с точки зрения другого метода.

2.2. Вторичный анализ отношения спортсменов к занятиям спортом

Для того, чтобы подробно изучить отношение молодых спортсменов к занятиям спортом, мы решили обратиться к результатам всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

В 2015 году завершился первый организационно-экспериментальный этап внедрения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) (далее – комплекс ГТО) и уже с января 2016 года по всей стране предстоит начать работу с обучающимися по выполнению испытаний комплекса ГТО

Основная задача, поставленная Президентом Российской Федерации **Владимиром Путиным**, над решением которой работает Минспорт России – это укрепление здоровья населения, повышение уровня его физической подготовленности посредством занятий физической культурой и спортом.

Если сегодня, по официальным данным, активно занимаются физической культурой и спортом 29 процентов населения, то к 2020 году эту цифру предстоит увеличить до 40 процентов, при этом вовлеченность категории «обучающиеся» должна составить 80 процентов от их общего числа.

В связи с этим внедрение комплекса ГТО рассматривается в качестве основного инструмента и катализатора достижения указанных показателей. Напомним, процесс внедрения проходит в три этапа.

Первый – организационно-экспериментальный – этап завершился в декабре прошлого года. Он предусматривал внедрение комплекса среди обучающихся образовательных организаций в 12 субъектах Российской Федерации (Республики Карелия, Марий Эл, Мордовия, Татарстан и Удмуртская Республика, Красноярский край, Белгородская, Владимирская, Московская, Свердловская, Смоленская и Ярославская области).

Однако уже в начале 2015 года этот список значительно расширился и заявку на участие в организационно-экспериментальном этапе подали ещё 49 субъектов Российской Федерации, вследствие чего было принято решение о

выделении в 2015 году субсидий из федерального бюджета 61 региону страны на оборудование центров тестирования. Если в 2014 году субсидии из федерального бюджета были предоставлены 12 регионам России в объёме 10,7 млн. рублей (24 центра тестирования), то в 2015 году 61 субъект Российской Федерации был субсидирован из бюджета на общую сумму 127,4 млн. рублей (195 центров тестирования). В 2016 году более 120 млн. рублей также будут направлены в регионы в виде субсидий на обучение кадров, вовлечённых в реализацию комплекса ГТО.

Второй этап, который проходит в 2016 году, предусматривает внедрение комплекса ГТО среди обучающихся всех образовательных организаций страны, а также других категорий населения в отдельных субъектах Российской Федерации.

Третий этап предусматривает повсеместное внедрение комплекса ГТО среди всех категорий населения во всех субъектах Российской Федерации с 2017 года.

Координацию процесса внедрения комплекса ГТО осуществляет Министерство спорта Российской Федерации совместно с совещательным органом (координационной комиссией) и исполнительным органом (федеральный оператор – АНО «Исполнительная дирекция спортивных проектов») во взаимодействии с федеральными органами исполнительной власти (Минобрнауки России, Минздрав России, Минтруд России, Минобороны России и Минкомсвязь России).

На региональном уровне ответственность за внедрение комплекса ГТО несет руководитель субъекта Российской Федерации, совместно с совещательным органом – комиссией, в состав которой входят региональные руководители или представители органов исполнительной власти. Региональный орган исполнительной власти в области физической культуры и спорта при этом вправе определить из числа некоммерческих организаций исполнительный орган (регионального оператора) и создать на территории субъекта совместно с муниципальными образованиями центры тестирования населения.

Ключевым мероприятием 2015 года по введению комплекса ГТО стала разработка нормативно-правовой базы.

Приняты и вступили в законную силу 36 нормативных правовых актов, основным из которых стал подписанный Президентом Российской Федерации Федеральный закон от 5 октября 2015 года № 274, которым внесены изменения в Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» и в отдельные законодательные акты. В данном документе закреплено понятие комплекса ГТО, деятельность физкультурно-спортивных клубов по месту жительства, работы и учёбы, оказание этим клубам государственной поддержки.

Закреплены правомочия и обязательства в финансовом обеспечении мероприятий комплекса ГТО за счёт федерального бюджета, а также бюджетных средств регионального и муниципального уровней, в том числе через включение мероприятий в единые календарные планы и поддержку некоммерческих организаций, наделённых полномочиями центров тестирования.

Законом закреплена охрана официальной символики комплекса ГТО. В стране официально утверждён фирменный стиль комплекса ГТО, что подтверждено Федеральной службой по интеллектуальной собственности. При этом исключительные права на символику комплекса ГТО принадлежат Минспорту России.

Особое внимание уделяется медицинскому обеспечению комплекса ГТО. Так, для прохождения тестирования обязательно наличие медицинской справки.

Минздрав России уже приступил к разработке приказа, который установит порядок организации оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом, включая порядок медицинского осмотра лиц, желающих выполнить нормативы комплекса ГТО. Документ будет принят в феврале 2016 года.

Кроме правовой деятельности, Минспорт России провёл большое количество пропагандистских мероприятий, в ходе которых в тестовом режиме испытания комплекса ГТО выполнили около пяти миллионов человек, в том

числе в рамках научных исследований. Полученные данные сегодня обрабатываются учёными для принятия последующих управленческих решений, в частности, по корректировке видов испытаний и нормативов комплекса ГТО.

В мае 2015 года, во всех регионах страны было проведено первое зачётное тестирование среди школьников 11–15 лет в рамках Единой декады ГТО. Декада стала практической проверкой уровня взаимодействия сфер образования, спорта, здравоохранения и центров тестирования. Все результаты внесены в электронную базу данных комплекса ГТО. Тестирование проходило в 2,5 тысячах муниципальных образованиях 84 регионов России (не участвовала: Республика Тыва). По итогам Декады для оценки выполнения нормативов испытаний (тестов) имеются более 7,5 тысяч мест тестирования, созданных на базе образовательных и физкультурно-спортивных организаций. Более 25 тысяч специалистов получили первый современный опыт работы судьями комплекса ГТО. Необходимое количество испытаний на бронзовый, серебряный и золотой знаки отличия комплекса ГТО успешно выполнили 29 519 школьников.

По итогам Декады 236 773 обучающихся (38,2 процента от общего числа принявших участие) выполнили нормативы отдельных испытаний (тестов) комплекса ГТО на знаки отличия.

В августе 2015 года в г. Белгороде состоялся финал Фестиваля ГТО, в котором приняли участие 567 обучающихся из 75 субъектов Российской Федерации. Центральным событием Фестиваля стало первое награждение золотыми знаками отличия комплекса ГТО.

С апреля работает электронная база данных с Интернет-порталом комплекса ГТО по адресу: www.GTO.ru. Портал насчитывает уже более 22 миллионов посещений, около 60 тысяч человек ежедневно. В системе зарегистрировано более двух миллионов человек.

С 1 ноября 2015 года заработал бесплатный круглосуточный Всероссийский контакт-центр ГТО по телефону «горячей линии» 8-800-350-00-00. Только за ноябрь и декабрь обработано уже более 120 000 обращений.

В 2014 году в целях пропаганды был дан старт проекту «Послы ГТО», который позволяет пропагандировать здоровый образ жизни через привлечение

к этой работе известных граждан и «звезд». Первыми послами ГТО стали знаменитые спортсмены Ольга Брусникина, Александр Карелин и Николай Валуев. В 2015 году к команде послов присоединились Лариса Латынина, Ирина Слуцкая, Аделина Сотникова, Александр Попов, Дмитрий Саутин, а также многие общественно-политические деятели. Кроме того, в конце 2015 года Минспортом России были наделены статусом посла ГТО 40 представителей регионов России.[25]

Данный комплекс доказывает, что молодежь сегодня увлечена спортом и стремиться добиваться высоких результатов. ГТО позволяет каждому желающему оценить свою спортивную форму и показывать пример молодому поколению.

