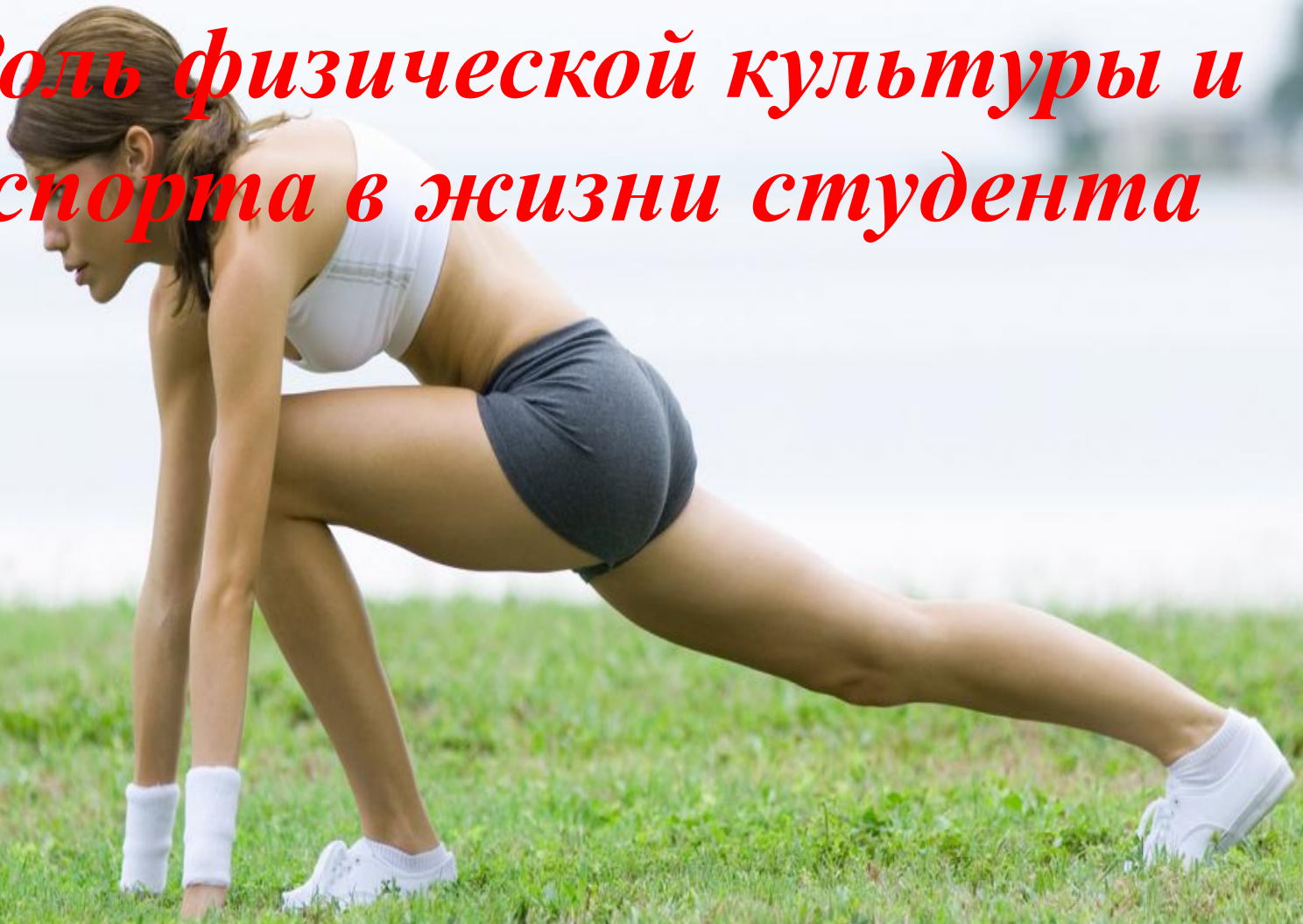


*Роль физической культуры и спорта в жизни студента*



# Актуальность проблемы.

- Физическая культура - органическая часть общечеловеческой культуры, ее особая самостоятельная область. Она активно воздействует на жизненно важные стороны человеческого организма, полученные в виде задатков, которые развиваются в процессе жизни под влиянием окружающей среды. В своей основе физическая культура имеет целесообразную двигательную деятельность в форме физических упражнений, позволяющих эффективно формировать необходимые физические способности, оптимизировать состояние здоровья. Здоровье - бесценное достояние не только каждого человека, но и всего общества. Крепкое здоровье, разумно сохраняемое и укрепляемое самим человеком, обеспечивает ему долгую и активную жизнь. В социальной жизни в системе образования, воспитания и отдыха физическая культура проявляет свое оздоровительное, общекультурное значение. Физическое развитие тесно связано с укреплением и сохранением здоровья человека. Активно используя разнообразные физические упражнения, человек улучшает свое физическое состояние. Результатом деятельности в физической культуре является физическая подготовленность и степень совершенства двигательных умений и навыков.

- Физическую культуру следует рассматривать как особый род деятельности, результаты которой полезны для общества и человека. Физкультурно-спортивная деятельность, в которую включаются студенты - один из эффективных механизмов слияния общественного и личного интересов. Она является одним из эффективных средств повышения работоспособности студентов в учебном процессе и их общественной активности. Приобщение студентов к физкультуре и спорту начинается с учетом особенностей их профессиональной прикладной физической подготовки.
- Сегодня связь физической культуры и здоровья, работоспособности и производительности труда ощущается особенно ясно.
- Можно сказать, что новое производство требует нового физического мира человека. Как учеба сегодня становится постоянным фактором жизни члена общества, так и физическая культура превращается в неотъемлемый атрибут жизни.
- Именно поэтому необходимо вместе с учебным процессом прививать студенту тягу к спортивной жизни, развивать в нём качества спортсмена – лидера.

