

Секция «Государственная политика в сфере спорта, спортивный менеджмент и спортивная этика»

Проектная деятельность как один из факторов развития доступного спорта

Научный руководитель – Агеева Гульназ Фаритовна

Мингазова Динара Рашидовна

Студент (магистр)

Поволжская государственная академия физической культуры, спорта и туризма,
Республика Татарстан, Россия
E-mail: dina.mingazova.96@mail.ru

В настоящее время идет активная популяризация физической культуры, спорта и здорового образа жизни в целом. Становление здорового образа жизни как социального феномена связано с преодолением биомедицинского подхода к пониманию здоровья, включением в поле зрения важнейшей характеристики жизнедеятельности человека - его образа жизни как фактора здоровья [1].

Мероприятия по поддержке здорового образа жизни могут представлять собой как элементы обычной, повседневной деятельности органов государственной власти и местного самоуправления, так и осуществляться проектным образом, в форме программ, стратегий, проектов, целью которых может являться либо более интенсивная реализация уже предпринимаемых мер, либо осуществление новых, специфических мероприятий [2].

На сегодняшний день наиболее актуальным вопросом в сфере физической культуры и спорта является высокий уровень востребованности среди граждан в бесплатных тренировках на свежем воздухе, так как они не имеют возможности посещать платные тренировки. Для такой категории населения существенным фактором стала возможность тренироваться не неся прямых затрат на оплату тренеров и индивидуальных занятий, на приобретение специальной спортивной экипировки и инвентаря в проекте «Зеленый фитнес».

Зеленый Фитнес - это система бесплатных регулярных культурно-спортивных мероприятий на открытых общественных пространствах городов Республики Татарстан. Важнейшая роль проекта заключается в том, что с помощью разработанных фитнес-программ занимающиеся смогут улучшить свое физическое состояние.

В процессе реализации проекта предварительно проводится оценка физической подготовленности и функционального состояния населения, по итогам которой разрабатываются программы тренировок с учетом их физического состояния. По таким разработанным программам занимается экспериментальная группа. Контрольная же группа занимается по общим программам тренировок, не учитывающих индивидуальные особенности физического состояния людей. В процессе проведения эксперимента проводится сравнительный анализ показателей физической подготовленности и функционального состояния занимающихся.

Эффективность разработанных программ тренировок определяют с помощью методов тестирования физической подготовленности (бег на 100 м, бег на 1000 м, отжимания, пресс, прыжок в длину, наклон вперед из положения стоя) и функционального состояния (ЧСС в покое, ЧСС после нагрузки, систолическое и диастолическое артериальное давление, проба Генче, проба Штанге, динамометрия), а также с помощью социологического опроса занимающихся после эксперимента.

Участниками мероприятия могут стать: молодежь, семьи и люди старшего возраста. Участие в проекте бесплатное согласно параметру «социальность».

Для реализации параметра проектной деятельности «эффективность» сформирован штат сотрудников с разными профессиональными компетенциями: от волонтеров до исполнительного директора. В разработку и реализацию спортивной составляющей вовлечены студенты-выпускники по направлению подготовки «Спортивный менеджмент», представляющих Поволжскую государственную академию физической культуры, спорта и туризма.

Студенты и выпускники отвечают за: поиск и контроль инструкторов для демонстрации правильности выполнения норматива и проведения тренировок; составление спортивной программы на весь сезон проекта; подготовку обучающего контента в социальных сетях, организацию и проведения открытия и закрытия мероприятия.

Для решения проектных задач также привлекаются волонтеры из школ и вузов города. Сам по себе некоммерческий сектор и проводимые мероприятия позволяют выпускникам разных ВУЗов проходить стажировку, получать практический опыт.

Таким образом, сам проект и разработанные фитнес-программы, учитывающие индивидуальные особенности физической подготовленности и функционального состояния занимающихся, способствуют улучшению их физического состояния, что приводит к увеличению доли населения, систематически занимающихся физической культурой и спортом. Также проект способен вовлечь действующих студентов и выпускников в интересную работу с возможностью дальнейшего профессионального роста. Стоит также отметить, что наблюдается положительная тенденция по целевому трудоустройству выпускников в спортивной отрасли.

Источники и литература

- 1) Агеева, Г.Ф. Стимулирование двигательной активности детей дошкольного возраста средствами физического воспитания: автореф. дис. ... канд. пед. наук / Г.Ф. Агеева. - Поволжская государственная академия физической культуры, спорта и туризма. - Набережные Челны, 2013. – 25 с.
- 2) Доброрадных, М.Б. Формирование ценности здоровья у студентов в процессе их профессионального образования: дис. ... канд. пед. наук / Доброрадных М.Б. – Москва, 2003. – 164 с.