В изучении отношения различных групп молодых спортсменов к занятием спортом очень важно опираться на мнение тех людей, которые уже прошли трудный путь в достижении спортивных результатов и продолжают показывать своим примером, как нужно добиваться успеха. Также важно учитывать и мнение спортсменов −любителей, которые уделяют внимание спорту.

Объектом исследования выступили интервью тех спортсменов, которые на себе испытали все тяжбы многолетних тренировок и трудностей, которые стояли перед ними в самом начале карьеры. По ним мы выясняли, что пришлось преодолеть в самом начале, как себя настраивали на соревнования и, что послужило мотивом заняться спортом.

Первый анализируемый источник – интервью, взятое у молодого спортсмена, кандидата в мастера спорта России (КМС) по боксу, жителя тамбовской области города Уварово и просто хорошего человека – Ханбалаева Рината Альбертовича. Ринату двадцать один год и он является тем спортсменом, который прошел путь от юного худенького мальчишки до крепкого именитого бойца в своей области. На вопрос о том, кто повлиял на выбор Рината заниматься боксом, молодой человек ответил: «На мой выбор

[25] «Нормы ГТО» - [Электронный ресурс].− URL :http://www.gto-normy.ru/ukaz-prezidenta-rf-putina-o-gto (Дата обращения: 17.03.2016).

заниматься боксом повлияли мой отец и старший брат. Мой брат занимался боксом, и отец помогал ему с тренировками, так как в молодости сам занимался и имеет хорошие навыки. Естественно, наблюдая за ними, я тоже захотел заняться боксом». После чего мы спросили у Рината, что ему нравится в этом виде спорта. «В боксе мне нравится в первую очередь зрелищность. Для меня этот вид спорта, как творчество, где решает всё не только физическая сила, но и стратегия, сила духа, самообладание, искусность». Было также важно узнать, что, по мнению Рината, самое тяжёлое в этом виде спорта, на что он ответил: «По-моему мнению самое тяжелое в боксе – это дисциплина. Ведь для того, чтобы подойти к соревнованиям в оптимальной форме, нужно правильно поставить тренировочный процесс, диету для сгонки веса и подготовиться психологически. Без дисциплины этого не достичь». На вопрос, кто для Рината является кумиром в этом виде спорта, молодой человек с уверенностью ответил: «Мой кумир – Мохаммед Али. Он легенда мирового бокса. То, что он делал в ринге и за его пределами восхищает. Али великий спортсмен». Важным было узнать и то, где Ринат получил свою первую награду. «Первую награду я получил на областном турнире, когда мне было 10 лет. Там я занял первое место. Я до сих пор помню то выступление, те эмоции. Перед боем, конечно же, очень волновался, но во время боя волнение ушло, и я смог показать все свои способности и желание победить. Мне вручили грамоту и памятный приз в виде кружки. Она до сих пор сохранилась у меня, и напоминает эти соревнования. Я был очень доволен, почувствовал, что у меня получается, что я могу побеждать, и это сильно мотивировало меня на дальнейшие успехи». Мы тут же задали ему вопрос, который выяснял, что, по мнению молодого спортсмена необходимо для победы в соревнованиях, прежде всего, на что Ринат ответил: «Я считаю, что для победы в соревнованиях в первую очередь нужно полюбить то, что ты делаешь, чуть ли не жить этим. При таком отношении к делу – ты добьешься успеха. Так же, как уже говорилось, важна дисциплина. Мне доводилось

видеть, как спортсмены с хорошими навыками проигрывали бои из-за отсутствия дисциплины. Сам тоже не раз имел такой опыт. По-моему мнению еще для победы в соревнования нужна хорошая поддержка тренера, друзей и родных. Поддержка также хорошо мотивирует и проявляет чувство ответственности». Далее мы спросили у Рината, какую роль в его жизни играет спорт. «В моей жизни бокс играет важную роль. Он воспитал во мне много положительных качеств, например трудолюбие, силу воли и уверенность. Из-за нагрузок на тренировках физически я не слабый и относительно хорошо сложен. Бокс повлиял на любовь к спорту, к физической активности, а это полезно для здоровья. Также я могу постоять за себя, за других, когда это необходимо, а это очень важно в жизни. И вообще, благодаря боксу, меня было интересное детство: много знакомых и друзей, я повидал не мало городов нашей страны, было много интересных и забавных случаев на соревнованиях и тренировка, ведь там всегда много ребят.» После мы решили узнать, хотел бы Ринат в будущем отдать своих детей в этот вид спорта, на что он ответил: «В будущем, если у меня будет сын или сыновья, я безусловно хочу отдать их на секцию бокса, потому что если подойти к делу с умом, это хороший вид спорта для развития характера и навыков, необходимых в жизни, несмотря на то, что это опасный вид спорта.» Следующим вопросом мы выяснили, с какими трудностями молодому человеку пришлось сталкиваться на соревнованиях? «Не раз приходилось выходить на бои с температурой или насморком. В таком состоянии очень тяжело пройти всю дистанцию боя в высоком темпе и показать максимум. Также бывало, приходилось прямо перед официальным взвешиванием скидывать лишний вес, чтобы войти в лимит весовой категории. В целом каждый бой – трудность, с которой нужно справиться, чтобы одержать победу. Если дашь слабину, то проиграешь, так как твой соперник хочет победить не меньше, чем ты». На вопрос, кто был его опорой при подготовке к соревнованиям, Ринат ответил: «При подготовке к соревнованиям опорой для меня были мой отец и тренер. Они подготавливали меня и физически и

морально, всегда давали советы и наставления». Ну и напоследок мы попросили Рината рассказать интересный случай, который произошел с ним на соревнованиях. «Запомнился очень интересный случай, но он произошел не со мной, а с моими друзьями. Два брата близнеца выступали на соревнованиях в разных весовых категориях. Один из них, кто был в более низкой категории, проиграл в полуфинале, а его брат, который потяжелей, вышел в финал. Перед финальным боем он заболел и не могу выступать. Тренер решил вместо него вывести на финал его брата, для которого ставили очень непростую задачу, побороться за первое место с более крупным соперником. В тяжелой борьбе он выиграл этот бой и отдал приз своему брату. Я стал очевидцем этого интересного боя» – с улыбкой ответил рассказал Ринат.

Второе интервью взяли у молодой и талантливой, двадцатилетней спортсменки города Тольятти – Стульневой Лилии Романовны, которая занимается одним из современных видов спорта – паркуром. Паркур – это искусство рационального перемещения и преодоления препятствий, как правило, в городских условиях; городская акробатика. На вопрос о том, кто повлиял на выбор Лилии заниматься паркуром, молодая девушка ответила: «Когда я училась в четвертом классе, мои одноклассники занимались паркуром, мне очень понравилось, как это выглядит со стороны и тоже захотелось попробовать». После чего мы спросили у Лилии, что ей нравится в этом виде спорта? «Мне нравится, передвигаясь, ощущать себя свободной и замечать вокруг только препятствия». Было также важно узнать, что, по мнению Лилии, самое тяжёлое в этом спортивном направлении, на что она ответила: «Здесь для меня сложнее всего акробатика, освоить ее довольно-таки сложно, главное научиться передвигаться и смотреть на обычные вещи вокруг так, чтобы преодолевать препятствие легко и красиво». На вопрос, кто для Лилии является кумиром в этом виде спорта, молодая девушка ответила: «У меня нет кумиров, но в данном спорте много людей, которые занимаются уже много лет и выполняют невероятные вещи. Смотреть на них