## Цели и задачи исследования

**Цель** - получить социологическую информацию об отношении студентов МГСУ к физической культуре, выяснить ее роль в организации здорового стиля жизни студенческой молодежи.

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

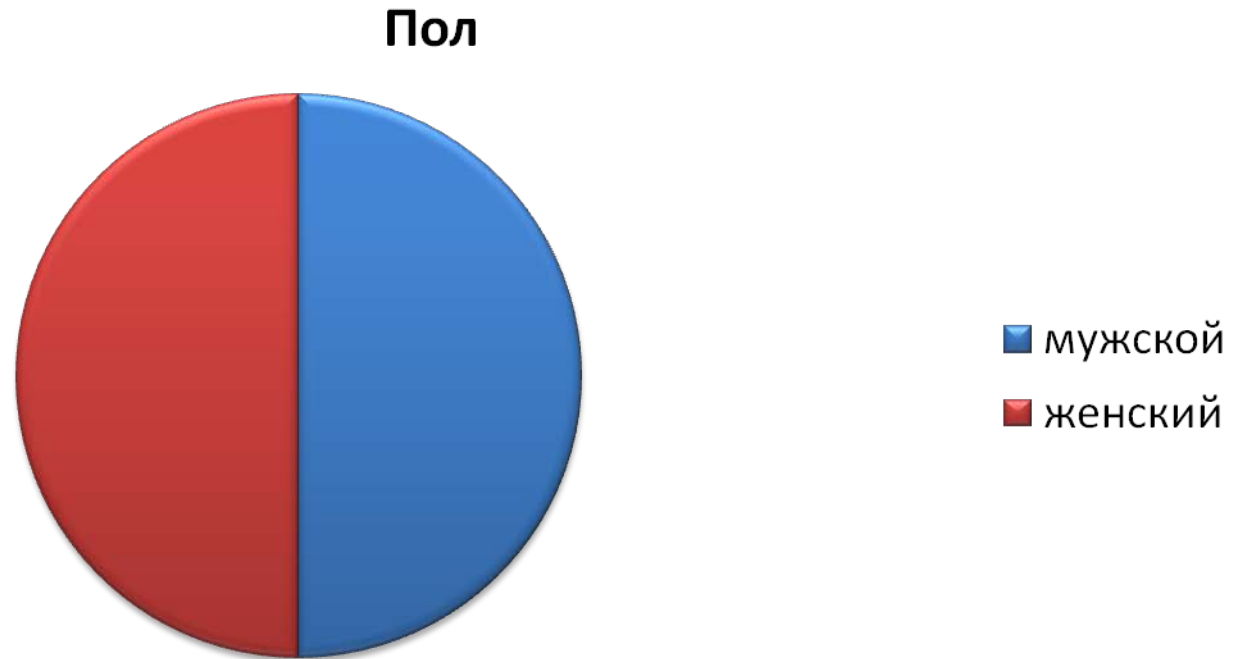
- являются ли физическая культура и спорт ценностью для студентов, чем именно привлекает их физкультурно-спортивная деятельность;
- какое место физкультурно-спортивная деятельность занимает в образе жизни современных студентов;
- какая работа по пропаганде физической культуры и спорта проводится в МГСУ;
- ведут ли студенты МГСУ здоровый образ жизни;
- каково мнение студентов о возможности и целесообразности улучшения работы по формированию здорового стиля жизни и усилению роли и значимости физической культуры в нем.

### Объект и предмет исследования

**Объектом** исследования являются студенты МГСУ, которые высказывают своё мнение о роли и месте физической культуры в их образе жизни, о значимости физкультурно-спортивной деятельности

**Предметом** исследования является оценка значимости физической культуры и спорта в образе жизни студентов.

# 1. Ваш пол?

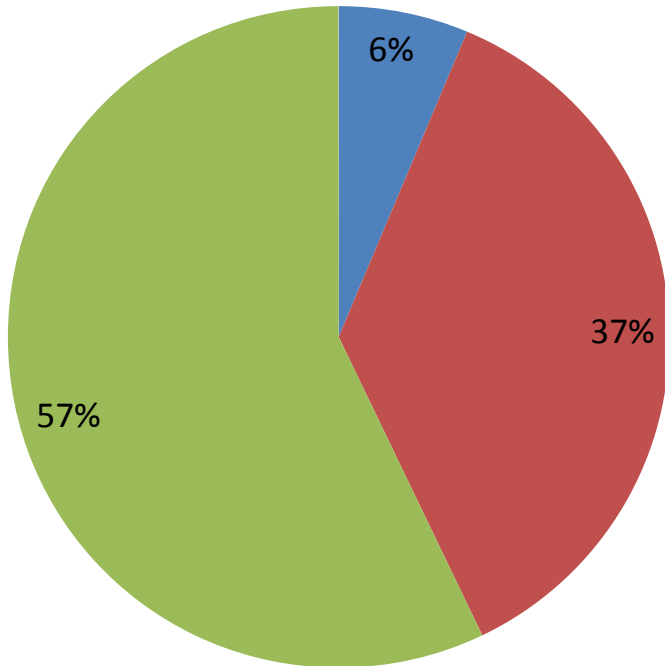


Из 60 опрошенных студентов 30 человек (50%) являются мужчинами и 30 человек (50%) женщинами. Что показывает заинтересованность в равной степени как у мужчин, так и у женщин 17 – 20 лет.

