

4. Лубышева Л.И. Инновационные направления педагогической системы формирования физической культуры студенческой молодежи / Л.И. Лубышева // Теория и практика физ. культуры. – 2005.– С. 38–46.

5. Сергієнко Л.П. Тестування рухових здібностей школярів. К.: Олімпійська література, – 2001. – С. 142–168.

## **ОТНОШЕНИЕ ШКОЛЬНИКОВ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКИМИ УПРАЖНЕНИЯМИ В СВОБОДНОЕ ОТ УЧЕБЫ ВРЕМЯ ПО РЕЗУЛЬТАТАМ СОЦИОЛОГИЧЕСКОГО ИССЛЕДОВАНИЯ**

*Л.Э. Пахомова, Е.С. Николаева*

Национальный исследовательский университет – БелГУ, г. Белгород, Россия

Концепцией долгосрочного социально-экономического развития Российской Федерации на период до 2020 года, утвержденной Распоряжением Правительства Российской Федерации от 17 ноября 2008 г. № 1662-р, определена роль физической культуры и спорта в развитии человеческого потенциала России. Огромным социальным значением и потенциалом в этом плане обладает массовый спорт.

В настоящее время в России не менее 60% обучающихся имеют нарушения здоровья. По данным Минздравсоцразвития России, только 14% обучающихся старших классов считаются практически здоровыми. Свыше 40% допризывной молодежи не соответствуют требованиям, предъявляемым армейской службой, в том числе в части выполнения минимальных нормативов физической подготовки.

Большинство граждан не имеют возможности систематически заниматься физической культурой и спортом. Так, в настоящее время 85% граждан, в том числе 65% детей, подростков и молодежи, не занимаются систематически физической культурой и спортом.

Отсутствует эффективная система детско-юношеского спорта, отбора и подготовки спортивного резерва для спортивных сборных команд страны.

Нерешенные проблемы нормативно-правового, организационно-управленческого, материально-технического, научно-методического, медико-биологического и кадрового обеспечения сдерживают разви-

тие детско-юношеского спорта, не позволяют готовить полноценный резерв для спортивных сборных команд страны.

В данном исследовании решались задачи по выявлению:

- недельного объема занятий физическими упражнениями у учащихся общеобразовательных школ г. Белгорода;
- места занятий физическими упражнениями в свободное от учебных занятий время;
- видов спорта, которыми регулярно занимаются школьники;
- видов спорта, которыми хотели бы заниматься школьники.

Методы и организация исследования. Метод массового социологического опроса являлся одним из основных в данном исследовании и осуществлялся в условиях участия в международном проекте «Health Behaviour in School-Aged Children» (HBSC) – «Здоровье и поведение детей школьного возраста». Это мониторинговое исследование, которое проводится каждые четыре года. Белгород включен в программу обследования, начиная с 2002 года.

Сбор информации осуществлялся посредством распространения среди учащихся четырех гимназий (№1, 2, 25, 38) г. Белгорода стандартизированных анкет. Всего в анкетировании приняли участие 487 респондентов, в том числе: 210 мальчиков и 277 девочек. Это учащиеся трех возрастных групп: 11, 13 и 15 лет. Опрос учащихся проводился в марте 2010 года параллельно в четырех школах. Полученные данные были подвергнуты компьютерной обработке с помощью программы, разработанной в СПбНИИФК. Исследование поддержано грантом (Код ГРНТИ 77.03.11, № проекта ВКГ186-10).

**Результаты и их обсуждение.** В исследовании анализу подвергнуты показатели физической активности, в частности, количество дней в неделю занятий физическими упражнениями продолжительностью как минимум 60 минут.

Поскольку социологическое исследование проводилось, когда третий урок физкультуры был официально введен во всех школах страны, то представляло интерес провести количественный анализ занимающихся мальчиков и девочек от одного до трех часов, свыше трех часов в неделю, а также не занимающихся. Кроме того, предпринята попытка выявить изменения в объеме физической активности школьников, произошедшие с 2002 года, то есть со времени первого обследования, по настоящее время (табл. 1).

Таблица 1. Недельный объем занятий физическими упражнениями у учащихся общеобразовательных школ г. Белгорода (в %)

Возраст (лет)		Количество дней в неделю занятий физическими упражнениями продолжительностью не менее 60 минут								
		0			1–3			4–7		
		2002	2006	2010	2002	2006	2010	2002	2006	2010
11	м	0	4	3	26	46	23	74	50	74
	д	2	10	1	45	46	46	53	44	53
13	м	0	9	4	46	46	35	54	45	61
	д	2	12	11	68	45	47	30	43	42
15	м	0	13	1	37	49	49	63	38	50
	д	0	23	9,0	58	44	60	42	33	31

Данные таблицы в целом свидетельствует о том, что количество белгородских школьников, не посещающих уроки физической культуры, к 2006 году увеличилось, а занимающихся дополнительно, т.е. от 4 до 7 дней в неделю уменьшилось, хотя к 2010-ому году наметилась положительная тенденция. Это можно объяснить тем, что за последние годы наметилось улучшение основных показателей развития физической культуры и спорта в Белгородской области.

Об этом свидетельствуют результаты рейтинга субъектов Российской Федерации по некоторым данным федерального статистического наблюдения по форме №1-ФК за 2008 год. В частности, по процентам от норматива Единой пропускной способности, обеспеченности плоскостными сооружениями, спортивными залами и бассейнами Белгородская область заняла 1-е место. Однако процент работников с высшим и средним образованием, а также процент занимающихся физической культурой и спортом позволили Белгородской области занять лишь 10-е место. В целом по сумме мест наша область заняла 2-е место, уступив Республике Башкортостан, хотя в 2007 году была только на 4-м месте.