одно удовольствие». Важным было узнать и то, где Лилия получила свою первую награду. «Так получилось, что за столько лет, я впервые участвовала на соревнованиях в городе Самаре. Я не заняла призового места, но получила огромный опыт, который невозможно приобрести на простых тренировках, который в дальнейшем поможет мне победить» – с уверенностью заявила девушка. Мы тут же задали ему вопрос, который выяснял, что по мнению молодой спортсменки необходимо для победы в соревнованиях прежде всего, на что Лилия ответила: «Опыт! Еще раз повторюсь, что соревнования – это огромный опыт, который делает меня сильнее, увереннее и дает мне стимул совершенствоваться и больше тренироваться». Далее мы спросили у Лилии, какую роль в ее жизни играет спорт. «Спорт для меня −это жизнь. Я тренируюсь каждый день. Я хочу развиваться в своем направлении, как бы сложно мне не было. С каждым днем я становлюсь сильнее, и скоро я достигну своей цели – всероссийские соревнования» – с уверенностью в глазах сказала талантливая спортсменка. После мы решили узнать, хотела бы Лилия в будущем отдать своих детей заниматься паркуром, на что она ответила: «Да, конечно, я бы хотела, что бы мои дети занимались паркуром. Но если они предпочтут другой вид спорта, то это не страшно». Следующим вопросом мы выяснили, с какими трудностями молодой девушке пришлось сталкиваться на соревнованиях? «Мои первые соревнования не прошли без трудностей. Во-первых, я одна из девочек участвовала, и это немного пугало меня, так как мальчики умеют больше и более опытные. Во-вторых, на полосе препятствий мне начали приходить в голову мысли, которые сбивали меня, но я решила сделать сложный элемент, который сконцентрировал меня на решительные действия. Поэтому я считаю, что нужно уметь контролировать не только себя, но и свои мысли». На вопрос, кто был ее опорой при подготовке к соревнованиям, Лилия ответила: «Основную помощь, которая была необходима мне, давал мне друг, который сам занимается паркуром уже более десяти лет. Он побывал на многих

соревнованиях. Я беру с него пример и тренируюсь, каждый день с мыслью, что должна победить сама себя».

Третье интервью мы взяли у мастера спорта по тхэквондо, девятнадцатилетнего жителя города Тольятти – Краснова Бориса Игоревича. Борис в свои молодые годы имеет звание мастера спорта и право представлять нашу страну на международных соревнованиях. Сперва мы задали Борису вопрос: «Кто повлиял на твой выбор заниматься этим видом спорта?». Борис сразу же ответил: «Моя мама. Она привела меня в секцию по тхэквондо в 7 лет». После чего мы спросили, что ему нравиться в этом виде спорта. «Уже и трудно сказать, что нравится, это просто дело всей жизни, и я получаю от него удовольствие» – задумчиво ответил молодой человек. Мы тут же спросили: «Что, по-твоему, мнению, самое тяжёлое в этом виде спорта?». Борис в этот раз, не задумываясь, сказал: «Тренироваться, держать себя в руках и в трудный момент просто этот спорт не забрасывать». После мы решили узнать, кто является кумиров для Бориса в этом виде единоборств, на что Борис ответил, чуть улыбаясь: «У меня нет кумира, я хочу сам стать чьим-нибудь кумиром». Мы тут же решили задать ему вопрос: «Где ты получил первую награду? Какие эмоции ты тогда испытывал?». Борис, немного подумав, сказал: «Это был чемпионат города в 2004 году, я тогда не особо понимал, что со мной происходит». Следующим вопросом мы решили узнать, что, по мнению Бориса, необходимо для победы в соревнованиях, прежде всего. «Талант, мотивация и хороший наставник» − уверенно ответил Борис. Тут же мы решили выяснить, какую роль в его жизни играет спорт, на что молодой человек ответил: «Я ничего кроме этого не умею и смысл моей жизни это спорт». После мы спросили, хотел бы Борис в будущем отдать своих детей в этот вид единоборств. Борис задумчиво ответил, что, скорее всего, нет. Тогда мы решили поинтересоваться, с какими трудностями ему пришлось сталкиваться на соревнованиях, на что он ответил: «В 2014 году я не попал на юношеские олимпийские игры и два месяца нервничал и не мог прийти в себя. Тогда мне совсем не хотелось

тренироваться». После мы решили выяснить, кто был его опорой при подготовке к соревнованиям. «Тренер и мама, конечно» – уверенно ответил Борис. В конце мы решили поинтересоваться у молодого человека, какие интересные случаи с ним происходили на соревнованиях. Он ответил: «Таких случаев много, что-то такого и не вспомнишь уже».

Четвертое интервью мы взяли у молодого волейболиста – Барского Михаила Николаевича. Михаилу 22 года, он является жителем города Тольятти и имеет первый спортивный разряд по волейболу. На вопрос о том, кто повлиял на выбор Михаила заниматься этим видом спорта, молодой человек ответил: «В 14 лет я познакомился с ребятами, которые потом стали моими лучшими друзьями. Они были спортсменами и часто тренировались. Я много времени проводил с ними на тренировках и позже сам начал стремиться заняться каким-нибудь видом спорта. Позже я по счастливой случайности попал к лучшему тренеру города по волейболу и вот уже 8 лет посвящаю себя этому виду спорта». После чего мы спросили у Михаила, что ему нравится в этом виде спорта. «Волейбол – это высокотехничная игра, где нужно очень много уделять внимания, как физической подготовке, так и развитию технических навыков. Со временем приходит ощущение, что это легко, но стоит немного расслабиться – и ты потеряешь форму. Поэтому этот спорт заставляет меня всегда быть в тонусе. Мне это нравится» – увлеченно ответил Михаил. Было также важно узнать, что, по мнению Михаила, самое тяжёлое в этом виде спорта, на что он ответил: «Самое тяжелое – это выдерживать большие нагрузки, которые сказываются на моральном состоянии». На вопрос, кто для Михаила является кумиром в этом виде спорта, молодой человек с уверенностью ответил: «Мой кумир Максим Михайлов. Это еще достаточно молодой игрок казанского Зенита, но он уже является олимпийским чемпионом. Я беру с него пример того, как надо отдаваться на тренировках и стараться в матчах. Максим – пример для подражания». Важным было узнать и то, где Михаил получил свою первую награду. «Свою первую награду я получил на одном из фестивалей,

посвящённых волейболу в самарской области. Там наша команда не смогла добиться призового места, но меня наградили медалью, как одного из лучших игроков того фестиваля. Я был счастлив» – с улыбкой ответил молодой человек. Мы тут же задали ему вопрос, который выяснял, что по мнению молодого спортсмена необходимо для победы в соревнованиях прежде всего, на что Михаил ответил: «Прежде всего, целеустремленность. Также важно соблюдать спортивный режим: сон, питание, разминочные тренировки – все это помогает восстанавливаться и не перенагружаться». Далее мы спросили у Михаила, какую роль в его жизни играет спорт. «Спорт с 14 лет для меня – это часть моей жизни» – уверенно сказал Михаил. После мы решили узнать, хотел бы Михаил в будущем отдать своих детей в этот вид спорта, на что он ответил: «То, что я отдам их в спорт – я уверен, вот в какой, я точно сказать не могу. Хотел бы, чтобы мой будущий сын занялся каким-нибудь видом единоборств или командным видом спорта». Следующим вопросом мы выяснили, с какими трудностями молодому человеку пришлось сталкиваться на соревнованиях. «Уверенность в себе. Когда что-то перестает получаться, я начинаю уходить в себя. Очень трудно в такие моменты настраиваться на борьбу, но я стараюсь». На вопрос, кто был его опорой при подготовке к соревнованиям, Михаил ответил: «Чаще всего я настраиваюсь на игры сам. Смотрю по телевидению или в интернете фильмы про именитых спортсменов, которые меня мотивируют и рождают во мне огромное желание идти и побеждать». Ну и напоследок мы попросили Михаила рассказать интересный случай, который произошел с ним на соревнованиях. «На соревнованиях в Самаре один из игроков нашей команды, занимаясь растяжкой мышц, заснул прямо на площадке. Это повеселило всю команду» – с улыбкой рассказал Михаил.