# 2. Ваш возраст?

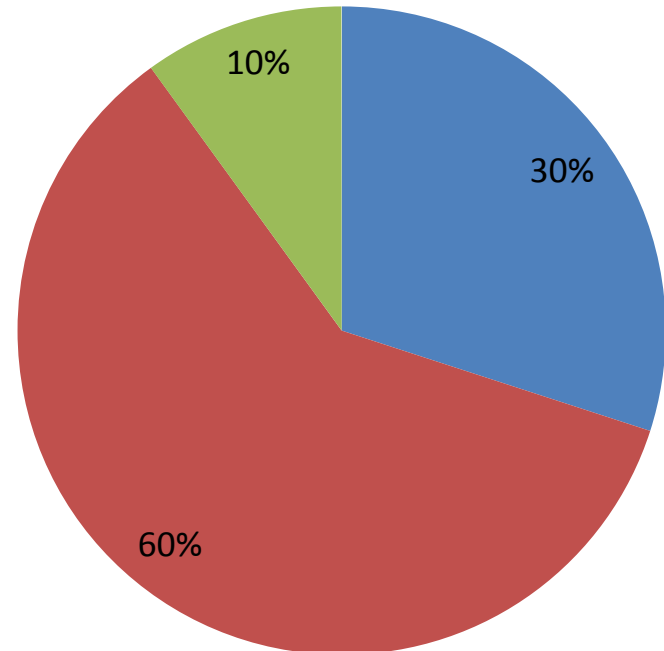
## мужчины

■ 17 лет ■ 18 лет ■ 19 лет



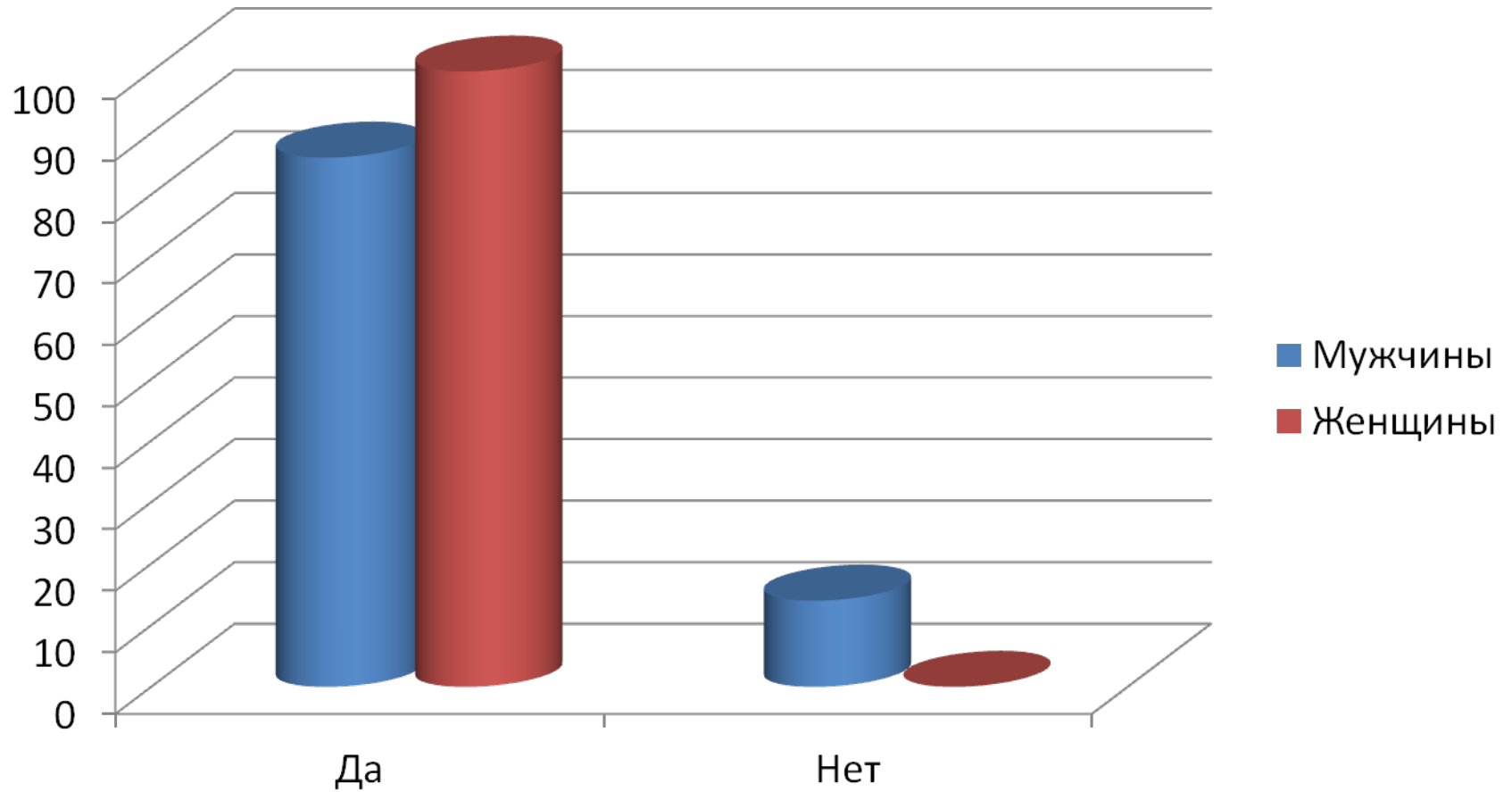
## женщины

■ 18 лет ■ 19 лет ■ 20 лет



Все опрошенные студенты (100%) находятся в возрастной группе от 17 до 20 лет. Из них 50% мужчин и 50% женщин.

