**Организация и методика проведения исследования в определении отношения к физической культуре и спорту среди учащихся 9 – 11 классов**

**Составитель:**

**учитель физической культуры**

**Валентик Владимир Геннадьевич**

**МОСКВА 2012**

**АНКЕТА**

Дорогие ребята! Просим охарактеризовать свое отношение к физической культуре и спорту. Для этого необходимо последовательно ответить на все поставленные перед Вами вопросы. Вариант ответа к каждому вопросу уже напечатан, так что Вам нужно выбрать соответствующий вариант.

1. Ваш пол: мужской, женский (подчеркнуть).

2. Ваш возраст:\_\_\_\_\_\_\_\_\_(полных лет).

3. Часто ли Вы испытываете усталость после учебы (сделайте только один выбор и отметьте его):

а) постоянно;

б) довольно часто;

в) время от времени;

г) довольно редко

д) практически никогда.

4. Для того чтобы снять усталость Вы предпочитаете (можно сделать несколько выборов и подчеркнуть их):

а) чтение

б) прогулки

в) сон

г) медпрепараты

д) слушание музыки

е) занятия физкультурой (бег, гимнастика, аэробика и т.п.)

ж) другой род активной деятельности (указать его)

з) что еще?

5. Как вы относитесь к своему здоровью (отметить только один пункт)

а) не забочусь о нем, пока не почувствую недомогание;

б) забочусь о своем здоровье, стремлюсь сохранить или улучшить eго.

6. Какие формы заботы Вам импонируют более всего (можно сделать несколько выборов и подчеркнуть их):

а) ограничение качества и количества пищи;

б) активный отдых;

в) систематическое посещение спортивных мероприятий и спортивных секций;

7. Оцените состояние своего здоровья (подчеркните соответствующий вариант ответа):

а) абсолютно здоров (здорова),

б) здоровье вполне хорошее;

в) здоровье удовлетворительное;

г) не могу похвастаться своим здоровьем;

д) здоровье плохое.

8. В связи с предыдущим вопросом просим обвести цифры, соответствующие заболеванию и количеству дней, в течение которых Вы находились в прошлом году дома (просим дать по возможности наиболее точный ответ):

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Характер и вид заболеваний | Продолжительность заболевания (количество дней). | | | |
| сердечно-сосудистые | 1 | 2 | 3 | 4 |
| органов дыхания | 5 | 6 | 7 | 8 |
| органов пищеварения | 9 | 10 | 11 | 12 |
| органов кровообращения | 13 | 14 | 15 | 16 |
| опорно-двигательного аппарата | 17 | 18 | 19 | 20 |
| желез внутренней секреции | 21 | 22 | 23 | 24 |
| инфекционные | 25 | 26 | 27 | 28 |
| простудные | 29 | 30 | 31 | 32 |
| другие | 33 | 34 | 35 | 36 |

9. Каково Ваше отношение к занятиям физической культурой и спортом (сделайте только один выбор и отметьте его):

а) считаю необходимым, занимаюсь;

б) считаю необходимым, систематически заниматься не могу в силу несобранности и лени;

в) считаю необходимым, но нет условий для занятий;

г) считаю необходимым, но мешают другие дела;

д) не вижу необходимости в занятиях физической культурой и спортом.

10. Отметьте, пожалуйста, сколько времени (примерно) заняли у Вас занятия физической культурой и спортом в течение прошлой недели (в часах): понедельник вторник среда четверг пятница суббота воскресенье

11. Если в Вашем режиме дня не нашлось времени для занятия физкультурой, то на это повлияло (можно сделать несколько выборов):

а) запрет врача;

б) нехватка времени;

в) отсутствие спортивного инвентаря дома;

г) отсутствие спортивных комплексов по месту жительства;

д) отсутствие спортивных баз и комплексов по месту учебы;

е) не считаю нужным заниматься;

ж) затрудняюсь ответить.

12.Если бы у Вас было больше свободного времени, стали бы Вы чаще посещать различные спортивные мероприятия и принимать в них участие?

а) да;

б) нет;

в) затрудняюсь ответить.

13.Занимаюсь физической культурой и спортом, потому что эти занятия помогают (можно дать несколько ответов):

а) восстановить свои силы после учебы;

б) улучшить свое физическое развитие

в) ощутить приятное переживание;

г) овладеть спортивными умениями и навыками;

д) улучшить свои боевые качества (настойчивость, смелость и т.п.):

14.Занимаюсь физкультурой и спортом, так как хочу устранить (можно сделать несколько выборов):

а) изъяны своей конституции: да, нет

б) неустойчивость к болезням: да, нет

в) эмоциональную неустойчивость: да, нет

г) привычки, которые мне мешают в учебе и повседневной жизни: да, нет

15.Считаю, что наша школа обеспечивает физическое развитие и физическую подготовку школьников:

а) полностью; б) не в полной степени; в) не обеспечивает совсем; г) трудно сказать.

16. Представьте, что Ваша школа располагает своим физкультурно-оздоровительным комплексом. Что бы Вы хотели от него получить? (можно сделать несколько выборов):

а) совершенствовать навыки в физкультуре и спорте;

6) совершенствовать навыки спортивных движений;

в) укреплять физическое здоровье:

г) развивать имеющиеся способности к физической культуре и спорту;

д) формировать свою осанку и фигуру;

е) избавляться от недугов и недомоганий;

ж) получать комплекс удовольствий от закаливающих и укрепляющих процедур.