Последний анализируемый источник – интервью, взятое у талантливого спортсмена тамбовской области города Уварово – Иванникова Алексея Дмитриевича. Алексею 21 год и он имеет первый спортивный разряд по спортивному ориентированию. На вопрос о том, кто повлиял на выбор

Алексея заниматься этим видом спорта, молодой человек ответил: «Тренер. Он пришел в школу, когда я учился в 7 классе, и рассказал про этот вид спорта. В это время я ничем не занимался и давно планировал записаться на какую-нибудь секцию. После предоставления соответствующей возможности, я решил ее не упускать и начал посещать тренировки по ориентированию». После чего мы спросили у Алексея, что ему нравится в этом виде спорта. «В данном виде спорта одинаково хорошо должны быть развиты как умственные, так и физические возможности спортсмена, если он желает добиться высоких результатов. В процессе преодоления дистанции ты сам выбираешь путь движения и постоянно должен контролировать правильность его выбора». Следующим вопросом мы выяснили, что, по мнению молодого человека, самое тяжёлое в этом виде спорта, на что он ответил: «Не допускать ошибок при взятии контрольных пунктов. Даже самые элитные спортсмены ошибаются, правда, редко, но все же. Поэтому тактическая сторона является наиболее сложной, но в этом и проявляется вся уникальность данного вида спорта». На вопрос, кто для Алексея является кумиром в этом виде спорта, молодой человек с уверенностью ответил: «Вадим Толстопятов. Он мой земляк и имеет звание мастера спорта международного класса. Я мог бы привести примеры различных чемпионов мира по ориентированию, но Вадима я знаю лично и не раз видел его в деле. Всегда поражался его необыкновенно точной технике ориентирования и скорости, которую он при этом развивает. К тому же он является универсальным спортсменом и одинаково успешно выступает как в летнем, так и зимнем ориентировании, чего не скажешь о большинстве профессиональных ориентировщиках». Важным было узнать и то, где Алексей получил свою первую награду. «Первую осознанную награду я получил на первенстве области в 2009 году. Осознанную, потому что уже год занимался и вот удачно выступил на вполне серьезных соревнованиях. Тогда я стал победителем в своей возрастной группе и, конечно же, был неописуемо рад, так как до этого даже в призы никогда не попадал» – с

улыбкой ответил молодой спортсмен. Мы тут же задали ему вопрос, который выяснял, что, по мнению молодого человека необходимо для победы в соревнованиях, прежде всего, на что Алексей ответил: «В первую очередь – систематически тренироваться, без этого никуда в любом виде спорта. Как уже упоминал выше важно развивать одинаково хорошо как технические, так и физические способности. Очень важен настрой перед стартом. Необходимо настраиваться на безошибочное преодоление дистанции, а не на места на пьедестале. Второе будет, несомненно, следствием первого. Меньше обращать внимания на соперников: в первую очередь ты соревнуешься с собой. Ну при выполнении столь небольшого перечня задач безусловно победишь». Далее мы спросили у Алексея, какую роль в его жизни играет спорт. «Однозначно главную роль. Благодаря ему я имею довольно неплохую физическую форму и хороший иммунитет. В процессе тренировок я отдыхаю от учебных нагрузок. Как говорится: «лучший отдых – смена деятельности». Ну и, конечно же, приобретаешь большое количество новых знакомств. Осознаешь, что ты не один такой помешанный. Особенно приятно убеждаться, что и среди девушек такие личности имеются» – смеясь, ответил молодой человек. После мы решили узнать, хотел бы Алексей в будущем отдать своих детей в этот вид спорта, на что он уверенно и лаконично ответил: «Конечно, хотел бы». Следующим вопросом мы выяснили, с какими трудностями молодому человеку пришлось сталкиваться на соревнованиях. «Травмы. Сложно сказать, с чем они были связаны. Главное уметь делать выводы после получения и бороться с их повторением, чего не было у меня, так как велась недостаточно качественная работа тренера». На вопрос, кто был его опорой при подготовке к соревнованиям, Алексей ответил: «Отец и тренер. Они всегда поддерживали меня и помогали в физической подготовке».

В данной работе мы рассмотрели уровень развития спорта среди молодежи с разных сторон. Мы провели исследование, которое позволило нам изучить данную проблему и позволило понять, как молодежь относится

к занятиям спортом. С помощью анкетирования мы получили основную информацию, которая позволила нам провести доскональный анализ отношения молодежи к спортивным занятиям и нагрузкам. С помощью интервью мы смогли узнать у спортсменов разных званий и разрядов их отношение к спорту и то, как они прошли свой путь к различным спортивным достижениям. Данное исследование позволило понять, что на сегодняшний день молодежный спорт развит на хорошем уровне, но все, же молодежь оценивает его, как удовлетворительный.

Заключение

Спорт, как никакая иная сфера культуры, содержит в себе наибольший потенциал воспроизводства личности как целостности в своем телесно-духовном единстве. Поэтому культурная деятельность (в том числе и телесная) приобретает общественно полезную значимость, поскольку её предметом, целью и главным результатом является развитие самого человека.

На сегодняшний день молодежь все больше начинает увлекаться спортом, видя в данных занятиях прекрасную возможность, укрепить свое здоровье и стать привлекательнее. Спорт становиться главным увлечением для миллионов молодых людей. Очень многие добиваются высоких результатов, но основная масса занимается спортом на любительском уровне. Важно отметить, что все больше молодых людей желают, чтобы их будущие дети также занимались спортом. Значительному большинству не хватает времени для того, чтобы уделять спортивным занятиям столько времени, сколько им требуется. Современное техническое развитие сильно сказывается на увлечениях молодых людей. Много времени молодежь проводит в интернете, из-за чего у многих не хватает времени на более полезные занятия, но для многих интернет является основным источником для того, чтобы следить за всеми спортивными событиями, которые происходят во всем мире. Как уже отмечалось, интернет имеет как свои минусы, так и свои плюсы.

В данной работе мы выполнили ряд задач, которые ставили перед собой в самом начале работы. Мы выяснили, что повлияло на выбор молодых людей заниматься спортом, выяснили, что для них является ключевым в достижении спортивных результатов, выяснили, сколько времени уделяют молодые люди спорту, а также узнали, как, по мнению молодых людей, развит спорт в России и занимаются ли окружающие молодых людей спортом.

В начале исследования мы предполагали проверить следующие основные гипотезы:

1. Предположительно молодые люди считают футбол самым популярным видом спорта в нашей стране;

2. Предположительно молодые люди занимаются спортом 2-3 раза в неделю;

3. Девушки считают ключевым в достижении спортивных результатов спортивный режим;

4. Большинство молодых людей начали заниматься спортом с целью стать физически сильнее;

5. Предположительно мало, кто из молодых людей следит за спортивными достижениями нашего города по телевидению.

В итоге, после анализа результатов данного исследования, мы выяснили, что большинство молодых людей (34%) действительно считают футбол самым популярным видом спорта в нашей стране. Также мы выяснили, что 28% молодых людей занимаются спортом 2-3 раза в неделю, что подтверждает нашу гипотезу. В ходе анализа мы узнали, что большинство девушек считает ключевым в достижении спортивных результатов не спортивный режим (6%), а прежде всего целеустремленность (28%), что опровергает нашу гипотезу, которую мы выдвигали в самом начале нашего исследования. Выяснили и то, что большинство молодых людей стало заниматься спортом с целью стать физически сильнее (32%), что доказывает наше предположение. Также мы узнали, что молодые люди следят за спортивными событиями в нашей стране с помощью интернета (36%). Телевидением же пользуется 21% молодых людей.