### 3. Вы следите за своей внешностью?



#### 4. Считаете ли Вы, что занятия физической культурой помогают всегда оставаться молодыми и здоровыми?



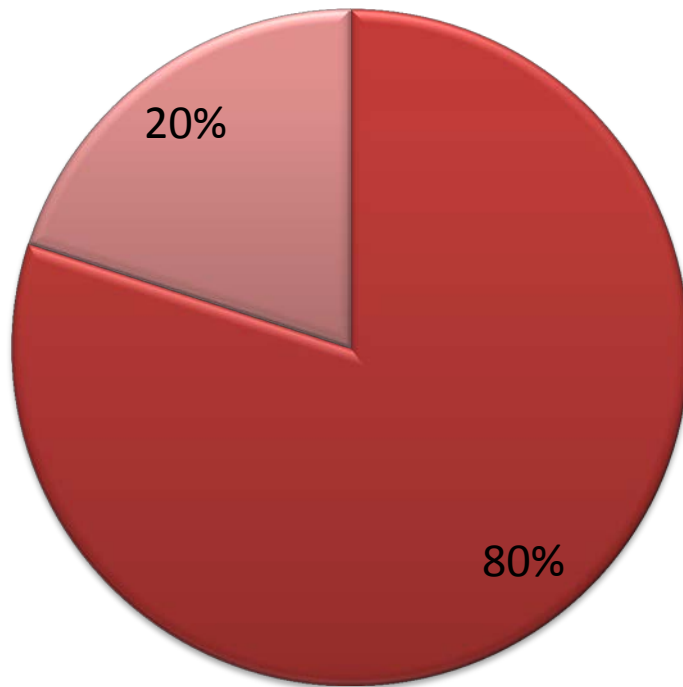
90% как девушек так и парней считают, что занятие физкультурой помогают всегда оставаться молодыми и здоровыми. и только 10% включают в себя девушек и парней, которые затрудняются ответить либо отрицательно относятся к физкультуре



