

Министерство образования и науки Российской Федерации
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ Н.Г.ЧЕРНЫШЕВСКОГО»

Кафедра социологии молодежи

**ПРИВЛЕЧЕНИЕ МОЛОДЁЖИ К СПОРТУ И ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ
ЖИЗНИ В ЦЕЛЯХ РЕАЛИЗАЦИИ ГОСУДАРСТВЕННОЙ
МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ: РЕГИОНАЛЬНЫЙ АСПЕКТ**

АВТОРЕФЕРАТ ДИПЛОМНОЙ РАБОТЫ

студентки 6 курса 641 группы
специальности 040104.65 -
«Организация работы с молодежью»
социологического факультета
Костоломовой Екатерины Сергеевны

Научный руководитель

кандидат социологических наук, доцент _____
подпись, дата

Е.В. Сайганова

Зав. кафедрой

доктор социологических наук, профессор _____
подпись, дата

С.Г.Ивченков

Саратов 2016

Актуальность темы исследования заключается в том что 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.

К сожалению, живем мы в такое время, когда среди молодых людей получили широкое распространение пагубные привычки, приводящие к разрушению личности самого Человека (наркотики, алкоголь). Но давно известна истина – человек способен на невозможное, ради своей цели. А это значит, что человек способен отказаться от всего разрушительного во благо самого себя, если обратит свое внимание на то, что гораздо важнее – прежде всего собственное здоровье. И для современной молодежи в этом случае просто необходим спорт.

Спорт – это важнейший компонент здорового образа жизни, а как показывает практика, самый доступный. Спорт - это средство, которое позволяет развиваться физически и духовно, достигать новых вершин и самоутвердиться в жизни. Считаю, что понятия «молодежь» и «спорт» не просто взаимосвязаны, они существуют в единой параллели.

Объектом исследования является молодёжь Саратова и саратовской области.

Предметом исследования являются особенности привлечения молодёжи к здоровому образу жизни.

Целью исследования является выявление эффективности методики привлечения молодёжи к спорту.

Задачи исследования: разработать и ознакомить с рядом программ для формирования процесса оздоровительной подготовки молодёжи, занимающихся в фитнес-клубе, спортивных школах и массовых мероприятиях с учетом их индивидуальных особенностей; разработана технология привлечения не только молодёжи но и всех членов семьи к спорту.

Теоретико-методологической базой исследования выступили труды зарубежных и отечественных ученых социологов, психологов. Основу концептуальной модели исследования составляет системный подход и метод сравнительного анализа.

Структура работы. Дипломная работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка использованных источников и приложений.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ

Во введении обосновывается актуальность темы исследования, раскрывается степень её разработанности, определяются цель, задачи, объект и предмет, методологическая основа и теоретические источники.

В первой главе рассматривается история и предпосылки развития спорта и здорового образа жизни..

В первом параграфе рассматривается исторический опыт возникновения физической культуры и спорта. Здесь мы говорим о том что спорт является главной составляющей здорового образа жизни. История физической культуры и спорта – это накопленные на протяжении многих веков знания, изучив которые, мы сможем познать настоящее и выявить тенденции, которые нас ждут в будущем и каким образом реализовать максимальное привлечение молодежи к здоровому образу жизни.

Впервые термин "физическая культура" появился в Англии в конце 19 века. В Россию же это понятие пришло в 1917 году. Для того чтобы понять, откуда же появился спорт и физическая культура , необходимо обратиться к истории с античных времен. Именно в те времена строятся сооружения для проведения гладиаторских боев и состязаний ради забавы. Первые спортивные сооружения появились в Древней Греции.

Историческое развитие физической и спортивной активности на Руси и непосредственно спортивных сооружений можно сопоставить с их развитием на территории Европы. Национальные физические упражнения, игры и единоборства спортивного характера использовались народами,

населявшими современную территорию России, и в целях физического воспитания подрастающего поколения, подготовки их к труду и воинской службе.

С конца XVII века формируется система военной подготовки в армии Российской Федерации. В 1718 году был открыт первый в России яхт-клуб «Невский флот» («Невская флотилия») по указу Петра I. В 1834 г в Петербурге, близ Летнего сада, была открыта общедоступная школа плавания, которой руководил прибывший из Швеции преподаватель гимнастики Густаф Паули.