Подводя итоги, важно отметить то, что большая часть наших гипотез было доказано с помощью нашего исследования. Наша работа получилась объемной, и дало нам возможность понять, как различные группы молодых людей относятся к занятиям спортом, что являлось нашей главной целью в этой работе.

Список используемой литературы и источников

1. Артемьев В.П. Теория и методика физического воспитания. Двигательные качества: Учеб. пособ. / В.П. Артемьев, В.В. Шутов. - Могилев: МГУ им. А.А. Кулешова, С. 2004 – 284.

2. Бурдье П. Начала. /Перевод Шматко Н. А./ - М.: Socio-Logos, 2000.С. 257.

3. Выдрин В.М. Современные проблемы теории физической культуры как вида культуры. Учебное пособие / В.М.Выдрин - СПб.: СПбГАФК им. П.Ф.Лесгафта, 2001г. С.76.

4. Гидденс А. в устав общества: очерк теории Структурации. – Беркли; Лос-Анджелес, 1984. П. 16. С.26.

5. Гидденс А. центральные проблемы социальной теории: действие, Структура и противоречие в социальном анализе. – Лондон: Макмиллан Пресс, 1979. П. 57. С.75.

6. Жолдак В.И., Коротаева Н.В. Социология физической культуры и спорта. Учебное пособие. – Малаховка, МОГИФК. 2001. С 15.

7. Жолдак В.И, Социология физической культуры и спорта. Учебное пособие. – Малаховка, МОГИФК. 2001. С. 44.

8. «Закон окурении от января 2014» − [Электронный ресурс]. – URL: http://newsrw.com/news/zakon-o-kurenii-s-1-iyunya-2014-goda-gde-kurit-nelzya-a-gde-mozhno (Дата обращения: 20.02.2016).

9. Зборовский Г.Е. Орлов Г.П. Социология. М. 1995. С. 267.

10. Зборовский Г.Е. Орлов Г.П. Социология. М. 1995. С. 316.

11. Козер Л.А. Функции социального конфликта // Американская социологическая мысль: Тексты / Р. Мертон, Мид, Дж., Т. Парсонс, В. И. Добреньков. - М.: Изд-во МГУ, 2000. С. 545.

12. «Концепция долгосрочного социально-экономического развития страны». [Электронный ресурс]. – URL:

http://www.intelros.ru/subject/ross_rasput/2026-koncepcija-dolgosrochnogo-socialno.html (Дата обращения: 4.03.16.)

13. Курашвили В. А. Журнал «инноваций» 2013. № 46 . С. 4 -5.

14. Лубышева Л.И. Социология физической культуры и спорта. Учебное пособие. 2001. С. 23.

15. Лубышева Л.И. Социология физической культуры и спорта. Учебное пособие. 2001. С. 13

16. Максименко А.М. Теория и методика физической культуры: учебник /А.М. Максименко - М.: Физическая культура, 2005. С. 544.

17. Матвеев Л.П. Теория и методика физ. культуры. Введение в предмет: учебник для высших специальных физкультурных учебных заведений/ Л.П. Матвеев. - 4-е изд., стер. - М.: Лань, 2004. С.160.

18. Матвеев Л.П. Теория и методика физ. культуры. Введение в предмет: учебник для высших специальных физкультурных учебных заведений/ Л.П. Матвеев. - 4-е изд., стер. - М.: Лань, 2004. С.175.

19. Нахаева Е.М. История физической культуры и спорта: Курс лекций / Е.М. Нахаева. - Витебск: Изд-во УО «ВГУ им. П.М. Машерова», 2005. С.77 .

20. «Нормы ГТО» - [Электронный ресурс].− URL :http://www.gto-normy.ru/ukaz-prezidenta-rf-putina-o-gto (Дата обращения: 15.02.2016).

21. «Нормы ГТО» - [Электронный ресурс].− URL :http://www.gto-normy.ru/ukaz-prezidenta-rf-putina-o-gto (Дата обращения: 16.03.2016).

22. Переверзин И.И. О структуре современного спорта высших достижений и социально-правовом статусе спортсменов-профессионалов / Переверзин И.И., Суслов Ф.П. // Теория и практика физ. культуры. - 2002. - N 5. С.48-50.

23. Переверзин И.И. О структуре современного спорта высших достижений и социально-правовом статусе спортсменов-профессионалов / Переверзин И.И., Суслов Ф.П. // Теория и практика физ. культуры. - 2002. - N 5. С.52.

24. Родиченко В.С. Актуальные проблемы* вида спорта // Теория и практика физ. культуры. 2003. №5. С. 39-42.

25. Скучас К.П. Спорт эффективная мера социализации инвалидов. СОЦИС 2013. №9. С. 149-152

Приложения

Приложение 1

Программа социологического исследования

Обоснование проблемы исследования. Необходимость исследования данной проблемы связана, прежде всего, с особенностями развития нашей молодежи, с их образом жизни, повышением значимости для них спорта. Ведь спорт является одним из доступных средств поддержания и сохранения здоровья, а также работоспособности. С каждым годом совершенствуются и развиваются новые формы занятий физическими упражнениями, возникают новые, необычные виды спорта, однако заинтересованность к ним со стороны большей части молодежи остается достаточно слабым и низким. Столь несерьезному отношению к спорту, событиям, которые вокруг него развиваются, а также к своему здоровью предшествуют несколько факторов.

Во-первых: нежелание бросить вредные привычки даже, несмотря на то, что с каждым годом растет число показателей смертности среди молодежи в основном от наркомании и СПИДА, но, к сожалению, они все равно не видят в спорте спасения, сильнейшего средства для профилактики болезней и укрепления здоровья.

Во-вторых: Недостаток финансовых средств, ведь для того чтобы элементарно посещать занятия в фитнес-клубе, или любую другую спортивную секцию, требуется выложить немало денежных средств, не говоря уже о студентах – это для многих из них дорогое удовольствие. Изучение данной проблемы является очень важной. Но все-таки, если учитывать стремительные изменения, которые потихоньку происходят в сознании и образе жизни молодежи, следовательно, актуальность данной проблемы будет набирать стремительный ход.

Объект исследования: молодежь от 14 до 30 лет (100 мужчин, 100 женщин);

Предмет исследования: выявление отношения и значимости спорта для молодых спортсменов;

Цель исследования: получение информации об отношении различных групп молодых спортсменов к занятиям спортом.

Задачи исследования

С целью исследования связан ряд **задач**, в ходе решения которых предполагается выяснить:

- выяснить, что повлияло на выбор молодых людей заниматься спортом;
-выяснить, что является ключевым в достижении спортивных результатов;
- выяснить, сколько времени уделяют молодые люди спорту;
- выяснить, как по мнению молодых людей, развит спорт в России;
- узнать, занимается ли окружающие молодых людей спортом.

Системный анализ объекта исследования

Блок 1

Социально-демографические характеристики респондентов:

1) Возраст
2) Пол

Блок 2

Участие в спорте, достижения в спорте

1) Вид спорта
2) Время тренировки
3) Место для тренировок
4) Зарядка
5) Закаливание
6) Получение наград
7) Получение спортивного разряда
8) Получение звания

Блок 3

Оценка условий занятий спортом

1) Влияние спорта на здоровье
2) Ключевое в достижении результатов
3) Источники информации
4) Уровень развития спорта в
5) Спортивный режим

Блок 4

Мотивы занятий спортом

1) Стремления
2) СМИ
3) Успехи в карьере
4) Влияние друзей
5) Влияние родных

Интерпретация основных понятий

В соответствии с проблемой и целью исследования логическому анализу подлежат следующие понятия.