В результате анализа данных анкетирования установлено, что большинство учащихся во внеучебное время занимаются физическими упражнениями в школьных секциях. Причем, чем старше школьники, тем меньшее их количество посещает детско-юношеские спортивные школы, особенно девочки (табл. 2). Часть школьников в свободное от учебных занятий время физическими упражнениями вообще не занимаются, а значит, их здоровье находится под угрозой.

Таблица 2. Места занятий физическими упражнениями  
в свободное от учебных занятий время (в %)

Школа или клуб	6 класс		8 класс		10 класс	
	м	д	м	д	м	д
В общеобразовательной школе, в которой учусь	56,7	66,7	59,4	54,9	70,1	70,0
В оздоровительном центре, в фитнес-клубе	4,5	9,3	2,9	13,4	4,5	11,8
В детско-юношеской спортивной школе, в спортивном клубе	26,9	14,7	13,0	14,6	13,4	5,5
Физическими упражнениями нигде не занимаюсь	11,9	9,3	24,6	17,1	11,9	12,7

Таблица 3. Виды спорта, которыми регулярно занимаются школьники (в %)

Регулярно занимаюсь в свободное время	6 класс		8 класс		10 класс	
	м	д	м	д	м	д
1. Спортивные игры	35,2	8,8	32,2	24,2	37,3	30,1
2. Координационные виды спорта	1,9	12,3	0,0	4,8	0,0	3,6
3. Легкая атлетика	3,7	15,8	5,1	4,8	11,9	12,0
4. Водные виды спорта	16,7	15,8	13,6	9,7	3,4	2,4
5. Лыжный спорт	0,0	1,7	0,0	0,0	0,0	0,0
6. Циклические виды спорта	0,0	0,0	1,7	0,0	0,0	0,0
7. Зимние виды спорта	0,0	1,8	0,0	0,0	0,0	0,0
8. Технические виды спорта	1,9	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
9. Единоборства	25,9	1,8	16,9	1,6	6,8	0,0
10. Игровые единоборства	1,9	3,5	1,7	1,6	1,7	3,6
11. Силовые виды спорта	0,0	0,0	1,7	1,6	1,7	1,2
12. Оздоровительные виды физической активности	13,0	38,6	20,3	48,4	35,6	47,0
13. Другие виды спорта	0,0	1,8	5,1	3,2	1,7	0,0

В ходе исследования сочли необходимым выяснить, какими видами спорта школьники занимаются и какими бы они хотели заниматься (табл. 3, 4). Предполагалось, что в этом может быть проблема. Анализ полученных данных в какой-то степени подтвердил предположение.

Школьники проявляют повышенный интерес особенно к спортивным играм, а также к зимним, водным видам спорта, единоборствам и игровым единоборствам. Однако удовлетворить желание заниматься интересующим видом спорта могут не все школьники. При этом не привлекательными для них остаются олимпийские виды спорта: легкая атлетика, циклические виды спорта (велоспорт, конькобежный спорт, различные виды гребли и др.), зимние виды спорта (фигурное катание,

Таблица 4. Виды спорта, которыми хотели бы заниматься школьники (в %)

Хотел бы заниматься в свободное время	6 класс		8 класс		10 класс	
	м	д	м	д	м	д
1. Спортивные игры	40,0	15,2	42,9	31,0	36,8	18,9
2. Координационные виды спорта	8,0	23,9	0,0	2,4	0,0	3,8
3. Легкая атлетика	0,0	8,7	3,6	11,9	0,0	11,3
4. Водные виды спорта	24,0	19,6	10,7	21,4	15,8	26,4
5. Лыжный спорт	0,0	0,0	3,6	0,0	7,9	0,0
6. Циклические виды спорта	4,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
7. Зимние виды спорта	0,0	15,2	3,6	4,8	0,0	7,5
8. Технические виды спорта	0,0	0,0	7,1	0,0	2,6	1,9
9. Единоборства	12,0	0,0	3,6	9,5	13,2	7,5
10. Игровые единоборства	0,0	6,5	3,6	11,9	7,9	3,8
11. Силовые виды спорта	4,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
12. Оздоровительные виды физической активности	8,0	10,9	10,7	7,1	10,5	18,9
13. Другие виды спорта	0,0	0,0	10,7	0,0	5,3	0,0

горные лыжи, фристайл, бобслей, санный спорт и др.), водные виды спорта (плавание, прыжки в воду, водное поло, синхронное плавание и др.). Часть школьников отказались бы от занятий оздоровительными видами физической активности. Все сказанное может быть обусловлено целым рядом причин, выявлению которых будет уделяться внимание в дальнейших исследованиях.

## ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ АТЛЕТИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКОЙ НА ПРОПОРЦИОНАЛЬНОСТЬ ТЕЛОСЛОЖЕНИЯ ЖЕНЩИН 20–30 ЛЕТ

*И.Н. Никулин, А.А. Коник*

Белгородский университет потребительской кооперации, Россия

**Введение.** В последнее время в нашей стране огромной популярностью пользуется атлетическая гимнастика, как вид физической активности. В связи с этим, начали появляться научно обоснованные принципы и методики тренировок для занимающихся атлетизмом, появилось большое количество удобных специализированных залов