# 5. Занимаетесь/занимались ли Вы когда-нибудь спортом?

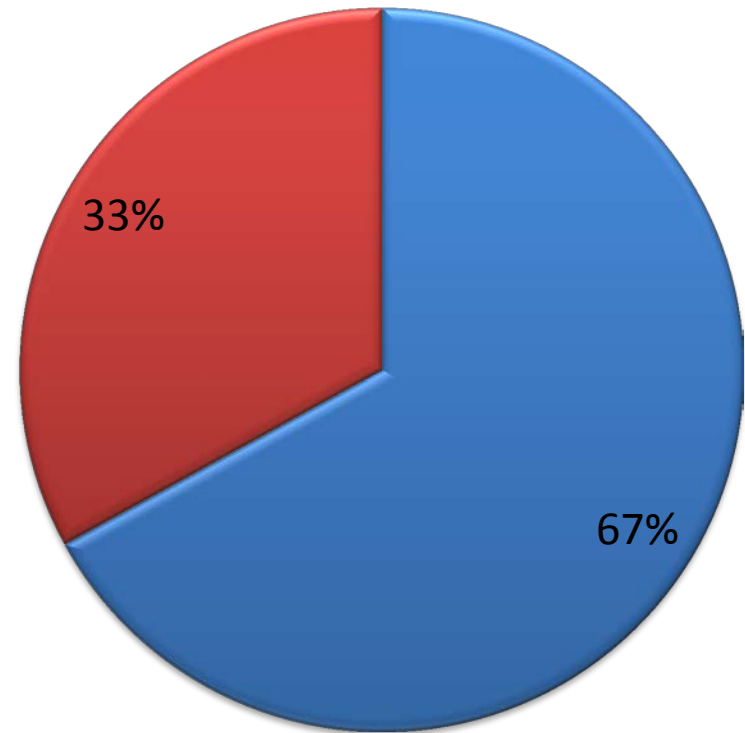
**мужчины**

■ да ■ нет

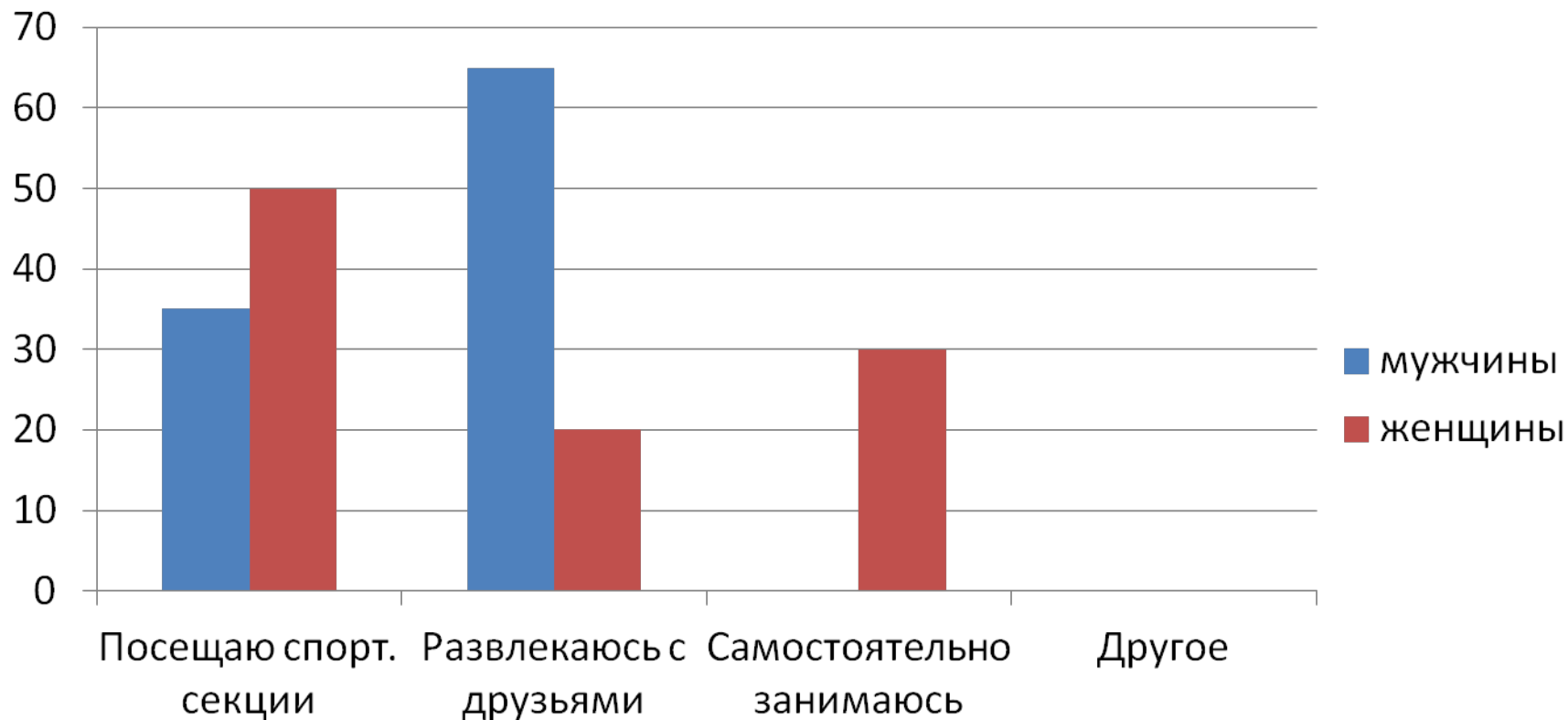


**женщины**

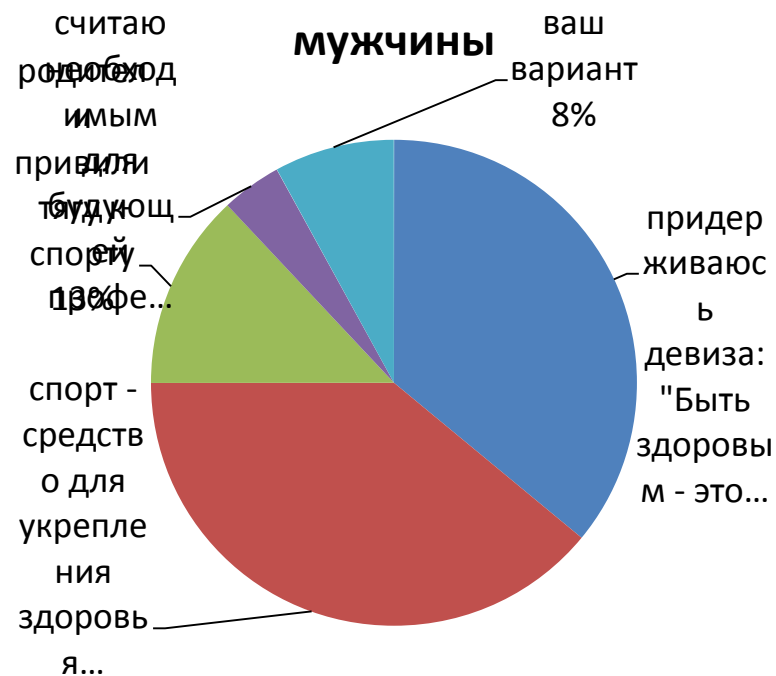
■ да ■ нет



## 6. Каким образом Вы занимаетесь?

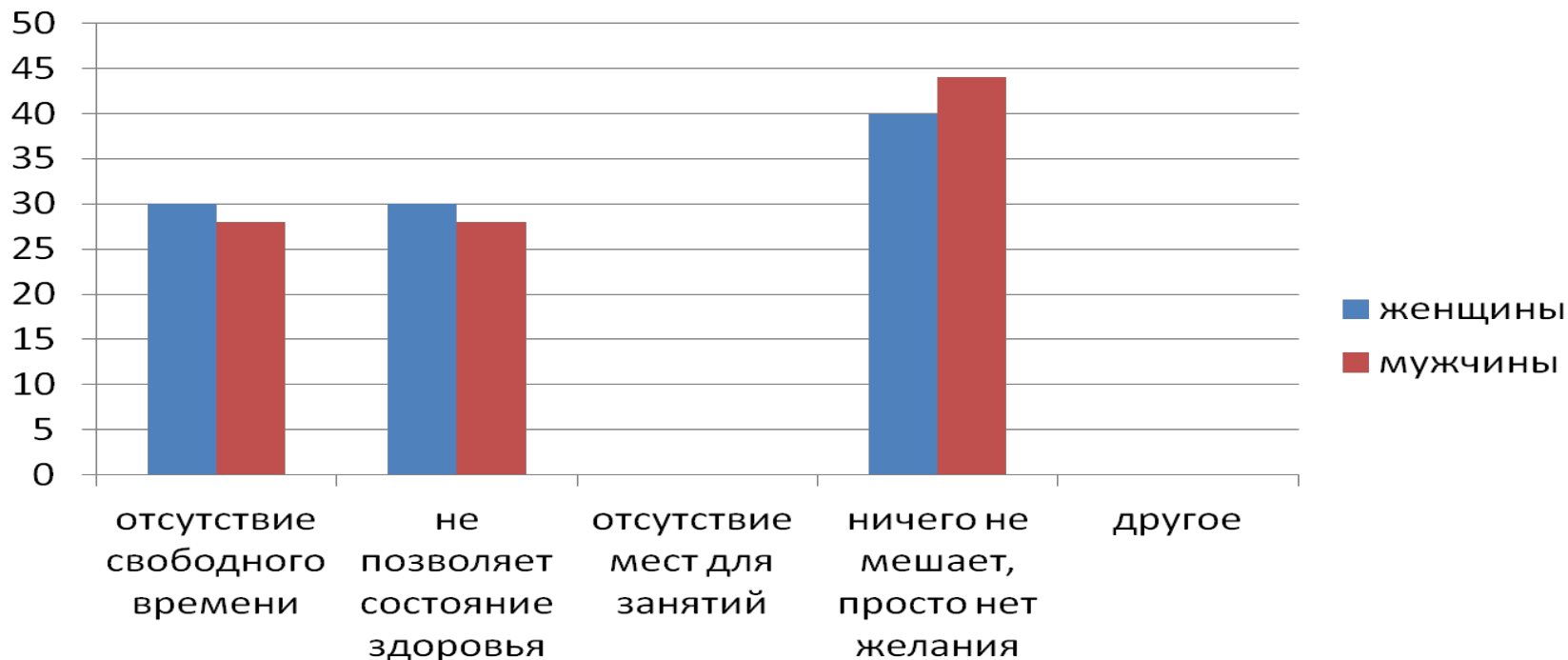


# 7. Почему Вы приобщаетесь к физической культуре?



Для молодых людей главной причиной для занятий физкультурой является то, что они придерживаются девиза "быть здоровым-это модно", а вот осознание того, что спорт - это средство для укрепления здоровья является основной движущей силой и для парней, и для девушек, отметивших этот вариант в большинстве своем (75%) остальным респондентам тягу к спорту либо привели родители (10% девушек и 13% парней), либо они считают это необходимым для будущей профессии ( 2% парней)