1. Стиль жизни – выражение соотнесенности господствующих в обществе культурных символов и ценностей со структурой личности, основополагающими жизненными ориентациями, установками, потребностями.

2. Спорт – это система подготовки и организации соревновательной деятельности, а также средство и метод формирования физической культуры личности

3. Здоровый образ жизни (ЗОЖ) – это обобщенное понятие, содержащее представление о формах и способах жизнедеятельности, не противоречащих

требованию сохранения и укрепления здоровья человека, его духовных и нравственных кондиций.

4. КМС – Кандидат в мастера спорта, квалифицированный мастер спорта - одно из спортивных званий СССР, России и ряда стран СНГ.

5.МС – Мастер спорта России - существующее спортивное звание в Российской Федерации.

6.МСМК – Мастер спорта России международного класса - высшее спортивное звание в Российской Федерации.

7. ЗМС – Заслуженный мастер спорта - почётное спортивное звание.

8. Физическая культура – часть общей культуры, одна из сфер социальной деятельности, направленная на укрепление здоровья, физическое, нравственное и духовное совершенствование человека

9. Образ жизни – совокупность существенных черт, характеризующих способ жизнедеятельности людей в конкретном обществе.

10. Образование – целенаправленный процесс воспитания и обучения в интересах человека, общества, государства, сопровождающийся констатацией достижения гражданином (обучающимся) установленных государством образовательных уровней.

Операционализация социологических понятий

Данное исследование предполагает выяснение в первом блоке социально-демографические характеристики студентов. Сначала выясним возраст студента.

На основе вышесказанного, выделим четыре группы:

- 14-16
- 17-19
- 20-24
- 25-30

С помощью номинальной шкалы выясним *пол* респондентов:

- мужской
- женский

Во втором блоке мы узнаем об участие студента в спорте и о его достижениях.

Узнаем, *каким видом спорта занимается студент*:

- футбол
- хоккей
- баскетбол
- волейбол
- гандбол
- культуризм
- фитнес
- пауэрлифтинг
- воркаут
- единоборства
- спортивные танцы
- легкая атлетика
- плавание
- велоспорт
- лыжный спорт
- большой теннис
- спортивная гимнастика
- фехтование
- *не занимаюсь*
- *другое* _____

Далее выясним*, как долго студент занимается спортом*:

- несколько месяцев

- 1-2 года
- 3-5 лет
- 6-9 лет
- 10-15 лет
- больше 15 лет
- *не занимаюсь*
- *затрудняюсь ответить*

Узнаем, *сколько длится тренировка студента*:

- 10 -30 минут
- 30 -60 минут
- 60 -90 минут
- 1,5 -2 часа
- больше 2 часов
- *не тренируюсь*
- *затрудняюсь ответить*

И выясним, *где студент предпочитает тренироваться*:

- в спортивном зале
- на свежем воздухе
- дома
- *не тренируюсь*
- *затрудняюсь ответить*

Логичным будет узнать, *делает ли студент зарядку по утрам:*

- да
- нет

Также узнаем*, занимается ли студент закаливанием:*

- да
- нет

Будет логичным выяснить, *имеет ли студент спортивный разряд:*

- Кандидат в мастера спорта России (КМС)
- 1-й спортивный разряд
- 2-й спортивный разряд
- 3-й спортивный разряд
- 1-й юношеский разряд
- 2-й юношеский разряд
- 3-й юношеский разряд
- *не имею*

Также, выясним, *имеет ли студент спортивное звание:*

- Заслуженный мастер спорта России (ЗМС)
- Мастер спорта России международного класса (МСМК)
- Мастер спорта России (МС)
- *не имею*

Узнаем, *сколько раз в неделю студент занимается спортом:*

- 1 раз
- 2-3 раза
- 4-5 раз
- *каждый день*

- *не занимаюсь*

И выясним**,** *хотел бы студент уделять спорту больше времени:*

- да
- нет
- *затрудняюсь ответить*

С помощью следующего блока вопросов мы постараемся проанализировать оценку студента условий занятием спортом.

Сперва узнаем*, как по мнению студента спорт влияет на здоровье человека:*

- оказывает положительное влияние
- оказывает отрицательное влияние
- ни как не влияет на организм

Узнаем, *что, по мнению студента является ключевым в достижении спортивных результатов?*

- квалифицированный тренер
- спортивная выдержка
- различная мотивация
- удобное место для тренировок
- терпение
- спортивный режим
- финансирование (форма, поездки, зарплата)
- сплоченная команда
- *затрудняюсь ответить*

Выясним*, считает ли студент, что спорт в ТГУ доступен каждому желающему?*

- да
- нет
- *затрудняюсь ответить*

Важно также узнать, *из каких источников студент узнает о спортивных событиях в ТГУ:*

- печатные издания
- глобальная сеть (интернет)
- от близких и знакомых
- *не интересуюсь*

С помощью пятибалльной шкалы, узнаем у студента*, как по его мнению, развит спорт в ТГУ*:

1	2	3	4	5

Четвертый блок поможет узнать, какие мотивы были у студента заняться спортом.

Сперва узнаем*, к чему стремится студент, занимаясь спортом*:

- укрепить здоровье
- сбросить лишний вес
- стать физически сильнее
- стать выносливее
- добиться успехов в спортивной карьере
- занять свободное время
- стать красивее и привлекательнее
- *не занимаюсь спортом*

- *затрудняюсь ответить*

Далее выясним, *сколько друзей студента занимаются спортом:*

- 1-2 человека
- 3-5 человек
- большая часть
- все занимаются
- меньшая часть
- никто не занимается
- *затрудняюсь ответить*

Следующие варианты ответов помогут выяснить, *кто повлиял на выбор студента заниматься спортом:*

- друзья
- родные
- коллеги
- СМИ
- кумир
- собственное решение
- *не занимаюсь*

Узнаем, *каким видом спорта занимается студент*:

- футбол
- хоккей
- баскетбол
- волейбол
- гандбол
- культуризм
- фитнес
- пауэрлифтинг
- воркаут
- единоборства
- спортивные танцы
- легкая атлетика
- плавание
- велоспорт
- лыжный спорт
- большой теннис
- спортивная гимнастика
- фехтование
- *не занимаюсь*
- *другое* _____

Гипотезы исследования

В ходе исследования предполагается проверить следующие основные **гипотезы**:

6. Предположительно молодые люди считают футбол самым популярным видом спорта в нашей стране;
7. Предположительно молодые люди занимаются спортом 2-3 раза в неделю;
8. Девушки считают ключевым в достижении спортивных результатов спортивный режим;
9. Большинство молодых людей начали заниматься спортом с целью стать физически сильнее;
10. Предположительно мало, кто из молодых людей следит за спортивными достижениями нашего города по телевидению.

МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

Обоснование выборки социологического исследования

Данное социологическое исследование является пилотажным, поэтому выборочной совокупностью является 200 респондентов. По типу выборка

целевая, где единицами отбора выступит такая социальная группа как молодые люди в возрасте от 14 до 30 лет. (100 мужчин, 100 женщин).

Метод социологического исследования

Для получения необходимых данных используется анкетный опрос и интервью

План-график исследования

Первый этап составляет подготовка к социологическому исследованию: разработка программы, составление инструментария.

На втором этапе проводится конкретно сам анкетный опрос. Затем – сбор полученных результатов, обработка, первичный анализ.

Приложение 2

Анкета для метода исследования – анкетирование

Анкета

Уважаемый участник опроса!

Кафедра социологии Тольяттинского Государственного Университета приглашает Вас принять участие в исследовании, посвященному изучению *Отношения различных групп молодых спортсменов к занятиям спортом*. Просим Вас ответить на вопросы анкеты или выбрать варианты ответа, наиболее точно выражающие Ваше мнение и отметить его «кружком». Опрос анонимный, его результаты будут использованы в обобщенном виде.

