**СПОРТ КАК ЭЛЕМЕНТ РАЗВИТИЯ СОЦИАЛЬНОЙ СРЕДЫ В КАЛИНИНГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ**

Полевая Анна Артуровна

Студентка 2 курса РАНхиГС ЗФ,

anyapolevaya98@mail.ru

Научный руководитель:

Щепкова И.В., старший преподаватель

SPORTS AS AN ELEMENT OF DEVELOPMENT OF THE SOCIAL ENVIRONMENT IN KALININGRAD REGION

*Аннотация: В данной статье на основе данных анализа проведенного опроса показана роль спорта в социальной жизни жителей города Калининграда, выявлены проблемы и перспективы для занятий спортом.*

*Annotation: In this article on the basis of data of analysis of the conducted questioning a sport role is shown in social life of habitants of city of Kaliningrad, problems and prospects are educed for going in for sports.*

*Ключевые слова: спорт, массовый спорт, динамика*

*Ключевые слова: sports, mass sports, dynamics*

Какую роль играет спорт в жизни человека? Во всём мире люди её видят по-разному. Одни очень прохладно относятся к спорту и некоторые даже считают его бесполезной тратой времени. Другие люди видят смысл спорта и их, к счастью, больше чем первых. Причём каждый из них может иметь разное отношение к спорту: кто-то предпочитает смотреть его по телевизору, кто-то предпочитает просто заниматься каким-либо видом спорта или общефизической подготовкой, ну а для кого-то спорт – это средство существования.

Среди последних могут быть действующие спортсмены, тренеры, врачи, директоры различных спортивных обществ, попечители спорта и др. И каждый из них вносит свой вклад в развитие спорта на нашей планете. Спорт обладает удивительными свойствами. Он может объединять людей, знакомить их между собой, в большинстве случаев спорт укрепляет здоровье, характер и даже умственные способности людей, которые им занимаются, развивает в них такие навыки как скорость, ловкость, реакция, координация, выносливость, терпение и сила.

Спорт делает людей более устойчивыми к негативным факторам внешней среды. Он часто приносит людям массу положительных эмоций, например, при победе любимой команды или при достижении человеком какого-то результата в нём. Хотелось бы отметить, что наиболее полезным для человека, да и для общества является именно занятие спортом на любом уровне. Во многом это обусловлено тем, что человечество, не смотря на научные прогрессы, деградирует сам по себе, конечно, при этом в определённых качествах он растёт.

Человек старается упростить себе жизнь. Физический труд для человека перестаёт иметь значение в связи с развитием техники. Человек постепенно теряет те качества, в основном физические, которыми его наградил Бог. Человек по сравнению со своими далёкими предками становится более дряхлым и здесь ещё ко всему прочему на него очень плохо могут влиять такие соблазны, как спиртное, табак и наркотики. Крайне нежелательно поддаваться этим соблазнам, а особенно наркотикам. И в этом замечательную роль для человека может сыграть занятие спортом, т.к. он прямо противоположен этим злым факторам и спокойно может служить той альтернативой, которая не даст человеку стать алкоголиком, курильщиком и наркоманом.

Для того, чтобы оценить отношение жителей Калининграда к спорту был проведен опрос среди 68 человек.

Рассмотрим полученные данные.

На рисунке 1 распределение ответов респондентов на вопрос «Занимаетесь ли вы каким-либо спортом на данный момент?».

Рисунок 1 – Ответы на вопрос «Занимаетесь ли вы каким-либо спортом на данный момент?»

Можно сделать вывод, что практически половина опрошенных все же занимается спортом, при этом самым популярным является плаванье -12человек (17,6%), второе место занимает - легкая атлетика- 11 человек (16,1%) и третье по популярности - футбол- 6 человек (8,8%).

Но, вполне вероятно, что после проведения ЧМ 2018 по футболу в Калининграде, интерес к нему возрастет.

Движение – это жизнь! Люди, которые мало двигаются очень восприимчивые к различным заболеваниям. Как правило, у таких людей повышенное артериальное давление, плохой аппетит, они слишком быстро утомляются, всегда угрюмые, часто впадаете в депрессию. Это подтверждается данными опроса, ведь у 58 человек, а это 85,3% опрошенных, наблюдается положительная динамика здоровья, настроения и самочувствия в целом после занятий спортом.

Современный спорт развивается каждый день. У большинства (49 человек - 72,1%) опрошенных нет времени заниматься ежедневно, поэтому появляются новые технологии, позволяющие за наименьшее время получить максимальную выгоду для здоровья и тела в целом. И для тех, кто предпочитает заниматься дома - 9 человек, 13,2%, самым популярным инвентарем являются гантели и спортивные стойки. Именно они помогают поддерживать физическую форму для профилактики и оздоровления организма.

Очень радует, что интерес к спорту «молодеет», 33 опрошенных (48,5%) начали заниматься в школьном возрасте, а 16 (23,5%) еще в дошкольном. Если такая динамика будет продолжать «молодеть», то нынешнее и последующие поколения будут заинтересованы в поддержке спортивного духа в обществе хотя бы на любительском уровне.

К сожалению, женская половина общества - 49 опрошенных (72,1%) чаще занимается спортом, чем мужская 19 опрощенных (27,9%). Но в этом факте можно выделить и плюсы, ведь от женщин в большей мере зависит наше будущее поколение, что, несомненно, скажется на качестве нашего общества.

Ежемесячно в Калининграде проводятся различные массовые мероприятия, и с каждым разом число зрителей только растет. Параллельно появляются мероприятия, где жители могут не только «поглазеть», но и сами принять участие, проверить себя и свой организм, например, различные велопробеги и массовые легкоатлетические забеги.

Подводя итоги из всего вышесказанного, можно сделать вывод, что на сегодняшний день динамика развития и «внедрения спорта в массы» положительная и только растет, набирая обороты.

Основными мотиваторами для занятий спортом у жителей Калининграда являются:

* Самое главное - это укрепление здоровья
* Спорт способствует наращиванию мышечной массы, что не менее важно для организма. Но это не только здоровье, но и красота тела.
* Спорт излечит плохой сон ночью. Так как спорт -лучший борец со стрессами, он же и является лучшим успокоительным.
* Физические упражнения сделают вас сильным, подтянутым, уверенным в себе человеком.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ:

1. <https://docs.google.com/forms/d/10uuX6ZAwjwXlHd01i_LIfDm8PYi0Grivaz3X4yXEG00/edit#responses>
2. <http://zdorovosport.ru/rol_sporta.html>