## 8. Что мешает Вам заниматься спортом?

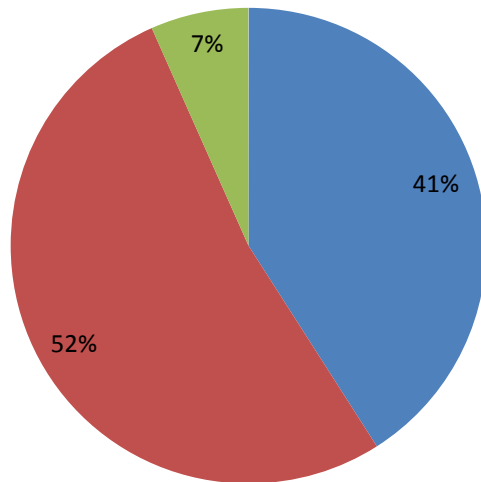


Большинство парней (44%) считают, что ничего не мешает заниматься им спортом, но нет желания, остальные опрошенные в своих мнениях разделились поровну (28%), на тех, у кого отсутствует свободное время и тех кому не позволяет состояние здоровья. у девушек ситуация почти такая же, то есть 40% ничего не мешает, просто нет желания, остальные это те, у кого нет свободного времени или не позволяет состояние здоровья

# 9. Следите ли Вы за спортивной жизнью своей страны/города/университета?

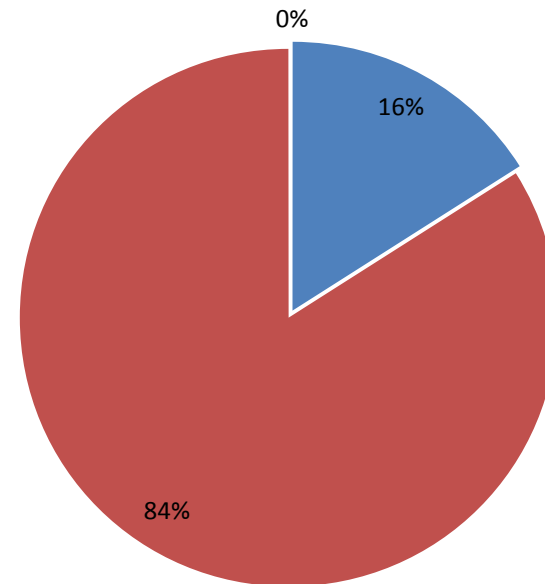
мужчины

- регулярно слежу
- иногда смотрю некоторые новости и соревнования
- спорт мне не интересен