В предвоенное время выделялись большие средства на развитие массового спорта, таким образом удалось захватить внимание миллионов в СССР. Массовыми стали военизированные виды спорта — стрелковый и парашютный. К 1931 году был разработан Всесоюзный спортивный комплекс «Готов к труду и обороне СССР» (ГТО). Осуществлялась сдача нормативов на значки «Ворошиловский стрелок», «Готов к противовоздушной и химической обороне», «Парашютист СССР», «Турист СССР» и другие, которые пользовались большой популярностью.

После ВОВ приоритетным направлением развития сети спортивных учреждений в стране было строительство спортивных баз удешевленной стоимости, без больших трибун и сложных конструкций, что позволило в минимальные сроки охватить большее количество населённых пунктов для постройки сооружений.

С 1955 по 1965 гг. количество основных физкультурно-спортивных учреждений выросло в 2 раза. В 60-е годы XX века особое развитие получает самодеятельное строительство спортивных учреждений, при том далеко не только «простейших». К середине 1970-х годов в СССР была создана мощная материальная база для развития спорта

На рубеже 70-х — 80-х годов XX века замедление темпов роста сети спортивных учреждений, в сфере физической культуры и спорта положение усугублялось еще и официально принятым в 1981 году положением об

ограничении строительства зрелищных и спортивных учреждений. Необходимость такой меры аргументировалась тогда высокими расходами на проведение XXII Олимпийских игр в Москве. После 1991г. появляются и успешно действуют многочисленные частные предпринимательские учреждения физкультурно-спортивного комплекса.

Спорт еще в большей степени переходит в сферу бизнеса для широких масс. Фитнес индустрия пропагандирует здоровый образ жизни, а не мир высоких достижений. Индустрия красоты одна из самых развитых и сильных. Спрос на фитнес услуги, способные помочь в создании красивого и подтянутого тела не только не ослабевает, но и усиливается.

Во втором параграфе говорится о Физической культуре и здоровом образе жизни в Саратове и Саратовской области.

Саратовская область - перспективный регион для самых разных видов спорта. Саратовская область – единственная в России, соединяющая в себе три природно-климатические зоны: лесостепь, пустыню и полупустыню. Природа Саратовской области создала все предпосылки для развития разных видов спорта.

С 2008 года по инициативе Президента РФ более активно началась работа по реализации государственной молодежной политики, так как был подписан Указ о проведении в Российской Федерации Года молодежи, что поспособствовало повышению статуса Государственной молодежной политики.

Государственные программы являются главным инструментом для решения определенных задач. На региональном уровне государственная молодежная политика реализуется в форме стратегий и целевых молодежных программ.

Для выполнения поставленных задач, в области в сфере молодежной политики реализуются специальные программы.

При создании определенных условий молодое поколение способно стать эффективным участником социально-экономических и политических

процессов, так как связывает свои жизненные перспективы с перспективами развития общества.

По данным проведенных мероприятий в Саратове и Саратовской области в спортивно - массовых мероприятиях приняло участие 160 660 человек за 2013 год, 179 525 человек за 2014 год и 189 843 человека за 2015 год.

В 2012 году в Саратовской области завершила свое действие целевая программа «Развития физической культуры и спорта» на 2009-2012 года. Основными целями данной программы были:

- Вовлечь в занятия спортом разные возрастные и социальные категории населения области;
- Пропаганда спорта, спорта высших достижений и просто здорового образа жизни среди всех жителей области;
- Повышение квалификации спортсменов и их подготовка для участия на всероссийских и международных соревнованиях;
- И улучшение состояния здоровья населения.

За данный период проводилось множество спортивных мероприятий.

В рамках данной программы были введены в эксплуатацию бассейны и спортивные залы в области, включая Аткарск, Ершов, Пугачев, Балаково и Ртищево.

4 сентября 2012 года губернатором Саратовской области Валерием Радаевым подписано постановление № 533-П О долгосрочной областной целевой программе «Развитие физической культуры и спорта в Саратовской области» на 2013-2016 годы. Данная программа является логичным продолжением двух предыдущих программ, проводимых в Саратовской области.

Целью Программы является создание условий для развития массового и профессионального спорта (в том числе спорта высших достижений), развития и эффективного использования инфраструктуры физической культуры и спорта.