17.Если бы Вы проводили уроки физкультуры, что бы Вы предложили для массового привлечения к занятиям школьников?

18.Что бы Вы пожелали организаторам физкультурно-массовой и оздоровительной работы с учащимися в Вашей школе?

**Анализ полученных результатов.**

Анализ полученных результатов проводится на основе подсчета количества баллов выявленных из содержания ответов респондентов:

**150 - 165 баллов –** положительное отношение к ФК и С

**100 – 150 баллов –** удовлетворительное отношение к ФК и С

**85 – 100 баллов –** неудовлетворительное отношение к ФК и С

1-й вопрос: Юноши -\_\_\_\_ %, Девушки -\_\_\_\_ %

3-й вопрос: «Часто ли вы испытываете усталость после учебы»

* время от времени – 10 баллов;
* довольно часто – 5 баллов;
* довольно редко – 15 баллов;

4-й вопрос: «Для снятия усталости респонденты предпочитают» (можно сделать несколько выборов) –

* предпочитают сон – 5 баллов;
* прослушивание музыки – 10 баллов;
* занятия ФК и С (бег, гимнастика, аэробика и т.п.) – 15 баллов.

5-й вопрос: «Как вы относитесь к своему здоровью»

* заботятся о своём здоровье, стремятся сохранить или улучшить его – 10 баллов;
* не заботятся, пока не почувствуют недомогание – 5 баллов;

6-ой вопрос: «Какие формы заботы импонируют вам больше всего» (можно сделать несколько выборов)

- активный отдых – 10 баллов,

- регуляцию сна и систематическое посещение спортивных мероприятий и спортивных секций – 5 баллов;

- ограничение качества и количества пищи – 5 баллов;

7-й вопрос: «Оцените состояние своего здоровья»

* абсолютно здоров (здорова) – 15 баллов;
* вполне хорошее – 10 баллов;
* здоровье удовлетворительное – 5 баллов

8-й вопрос: «Какие заболевания вы перенесли в прошлом году, в течение которых находились дома»

* простудные заболевания – 15 баллов;
* заболевания опорно-двигательного аппарата – 10 баллов;
* заболевания систем пищеварения и дыхания. – 5 баллов

9-й вопрос: «Каково ваше отношение к занятиям физической культурой и спортом»

* считаю необходимым заниматься – 15 баллов;
* считают необходимым, но нет условий – 10 баллов;
* считают, что систематически заниматься не могут

в их несобранности и лени – 5 баллов;

* не видят необходимости в занятиях – 5 баллов;

10-й вопрос: «Сколько времени (примерно) заняли у вас занятия ФК и С в течение прошлой недели (в часах)»

* 4-10 часов в неделю – 15 баллов;
* 2-5 часов в неделю – 10 баллов
* не посещали спортивные секции и не выполняли утреннюю зарядку – 5 баллов;

11-й вопрос: «Если в вашем режиме не нашлось времени для занятий ФК и С, то на это повлияли следующие факторы» (можно сделать несколько выборов)

* из-за нехватки времени – 15 баллов;
* из-за отсутствия спортивного инвентаря дома – 10 баллов;
* из-за отсутствия спортивных баз и комплексов по месту учебы – 5 баллов;
* не считают нужным заниматься – 5 баллов;

12-й вопрос: «Если бы у вас было бы больше свободного времени, стали бы вы чаще посещать спортивные мероприятия и принимать в них участие»

* стали бы чаще посещать спортивные мероприятия – 10 баллов;
* затрудняются ответить – 5 баллов.

13-й вопрос: «Занимаюсь ФК и С, потому что эти занятия помогают...» (можно сделать несколько выборов)

* улучшить своё физическое развитие – 15 баллов;
* овладеть спортивными умениями и навыками – 10 баллов;
* укрепить свои волевые качества – 5 баллов;

14-й вопрос: «Занимаюсь ФК и С, так как хочу устранить...» (можно сделать несколько выборов)

* чтобы устранить изъяны своей конституции – 15 баллов;
* неустойчивость к болезням – 10 баллов;
* эмоциональную неустойчивость – 5 баллов;

15-й вопрос: «Считаю, что наша школа обеспечивает физическую подготовку и физическое развитие учеников»

* не в полной степени – 10 баллов;
* полностью – 5 баллов;

16-й вопрос: «Чтобы вы хотели получить от вашей школы, если бы оно располагало своим физкультурно-оздоровительным комплексом»

* укрепление физического здоровья – 15 баллов;
* получение комплекса удовольствий от закаливающих процедур и укрепляющих процедур – 10 баллов;
* формирование осанки и фигуры – 5 баллов;

17-й вопрос: «Чтобы вы предложили для массового привлечения к занятиям ФК и С»

* увеличить количество спортивных секций – 10 баллов;
* создание хороших условий для занятий ФК и С. – 5 баллов;
* другое – 5 баллов;

18-й вопрос: «Чтобы вы пожелали организаторам физкультурно-массовой и оздоровительной работы с учениками в вашей школе»

* профессионального и индивидуального подхода – 15 баллов;
* необходимость заинтересовать в результатах их деятельности – 10 баллов;
* другое – 5 баллов;