женщины

- регулярно слежу
- иногда смотрю некоторые новости и соревнования

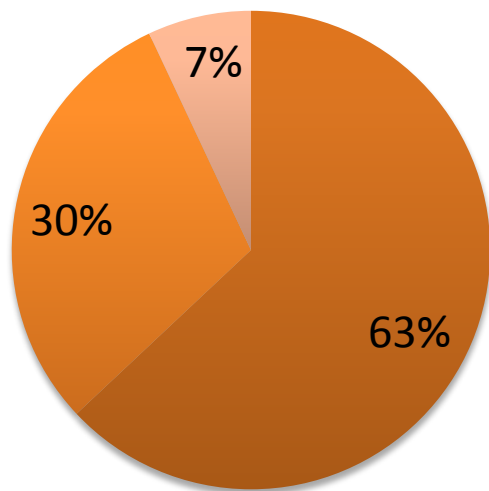


50% опрошенных молодых людей иногда смотрят некоторые новости и соревнования, таким образом следя за спортивной жизнью своей страны/города/университета, у девушек количество респондентов ответивших так же достигло 84%, и только 43% и 16% среди парней и девушек соответственно всегда в курсе спортивной жизни своей страны/города/университета, а вот для 7% молодых людей спорт вообще не интересен

## 10. Посещаете ли Вы занятия по физической культуре в университете?

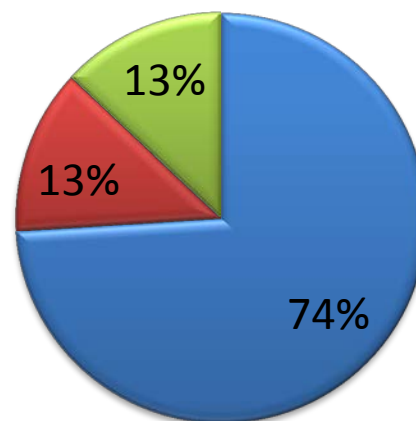
### мужчины

■ да, постоянно ■ периодически ■ нет



### женщины

■ да, постоянно ■ периодически ■ нет

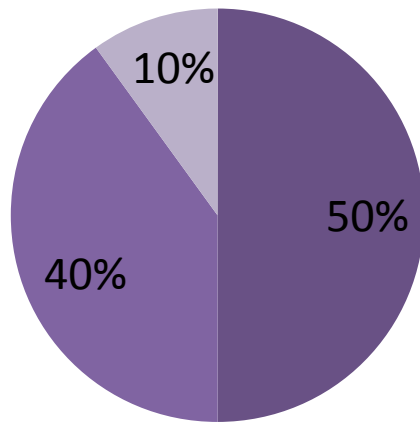


Большинство как девушек так и парней (74% и 63% соответственно) постоянно посещают занятия физкультуры в университете, 43% девушек посещают занятия периодически, так же ответили 30% опрошенных молодых людей и 7% молодых людей вообще не посещают физкультуру.

# 11. Удовлетворены ли Вы организацией и качеством обучения на кафедре физической культуры и спорта?

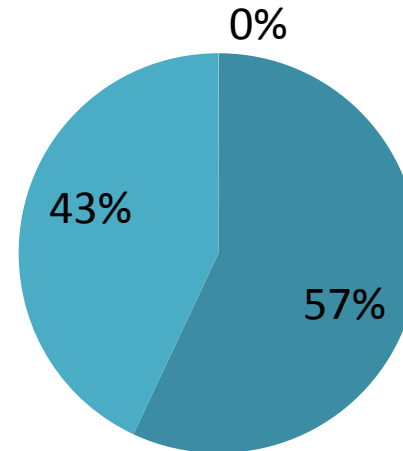
## мужчины

■ да ■ не совсем ■ нет



## женщины

■ да ■ не совсем ■ нет



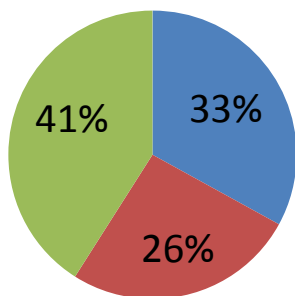
Больше половины девушек (57%) удовлетворены организацией и качеством обучения на кафедре физической культуры и спорта. так же отвела половина опрошенных парней, 43% опрошенных девушек не совсем удовлетворенны организацией и качеством обучения на кафедре физической культуры и спорта, как и 40% молодых людей, а 10% парней вообще не довольны спорт. жизнью университета

## 12. Информированы ли Вы об организации спортивных мероприятий в МГСУ?

### мужчины

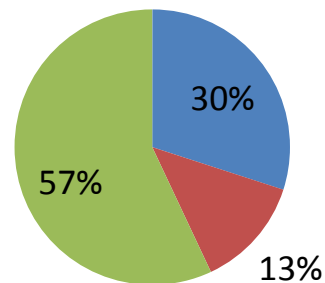
- да, слежу постоянно за спортивными новостями в социальных сетях, болею за свой университет
- нет, мне сложно найти нужную информацию

■ нет, мне это неинтересно



### женщины

- да, слежу постоянно за спортивными новостями в социальных сетях, болею за свой университет
- нет, мне сложно найти нужную информацию



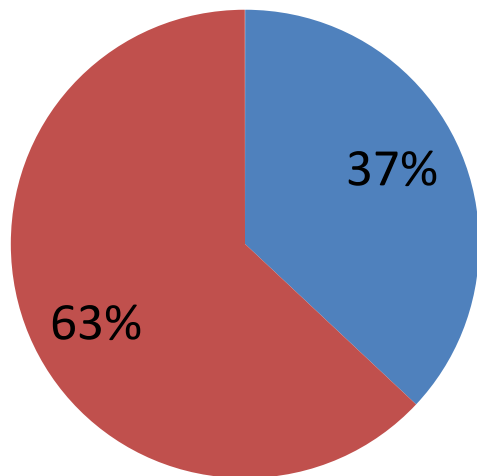
30% девушек и 33% парней постоянно следят за спортивными новостями нашего университета, 57% девушек и 41% парней это не интересно, и 13% девушек и 26% парней не следят за спортивными мероприятиями нашего университета, потому что им сложно найти информацию, таким образом мы выяснили, что большинство опрошенных студентов не интересуется спортивными мероприятиями нашего вуза



