

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ШКОЛА №38 Г.ЛИПЕЦК**

**Индивидуальный проект
«Значение спорта в жизни
подростка»**

**Выполнил: Годков Денис
ученик 9А класса
Учитель: Черникова С.А.**



Актуальность исследования определяется возрастающим интересом молодежи к здоровому образу жизни и спорту.

Цель исследования: определить насколько нужен и важен спорт в жизни подростка.



Задачи:

- 1 Провести анализ литературы по проблеме исследования;
- 2 Изучить проблему ценностного отношения подростков к спорту;
- 3 Провести социологическое исследование отношения подростков к спорту;
- 4 Проанализировать уровень психической подготовленности подростков

Методы исследования: анализ литературы и публикаций, социологический опрос, анализ результатов тестирования, математической обработки данных.



Спорт – это движение, тонус, сила воли. Известно об этом многим, но привлекают к спорту детей далеко не все. Предлагаем выяснить, нужен ли спорт подростку и какова его польза.

Положительное значение спорта в жизни подростков огромно.

Занимаясь спортом, подросток:

- укрепляет здоровье;
- формирует характер и силу воли;
- закладывает установку на успех;
- дисциплинирует;
- создаёт правильный досуг

Прежде чем понять, каким видом спорта заняться подростку, нужно решить, какую цель вы преследуете

Если вы хотите, чтобы подросток сделал профессиональную карьеру спортсмена, то к выбору спорта следует отнестись как можно внимательнее.

Если основная цель родителей - формирование здорового образа жизни подростка, профилактика вредных привычек, укрепление здоровья, развитие ловкости, силы и выносливости, тогда главное — личная заинтересованность подростка.



Определившись с целью спортивных занятий, попробуем разобраться, на что нужно обращать внимание ещё при выборе спорта для подростка:

- Телосложение;
- Темперамент;
- Тол



Как заинтересовать юношу или девушку спортом



Личный пример.

Предпочтения
ребёнка.

Не давите.

Боритесь с вредными

привычками

цивилизованно.

Пусть выбирает сам.



Этапы исследования

I этап. Организационный

1.1 Анализ научной литературы по проблеме исследования.

1.2 Выбор объекта исследования.

1.3 Разработка программы исследования

1.4 Разработка анкеты для определения отношения подростков к спорту и занятиям физической культуры. (Приложение А).

II этап. Исследовательский

1 Анкетирование учащихся.

2 Анализ результатов исследования.

3 Формулирование выводов исследования

Проведя опрос мы выяснили

Опрос	Да	Нет
Считают себя спортивными	18	10
Считают спорт важной частью своей жизни	14	14
Планируют заниматься спортом в будущем	10	18
Всего	28	

Я предпочитаю...	Количество ответов
Футбол	3
Занятия в тренажерном зале	6
Танцы	2
Бег	9
Плавание	7
Баскетбол	3
Волейбол	4
Занятия фитнесом	5

Вывод

Мы выяснили, что занятие спортом необходимо подросткам. Что бы воспитать здоровое, умное и сильное будущее, но для этого нужно приложить много усилий со стороны учебного заведения, родителей и конечно же нужны усилия самого ребенка.