Для реализации данной программы за период с 2013 по 2016 года планируется провести:

- ежегодное проведение спартакиады с участием около 6 тысячи учащихся школ, средних специальных учреждений и вузов;
- ежегодное проведение спортивных мероприятий в местах лишения свободы. Проведение мероприятия «Звезда надежды» среди воспитанников Энгельсской колонии, а так же проведение спартакиады среди осужденных учреждений УФСИН России по Саратовской области с общим охватом около 500 человек;
- ежегодное проведение массовых спортивных мероприятий среди ветеранов спорта, посвященных Дню победы;
- проведение около 10 обширных мероприятий с охватом более 1000 человек, посвященных праздничным и знаменательным датам;
- проведение мероприятий по игровым видам спорта: футбол, волейбол, хоккей, мини-футбол;
- а так же проведение большого количества спортивных мероприятий среди школ области (сел, деревень и поселков городского типа).

В последнее время в нашей области активно развиваются разные виды направлений в спорте. Все больше и больше фирм предлагают совершить экстремальное путешествие в городе Саратове. Разработано огромное количество маршрутов и туров такого характера. К таким видам спорта в настоящий момент относят следующие направления: Скейтбординг; Фристайл; Гонки на внедорожниках; Регата; Велогонки; Сплав на байдарках; Горные лыжи и сноуборд;

Говоря о спорте и физической культуре, обязательно нужно упомянуть о фитнес клубах, которые активно развиваются. Можно подвести итоги:

- Природа Саратовской области отлично подходит для развития разных видов спорта, поскольку это единственная область, которая объединяет три климатические зоны: лесостепь, пустыню и полупустыню.

- С конца 19 века спорт активно начал развиваться в Саратовской области, появился яхт-клуб. В течение 20 века активно развивался футбол, баскетбол, хоккей. Наши чемпионы занимали призовые места во всероссийских и международных соревнованиях, на Олимпийских играх. Открывались спортивные сооружения: спортивные комплексы, Детские юношеские спортивные школы, шахматные клубы, бассейны и т.п.

- За последние 20 лет в нашей области активно развиваются экстремальные виды спорта: фристайл, скейтбординг, горные лыжи, велогонки, регата и гонки внедорожников. Особое место в формировании здорового образа занимают фитнес клубы, количество которых за последние 5 лет увеличилось в несколько раз.

Во второй главе рассматривается тема "Привлечение молодежи к спорту и здоровому образу жизни"

В первом параграфе мы видим Статистику занимающихся спортом

Здоровый образ жизни – принято называть образ жизни отдельно взятого человека с целью улучшения и укрепления здоровья и его профилактики заболеваний. Это концепция жизнедеятельности, направленная на улучшение и сохранение здоровья с помощью здорового питания, спорта, готовности отказаться от вредных привычек. Роль спорта среди молодежи, особенно у студентов, наиболее социально выразительна.

Любая физическая нагрузка является важнейшим фактором укрепления здоровья, даже минимальные нагрузки способствуют улучшению самочувствия. Привлечение молодёжи к спорту и здоровому образу жизни – это самая главная задача государственного управления. За последнее несколько лет в Саратове и Саратовской области много внимания уделяется зимним видам спорта. Вишневая гора, Кумысная поляна, Хвалынский горнолыжный курорт – места ежегодного проведения региональных соревнований по зимним видам спорта. В 2016 году Базарном Карабулаке состоялся региональный этап "Лыжня России".

Сравнительный анализ показал что объем бюджетных ассигнований, необходимых на реализацию Программы в 2010 году, составляет 762,8 тыс. рублей, в 2015 тратится около 10840,1 тыс. рублей. Эти средства идут на проведение областных соревнований и участие в соревнованиях российского уровня.

Целью программ по привлечению к здоровому образу жизни является раскрытие и реализация потенциала молодежи города. Главными задачами являются:

- увеличение и совершенствование систем привлечения молодежи к здоровому образу жизни, также профилактике экстремизма и девиантного поведения в молодежной среде;

- развитие систем мероприятий по выявлению одарённых людей, их поощрению, а так же развитию их способностей;

- развитие систем по проведению культурно массовых –мероприятий для молодежи;

- выявление и повышение квалификации молодых специалистов, работающих с молодежью.

Самым ожидаемым результатом от реализации Программы является увеличение количества молодых людей, вовлеченных в активную общественную деятельность (на 4% больше уровня 2015 года).