# 13. Ведётся ли в нашем университете пропаганда здорового образа жизни?

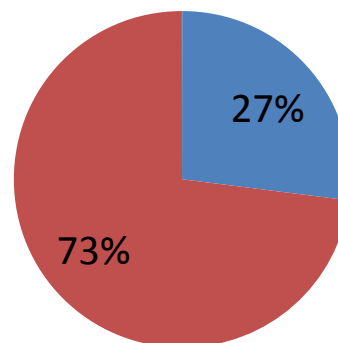
мужчины

■ да ■ нет



женщины

■ да ■ нет

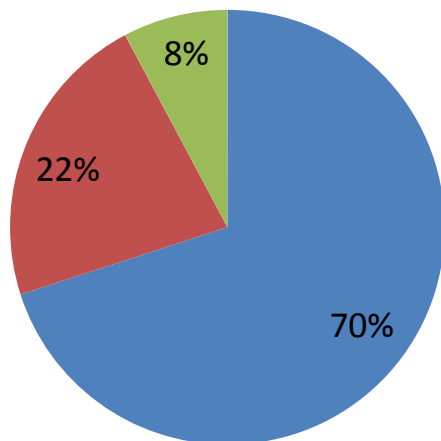


на этот вопрос большинство опрошенных студентов, а именно 73% девушек и 63% молодых людей ответили нет, по их мнению в нашем университете не ведется пропаганда здорового образа жизни, лишь 27% девушек и 37% парней считают иначе

# 14. Стоит ли вести воспитательную работу среди студентов для приобщения их к культуре?

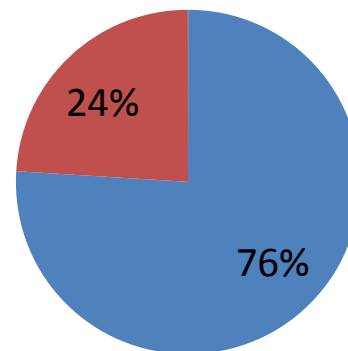
## мужчины

■ да ■ нет ■ 3 вариант



## женщины

■ да ■ нет

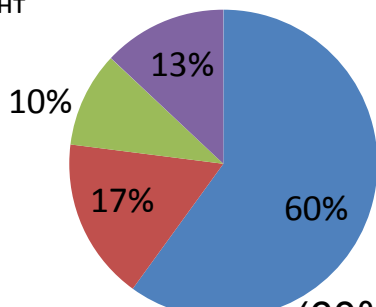


63% молодых людей считают, что физическая культура это залог здоровья, и поэтому стоит вести воспитательную работу среди студентов для приобщения их к культуре и спорту, еще 20% считают что не стоит, так как у студентов слишком много дел и заниматься спортом им ни к чему. некоторые из опрошенных молодых людей (7%) так же считают, что не стоит вести воспитательную работу, но посчитали комментарий к ответу "нет" излишним. 76% опрошенных девушек согласны с проведением воспитательной работы среди студентов, 24% отнеслись к этому отрицательно. таким образом мы выяснили, что большинство студентов хочет, что бы в вузе проводилась воспитательная работа для приобщения их к культуре и спорту

# 15. Выберите из нижеперечисленных вариантов самый эффективный для пропаганды здорового образа жизни и повышения качества занятий по физической культуре?

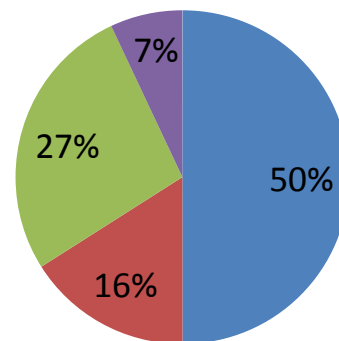
## мужчины

- организация товарищеских встреч с участием студенческих команд
- проведение конференций по проблемам развития физической культуры у студентов
- организация антинаркотической рекламы
- ваш вариант



## женщины

- организация товарищеских встреч с участием студенческих команд
- проведение конференций по проблемам развития физической культуры у студентов
- организация антинаркотической рекламы
- ваш вариант



Большинство, опрошенных (60% и 50% парней и девушек соответственно) считают самым эффективным вариантом для пропаганды здорового образа жизни и повышение качество занятий по фи зре организацию товарищеских встреч с участием студенческих команд. проведение конференций по проблемам развития физ. культуры считают менее эффективными (17% и 16%) 10% и 27% молодых людей и дам соответственно думают, что организация антинаркотической рекламы не очень эффективным вариантом пропаганды зож. еще 13% и 7% молодых людей и девушек придумали свои варианты , такие как: спонсирование, открытые уроки в различных секциях, а также предложения поставить вдоль всего "бродвея" беговые дорожки



# 1 Заключение.

- Физическая культура и спорт всегда рассматривались и ценились в нашем обществе достаточно высоко. В настоящее время, когда наша страна переживает серьезный социально-демографический кризис, когда российский народ вырождается, когда смертность превышает рождаемость, проблемы формирования ЗОЖ россиян становятся сверхактуальными.

Нам необходимо весь тот огромный потенциал физической культуры и спорта в полной мере использовать на благо процветания России. Это наименее затратные и наиболее эффективные средства форсированного морального и физического оздоровления нации.