

Статья

Анализ результатов исследования на тему

«Отношение родителей к занятиям плаванием их детей»

В статье рассматриваются данные социологического исследования, посвященные вопросу об отношении родителей к занятиям плавания их детей. Приведены результаты и мнения 50 родителей. Социологическое исследование проводилось методом раздаточного анкетирования, использовалась случайная выборка.

Актуальность данного исследования обусловлена тем, что дети часто имеют проблемы со здоровьем, и тем, что люди часто боятся воды.

Введение

Плавание – очень древний вид спорта. Ученые считают, что человек научился плавать, наблюдая за животными в воде – рыбами и лягушками. Самые ранние записи о плавании были найдены в Пещере Пловцов на юго-западе египетской пустыни, на границе с Ливией. Считается, что возраст этой пещеры уже более 6 тысяч лет.

Каждая мама хочет, чтобы ее ребенок был самым умным, самым красивым и самым здоровым. Развивая малыша, нужно помнить о том, как важны для него занятия спортом. Именно умение управлять своим телом, развитие мелкой и крупной моторики определяет умственные способности ребенка. О том, как важен спорт для здоровья, говорят исследования американских врачей. Обеспокоенные стремительным омоложением сердечно-сосудистых заболеваний, они провели широкомасштабные исследования среди детей и подростков. Результат был впечатляющим. Оказалось, что возраст от 5 до 8 лет является определяющим в плане риска развития у взрослого человека атеросклероза и инфаркта миокарда. Причем, чем активнее ребенок занимался спортом, тем меньше этот риск. Ученые приводят еще несколько веских доводов в пользу регулярных занятий спортом:

- у 30% дошкольников уже намечаются изменения осанки (а в первые годы школьных занятий этот показатель увеличивается до 65%);

- более 30% детишек весят больше, чем положено. А ведь известно, что детское ожирение победить очень сложно;
- от 20 до 25% малышей уже имеют нарушения кровообращения по типу вегетососудистой дистонии;
- 40% детишек регулярно жалуются на боли в спине.

Чем же полезно плавание? Наверное самым интересным в плавании, есть воздействие на организм: оно повышает работоспособность, увеличивает выносливость, укрепляет сердечно-сосудистую систему и опорно-двигательный аппарат.

В отличие от тренировок все в том же тренажерном зале, где приходится что то поднимать, подтягиваться, отжиматься или приседать, плавание является наиболее щадящим видом спорта, так как абсолютно не нагружает суставы и скелет человека. Как следствие никаких травм связанных с перегрузками скелета быть не может.

При постоянных занятиях плаванием происходит закаливание организма, улучшается терморегулятивная функция, укрепляется иммунитет, а также нервная система, спокойнее становится сон, повышается аппетит и общий тонус организма. Особенно плавание рекомендуется тем, у кого, в основном, сидячий образ жизни. Горизонтальное положение во время заплыва облегчает возврат венозной крови в сердце, предотвращая венозный застой. Вот почему плавание является отличным способом борьбы с варикозным расширением вен, хроническими тромбофлебитами ног.

Регулярные занятия плаванием стимулируют газообмен в легких больше, чем гимнастика: увеличивается объем работы диафрагмы за счет большей глубины и частоты дыханий. Специалисты в области физиологии утверждают, что просто постояв в воде в течение 3-5 мин при температуре 24°C, можно увеличить глубину дыхания вдвое, а обмен веществ на 50-75%. Поэтому плавание – незаменимый вид физической активности для тех, кто страдает от избыточного веса.

Напоследок хотелось бы сказать: если вы не верите, и до сих пор думаете, что плавание не настолько эффективно как любые силовые упражнения, попробуйте хотя бы месяц-другой походить в бассейн, или, если есть возможность, на ближайший водоем. Результат не заставит себя ждать.

Основная часть

Результаты анкетирования показали что 17(34%) из 50 детишек не занимаются спортом, из них 6(12%) увлечены искусством и 7(14%) ничем не занимаются, из них 4(8%) не занимаются ничем в связи с тем, что в секции берут с 7летнего возраста. 14(28%) занимаются плаванием. 19(38%) занимаются другим видом спорта, такие как: лёгкая атлетика, теннис, бадминтон, аэробика, бокс, туризм, борьба, футбол, бадминтон и др.

И все 100% родителей ответили, что хотели бы, чтобы их дети занимались плаванием для оздоровления, и только 9(18%) для достижения результатов.

Подобных исследовательских работ не найдено.

Вывод

100% родителей хотят чтобы их дети умели плавать, для здоровья, но только 28% из них занимаются плаванием, а 18% продолжают спортивную карьеру для выполнения взрослого разряда.

Ни в коем случае нельзя сбрасывать со счетов его склонности и бороться с природой, пытаясь на свое усмотрение "улучшать" ребенка. Попробуйте выявить и развить все позитивное, что досталось ему от рождения. Не бойтесь экспериментировать: не стоит корить малыша, если он, полгода прохоронив в секцию, вдруг решительно откажется продолжать занятия. Сначала попробуйте разобраться в ситуации. Возможно, дело не в самом спорте, а в социально-коммуникативных отношениях внутри коллектива.