Заранее благодарим за участие в опросе!

1) К какой возрастной группе Вы относитесь?

1. 14-16
2. 17-19
3. 20-24
4. 25-30

2) Укажите, пожалуйста, Ваш пол:

1. мужской
2. женский

3) Каким видом спорта Вы занимаетесь? *(несколько вариантов)*

1. футбол
2. хоккей
3. баскетбол
4. волейбол
5. гандбол
6. культуризм (*бодибилдинг*)
7. фитнес (*аэробика, пилатес, кроссфит*)
8. пауэрлифтинг (*силовое троеборье*)
9. воркаут (*уличный спорт*)
10. единоборства
11. спортивные танцы
12. легкая атлетика
13. плавание
14. велоспорт
15. лыжный спорт
16. большой теннис
17. спортивная гимнастика
18. фехтование
19. *не занимаюсь*
20. *другое* _____

4) Как долго Вы занимаетесь спортом?

1. несколько месяцев
2. 1-2 года
3. 3-5 лет
4. 6-9 лет
5. 10-15 лет
6. *не занимаюсь*

5) Сколько длится Ваша тренировка?

1. 10 - 30 минут
2. 30 - 60 минут
3. 60 - 90 минут
4. 1,5 - 2 часа

5. больше 2-х часов
6. *не тренируюсь*
7. *затрудняюсь ответить*

6) Где Вы предпочитаете тренироваться? (*несколько вариантов*)
1. в спортивном зале
2. на свежем воздухе
3. дома
4. *не тренируюсь*
5. *затрудняюсь ответить*

7) Делаете ли Вы зарядку по утрам?
1. да
2. нет

8) Занимаетесь ли Вы закаливанием?
1. да
2. нет

9) Какой спорт, по Вашему мнению, является самым популярным в России? ***(****не более 3-х вариантов ответов****)***
1. футбол
2. хоккей
3. баскетбол
4. волейбол
5. гандбол
6. культуризм (*бодибилдинг*)
7. фитнес (*аэробика, пилатес, кроссфит*)
8. пауэрлифтинг (*силовое троеборье*)
9. воркаут (*уличный спорт*)
10. единоборства
11. спортивные танцы
12. легкая атлетика
13. плавание
14. велоспорт
15. лыжный спорт
16. большой теннис
17. спортивная гимнастика
18. фехтование
19. *затрудняюсь ответить*
20. *другое* _____

10) Какое спортивное звание Вы имеете?
1. Заслуженный мастер спорта России (*ЗМС*)
2. Мастер спорта России международного класса (*МСМК*)
3. Мастер спорта России (*МС*)
4. *не имею*

11) Какой спортивный разряд Вы имеете?
1. Кандидат в мастера спорта России (*КМС*)
2. 1-й спортивный разряд
3. 2-й спортивный разряд
4. 3-й спортивный разряд
5. 1-й юношеский разряд
6. 2-й юношеский разряд
7. 3-й юношеский разряд
8. *не имею*

12) Сколько раз в неделю Вы занимаетесь спортом?
1. 1 раз
2. 2-3 раза
3. 4-5 раз
4. каждый день
5. *не занимаюсь*

13) Хотели бы Вы уделять спорту больше времени?
1. да
2. нет
3. *затрудняюсь ответить*

14) Хотели бы Вы, чтобы Ваши дети занимались спортом?
1. да
2. нет
3. уже занимаются

15) Как Вы думаете, какое влияние оказывает спорт на здоровье человека?
1. оказывает положительное влияние
2. оказывает отрицательное влияние
3. никак не влияет на здоровье человека

16) Что, по Вашему мнению, является ключевым в достижении спортивных результатов? (*2 варианта ответов*)
1. квалифицированный тренер
2. целеустремленность
3. спортивная выдержка
4. различная мотивация
5. удобное место для тренировок
6. терпение
7. спортивный режим
8. финансирование (*форма, поездки, зарплата*)
9. сплоченная команда
10. *затрудняюсь ответить*

17) Считаете ли Вы, что спорт в России доступен всем желающим?
1. да
2. нет
3. *затрудняюсь ответить*

18) Из каких источников информации Вы узнаете о спортивных событиях в нашей стране? (*несколько вариантов*)
1. печатные издания
2. глобальная сеть (*интернет*)
3. радио
4. телевидение
5. от близких и знакомых
6. *не интересуюсь*

19) Оцените по пятибалльной шкале уровень спорта в России.

1	**2**	**3**	**4**	**5**

20) К чему Вы стремитесь, занимаясь спортом? (*несколько вариантов*)
1. укрепить здоровье
2. сбросить лишний вес
3. стать физически сильнее

4. стать выносливее
5. добиться успехов в спортивной карьере
6. занять свободное время
7. стать красивее и привлекательнее
8. *не занимаюсь спортом*
9. *затрудняюсь ответить*

21) Сколько Ваших друзей занимаются спортом?
1. 1-2 человека
2. 3-5 человек
3. большинство
4. меньшинство
5. все занимаются
6. *никто не занимается*
7. *затрудняюсь ответить*

22) Кто повлиял на Ваш выбор заниматься спортом? (*несколько вариантов***)**
1. друзья
2. родные
3. коллеги
4. СМИ
5. кумир
6. собственное решение
7. *не занимаюсь*

Спасибо за сотрудничество!

Приложение 3

Вопросы для экспертного интервью

1. Назовите Ваше имя, фамилию, отчество.
2. Ваш год рождения.
3. Кто повлиял на Ваш выбор заниматься спортом?
4. Что Вам нравиться в этом виде спорта?
5. Что по-Вашему мнению, самое тяжёлое в этом виде спорта?
6. Кто для Вас кумир в боксе?
7. Где Вы получили первую награду? Какие эмоции Вы тогда испытывали?
8. Что, по-Вашему мнению, необходимо для победы в соревнованиях прежде всего?
9. Какую роль в Вашей жизни играет спорт? Что он Вам дает?
10. Хотели бы Вы в будущем отдать своих детей в этот вид спорта?
11. С какими трудностями Вам пришлось сталкиваться на соревнованиях?
12. Кто был Вашей опорой при подготовке к соревнованиям? Кто помогал Вам?
13. Расскажи интересный случай, который произошел с Вами на соревнованиях.

Приложение 4

Таблицы распределений

Таблица 1

1. Каким видом спорта Вы занимаетесь?	**В целом по массиву (в %)**	**Мужчины (в %)**	**Женщины (в %)**
1.1. футбол	11	11	0
1.2. хоккей	1	1	0
1.3.баскетбол	8	6	2
1.4.волейбол	13	7	6
1.5.гандбол	4	3	1
1.6.культуризм	4	3	1
1.7.фитнес	37	8	29
1.8.пауэрлифтинг	1	1	0
1.9.воркаут	9	8	1
1.10.единоборства	5	5	0
1.11.спортивные танцы	8	2	6
1.12.легкая атлетика	5	4	1
1.13.плавание	9	5	4
1.14.велоспорт	7	4	3
1.15.лыжный спорт	4	3	1
1.16.большой теннис	1	1	0
1.17.спортивная гимнастика	2	2	0
1.18.фехтование	2	2	0
1.19.не занимаюсь	22	12	10
1.20.другое	0	0	0

Таблица 2

2.Как долго Вы занимаетесь спортом?	**В целом по массиву (в %)**	**Мужчины (в %)**	**Женщины (в %)**
2.1.несколько месяцев	11	5	6
2.2.1-2 года	22	10	12
2.3.3-5 лет	20	14	6