Для решения поставленной задачи необходимо принять следующие меры:

- развитие со стороны государственных органов по физической культуре и спорту кадрового потенциала, занимающегося вопросами физической культуры и спорта в вузах для организации системы занятий во внеучебное время;

- использование имеющихся спортивных объектов, а также определение и соответствующее закрепление на уровне областного центра или муниципального образования спортивных объектов, на которых приоритетными являются проведение как областных студенческих

спортивных и физкультурно-массовых мероприятий, так и работа платных наиболее востребованных в студенческой среде спортивных секций;

- создание механизмов, способных кардинально увеличить численность студентов, занимающихся физической культурой и спортом, а также способных кардинально поднять интерес студенчества к занятиям спортом во внеучебное время, внедрение новых форм мотивации студенческой молодежи для занятий физической культурой и спортом;

- внедрение новых инновационных форм проведения соревнований и физкультурно-массовых соревнований;

- методическое, информационное обеспечение студенческого спорта.

Во втором параграфе «Исследования на базе спортивного комплекса «Быстро фитнес»»

Рынок фитнес-услуг в регионах России, к которым относится и город Саратов, в настоящее время переживает сложный период, который характеризуется двумя тенденциями.

С одной стороны, наблюдается кризис клубов, которые были построены раньше, в условиях полного отсутствия конкуренции. С другой стороны, имеет место бум строительства новых клубов.

Целевая аудитория Проекта, по определению, - молодежь.

Для того чтобы создать лучшие условия занятия спортом и оздоровления молодых людей были созданы особые условия. Владельцы спортивного центра разработали специальные абонементы для любого возраста.

Учеными доказано, что тренировки способствуют помощи в самореализации людей такие как:

- девиантного поведения и одиночества,

- вовлечение молодежи и более старшего поколения в спорт и прививание основ здорового образа жизни,

-помощь людям в приобретении ключевых навыков самостоятельности и самозанятости,

-активному образу жизни, что ведёт к долголетию.

Быстро фитнес за 2015-2016 год провел около 50 различных мероприятий по привлечению молодёжи к здоровому образу жизни. Среди них такие как :

-пробежка по набережной;

-утренняя зарядка и тренировки на пляжах;

-йога на свежем воздухе;

-весёлые старты в школах;

-показательные выступления с мини программой в ТЦ Триумф;

-день открытых дверей в спортивном центре и др.

Во время различных мероприятий были неоднократно проведены опросы. Устные, по электронной почте, результаты которых говорят нам о том что :

1. Многие респонденты занимаются спортом и участвуют во всероссийских соревнованиях.

2. Для большей части опрошенных спорт является частью жизни. Самыми популярными видами спорта являются гимнастика, баскетбол, волейбол, хоккей.

3. Главная цель занятия спортом – поддержание здоровья, для некоторых это хобби.

4. По статистике спортом занимаются больше мужчины, чем женщины. Это можно объяснить тем, что девушки как правило выбирают другие увлечения, в то время когда мужчины стремятся к агрессивным видам спорта (бокс, борьба, тренажёрный зал). В связи с тем что сейчас увеличилась пропаганда здорового образа жизни, увеличивается число молодёжи, поддерживающих идею здорового образа жизни.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В заключении . дипломной работы автором были сделаны следующие **выводы**.

По этой причине, что молодежь во многом предопределяет векторы происходящих процессов в современном обществе, и понимание того, что от нее зависит социальное самочувствие не только экономическое но и социальное, то крайне необходимой становится диагностика социального положения молодежи Саратовской области. Ее анализ социального состава, жизненных условий и проблем, ценностей, интересов и потребностей данной социально- демографической группы в услугах и видах поддержки.

Главными проблемами, представленными в гипотезе и подтвержденными социологическим исследованием, можно назвать следующие:

- слабое развитие досуга и проведения свободного времени;
- проблемы, связанные с трудоустройством молодежи;
- проблемы, связанные с организацией малого предпринимательства;
- низкая информированность молодежи о культурной жизни города;
- низкий уровень образования;
- нехватка жилья для молодежи и молодых семей.

Был проведен анализ состояния молодежной инфраструктуры, социально-экономические условия для молодежи, уровень обеспечение условий для формирования здорового образа жизни, охраны здоровья, условий для вовлечения и участия молодежи в социально-экономической, политической и культурной жизни общества в городе Саратове. В результате проведенной работы, разработаны рекомендации по решению обозначенных в исследовании проблем с целью повышению эффективности привлечения молодежи к здоровому образу жизни в городе Саратове.

В приложении представлены диаграммы, демонстрирующие результаты опросов населения по теме данной дипломной работы.