

ПРОУЧВАНЕ ФИЗИЧЕСКАТА АКТИВНОСТ НА УЧЕНИЦИ V-VIII клас - гр. ПлевенТ.Мегова¹, И.Борисов², Н.Михайлова¹, Д.Тодорова¹, К.Николова¹, Г.Хитова³¹ Катедра "Медицинска рехабилитация, ерготерапия и спорт" при МУ – Плевен² Клиника по ортопедия и травматология при УМБАЛ – Плевен³ СОДГ "Теменуга"**Резюме:**

Физическото възпитание и спортът са социално значими фактори за здравето, правилното развитие на подрастващите и подготовката им за пълноценна реализация в съвременното общество. Съгласно Хартата на СЗО от 2006г и Платформата за действие на ЕС от 2005, насърчаване на здравословното хранене, физическата активност е приоритет за подобряване и превенция на здравето не само на населението на 27-те страни членки а на всички хора по света.

ЦЕЛ: Да се проучи физическата активност на децата от 11 до 14г в и извън училище, както и предпочитанията и самооценката на физическата им натовареност в учебното и свободното им време.

МАТЕРИАЛ И МЕТОДИ: За периода 2006-2007 проведохме социологическо проучване сред 546 ученици от у-ще "Цветан Спасов" – Плевен. Използвахме социологически методи (анонимна групова анкета) и статистически методи (програми SPSS v.11.1. и MS Excel).

РЕЗУЛТАТИ: От анкетираните ученици 40,7% са момчета и 59,3% са момичета. Установихме, че е по-малък относителния дял на децата, занимаващи се с физическа дейност извън училище – 35(43,8%) в сравнение с тези, които не се занимават – 45 (56,3%). Обичат да спортуват 87,3% и се занимават със спорт в свободното си време – 66,2%. Настоящото си физическо натоварване оценяват като добро 33 (41,3%), задоволително – 29(36,3%). Умора при по-интензивни физически усилия чувстват 50% от анкетираните. Недостатъчни са часове по физическо възпитание в училище според 47(59,5%) от учениците.

ИЗВОДИ И ЗАКЛЮЧЕНИЕ: Близко ¼ от анкетираните деца оценяват физическата си натовареност като лоша. Повече от половината деца смятат че часовете по "Физическо възпитание" не са достатъчни. По-голямата част от анкетираните имат положително отношение към спорта, но предпочитат други не физически занимания в свободното си време.

Ключови думи: физическа активност, ученици, физическо възпитание

SURVEY OF SPORT ACTIVITIES AMONG SCHOOL-AGE CHILDREN.T.Megova¹, I.Borisov², N.Mihailova¹, D.Todorova¹, G.Hitova^{3*}¹ Medical University – Pleven, Chair "Physical Medicine, Rehabilitation, Ergotherapy, and Sport",² Clinic of Orthopedics and Traumatology – University Hospital – Pleven³ ODG "Temenuga"**Abstract:**

Physical education is significant factor for normal physical growth of children for their good health and preparation for future social activities in our modern society. According to the data of World Health Organization 2006 and Working Platform of EU 2005 for stimulating healthy food nutrition, better physical and sport activity is high priority for health prevention of people all over the world.

The purpose of the research is to find the level of physical activity among 11-14-years old children in Pleven.

The sociological survey was maid among 546 pupils in "Tsvelan Spasov" school during 2006-2007.

Used methods: Sociological (standard questionnaire) and Statistical (ANOVA, χ^2 – test)

Results: Almost ¼ of children mentioned that their sport activity is low. More than half of all kids said that the sport hours in School Syllabus are not enough. Bigger part of children loves sport, but prefers other (not physical) activities in school-free time.

Key words: school-age-children, sport activity, physical education.

Въведение

Развитието на подрастващите във всяко общество е парманентно сложен и динамичен процес, протичащ в определена социална среда. В основата на този процес лежат актуалните изисквания на обществото към подготовката на подрастващите: повишени комплексни адаптационни възможности за устойчива жизнеспособност; здраве и устойчивост към стреса за повишена работоспособност; повишени възможности за саморегулация и самоусъвършенстване. Физическото възпитание и спорта е социално значим фактор за здравето, правилното развитие на подрастващите и подготовката им за пълноценна реализация в съвременното общество. [1] Неоспорим факт е, че днес подрастващите отделят все по-