2.4.6-9 лет	17	8	9
2.5.10-15 лет	8	4	4
2.6.не занимаюсь	22	10	12

Таблица 3

3. Сколько длится Ваша тренировка?	**В целом по массиву (в %)**	**Мужчины (в %)**	**Женщины (в %)**
3.1. 10-30 минут	2	1	1
3.2. 30-60 минут	18	7	11
3.3. 60-90 минут	29	13	16
3.4. 1,5-2 часа	20	14	6
3.5.больше двух часов	11	6	5
3.6.не тренируюсь	22	10	12
3.7.затрудняюсь ответить	2	1	1

Таблица 4

4. Где Вы предпочитаете тренироваться?	**В целом по массиву (в %)**	**Мужчины (в %)**	**Женщины (в %)**
4.1.в спортивном зале	63	33	30
4.2.на свежем воздухе	40	24	16
4.3.дома	17	8	9
4.4.не тренируюсь	22	10	12
4.5.затрудняюсь ответить	1	1	0

Таблица 5

5. Делаете ли Вы зарядку по утрам?	**В целом по массиву (в %)**	**Мужчины (в %)**	**Женщины (в %)**
5.1.да	29	20	9
5.2.нет	73	31	42

Таблица 6

6. Занимаетесь ли Вы закаливанием?	**В целом по массиву (в %)**	**Мужчины (в %)**	**Женщины (в %)**
6.1.да	20	13	7
6.2.нет	80	37	43

Таблица 7

7. Какой спорт, по Вашему мнению, является самым популярным в России?	**В целом по массиву (в %)**	**Мужчины (в %)**	**Женщины (в %)**
7.1.футбол	62	34	28
7.2.хоккей	60	30	30
7.3.баскетбол	9	5	4
7.4.волейбол	10	4	6
7.5.гандбол	2	1	1
7.6.культуризм	6	3	3
7.7.фитнес	13	4	9
7.8.пауэрлифтинг	1	1	0
7.9.воркаут	5	3	2
7.10.единоборства	11	7	4
7.11.спортивные танцы	3	1	2
7.12.легкая атлетика	4	1	3
7.13.плавание	8	4	4
7.14.велоспорт	2	0	2
7.15.лыжный спорт	7	2	5
7.16.большой теннис	3	3	0
7.17.спортивная гимнастика	6	1	5
7.18.фехтование	1	1	0
7.19.другое	0	0	0

Таблица 8

8. Какое спортивное звание Вы имеете?	**В целом по массиву (в %)**	**Мужчины (в %)**	**Женщины (в %)**
8.1. Заслуженный мастер спорта России (*ЗМС*)	0	0	0
8.2. Мастер спорта России международного класса (*МСМК*)	0	0	0
8.3. Мастер спорта России (*МС*)	1	1	0
8.4.*не имею*	99	49	50

Таблица 9

9. Какой спортивный разряд Вы имеете?	**В целом по массиву (в %)**	**Мужчины (в %)**	**Женщины (в %)**
9.1. Кандидат в мастера спорта России (*КМС*)	2	1	1
9.2. 1-й спортивный разряд	3	2	1
9.3. 2-й спортивный разряд	0	0	0
9.4. 3-й спортивный разряд	0	0	0
9.5. 1-й юношеский разряд	5	4	1
9.6. 2-й юношеский разряд	5	3	2
9.7. 3-й юношеский разряд	1	1	0
9.8.*не имею*	84	38	46

Таблица 10

10. Сколько раз в неделю Вы занимаетесь спортом?	**В целом по массиву (в %)**	**Мужчины (в %)**	**Женщины (в %)**
10.1. 1 раз	3	1	2
10.2. 2-3- раза	50	20	30
10.3. 4-5 раз	15	9	6
10.4.каждый день	10	6	4
10.5.не занимаюсь	22	10	12

Таблица 11

11. Хотели бы Вы уделять спорту больше времени?	**В целом по массиву (в %)**	**Мужчины (в %)**	**Женщины (в %)**
11.1.да	63	28	35
11.2.нет	20	13	7
11.3.затрудняюсь ответить	17	9	8

Таблица 12

12. Хотели бы Вы, чтобы ваши дети занимались спортом?	**В целом по массиву (в %)**	**Мужчины (в %)**	**Женщины (в %)**

12.1.да	96	46	50
12.2.нет	20	13	7
12.3.уже занимаются	1	1	0

Таблица 13

13. Как Вы думаете, какое влияние оказывает спорт на здоровье человека?	**В целом по массиву (в %)**	**Мужчины (в %)**	**Женщины (в %)**
13.1.оказывает положительное влияние	96	46	50
13.2.оказывает отрицательное влияние	3	3	0
13.3.никак не влияет на здоровье человека	3	2	1

Таблица 14

14. Что, по Вашему мнению, является ключевым в достижении спортивных результатов?	**В целом по массиву (в %)**	**Мужчины (в %)**	**Женщины (в %)**
14.1.квалифицированный тренер	29	16	13
14.2.целеустремленность	63	35	28
14.3.спортивная выдержка	17	7	10
14.4.различная мотивация	21	9	12
14.5.удобное место для тренировок	11	3	8
14.6.терпение	18	7	11
14.7.спортивный режим	14	8	6
14.8.финансирование	9	5	4
14.9.сплоченная команда	7	4	3
14.10.*затрудняюсь ответить*	6	3	3

Таблица 15

15. Считаете ли Вы, что спорт в России доступен всем желающим?	**В целом по массиву (в %)**	**Мужчины (в %)**	**Женщины (в %)**

15.1.да	67	32	35
15.2.нет	21	14	7
15.3.затрудняюсь ответить	12	4	8

Таблица 16

16. Из каких источников информации Вы узнаете о спортивных событиях в нашей стране?	**В целом по массиву (в %)**	**Мужчины (в %)**	**Женщины (в %)**
16.1.печатные издания	3	2	1
16.2.глобальная сеть	71	36	35
16.3.радио	5	2	3
16.4.телевидиние	44	21	23
16.5.от близких и знакомых	25	13	12
16.6.*не интересуюсь*	13	7	6

Таблица 17

17. Оцените по пятибалльной шкале уровень спорта в России.	**В целом по массиву (в %)**	**Мужчины (в %)**	**Женщины (в %)**
17.1. «1»	6	5	1
17.2. «2»	6	5	1
17.3. «3»	35	15	20
17.4. «4»	41	20	21
17.5. «5»	12	7	5

Таблица 18

18. К чему Вы стремитесь, занимаясь спортом?	**В целом по массиву (в %)**	**Мужчины (в %)**	**Женщины (в %)**
18.1.укрепить здоровье	56	30	26
18.2.сбросить лишний вес	34	12	22
18.3.стать физически сильнее	46	32	14

18.4.стать выносливее	35	24	11
18.5.добиться успехов в спортивной карьере	12	9	3
18.6.занять свободное время	11	6	5
18.7.стать красивее и привлекательнее	35	14	21
18.8.*не занимаюсь спортом*	22	10	22
18.9.*затрудняюсь ответить*	1	0	1

Таблица 19

19. Сколько Ваших друзей занимаются спортом?	**В целом по массиву (в %)**	**Мужчины (в %)**	**Женщины (в %)**
19.1.1-2 человека	11	3	8
19.2. 3-5 человека	22	11	11
19.3.большинство	44	20	24
19.4.меньшинство	6	4	2
19.5.все занимаются	5	4	1
19.6.никто не занимается	11	7	4
19.7.затрудняюсь ответить	4	2	2

Таблица 20

20. Кто повлиял на Ваш выбор заниматься спортом?	**В целом по массиву (в %)**	**Мужчины (в %)**	**Женщины (в %)**
20.1друзья	19	8	11
20.2.родные	18	5	13
20.3.коллеги	0	0	0
20.4.СМИ	1	0	1

20.5.кумир	12	9	3
20.6.собственное решение	28	16	12
20.7.не занимаюсь	22	10	22