**ТЕСТЫ ПО СОЦИОЛОГИИ ФКиС**

**ВАРИАНТ № 1**

**1. Укажите наиболее точную формулировку понятия «физическая культура». Физическая культура – это:**

а) специфическая философия жизни, включающая в себя духовное содержание спорта: несет в себе исторический и мировоззренческий потенциал;

б) это особый вид общей культуры Личности и общества, одна из сфер специфической социальной деятельности, основным результатом которой является совокупность материальных, интеллектуальных и духовных ценностей, создаваемых обществом для физического совершенствования людей;

в) составная часть культуры, совокупность общественных целей, задач, форм мероприятий, существенных для физического совершенствования человека;

г) составная часть культуры – компонент социального образа жизни и, одновременно, социальный процесс, где имеет место рациональное использование человеком двигательной деятельности в качестве фактора оптимизации своего состояния и развития, социальной адаптации и физического совершенствования.

**2. Назовите ученого, который, фактически, дал имя науке об обществе и первым ввел в обиход понятие «социология».**

а) Огюст Конт;

б) Никколо Макиавелли;

в) Фрэнсис Бэкон;

г) Эмиль Дюркгейм.

**3. Социология – это:**

а) раздел социальной философии, направленный на изучение практически всех важных для общества социальных проблем и процессов;

б) социальный институт, выполняющий функции трансляции общественно значимых знаний и культурного наследия;

в) комплексная наука, изучающая историю развития и функционирования общества, его социальных институтов и организаций, а также проблемы совместной жизни и деятельности людей;

г) социокультурная система, представляющая собой результат гармоничного взаимодействия культуры, науки, производства, общества и государства;

**4. Кому из античных философов принадлежит изречение: «Человек – мера всех вещей», явившееся, первоначально, фундаментальной основой западноевропейского, светского гуманизма (лат. – humanitas – человечность).**

а) Сократ;

б) Платон;

в) Протагор;

г) Аристотель.

**5. Какая социальная группа в современном обществе, наиболее в полной мере, определяет жизнеспособность нации, является мощным фактором, определяющим благосостояние и стабильность общества?**

а) научно-интеллектуальная элита (ученые), педагоги, инженеры

б) представители финансово-промышленного капитала, государственные служащие

в) спортсмены- олимпийцы, врачи, молодежь, рабочие , крестьяне

г) политическая, дипломатическая и военная элиты страны, спецслужбы.

**6. С точки зрения социологии физической культуры и спорта – спорт – это:**

а) составная часть физической культуры, социальный институт развития, распространения и освоения культуры двигательной активности человека;

б) соревновательная деятельность человека, средство и метод физического и интеллектуального развития Личности, ее двигательной реабилитации и физической рекреации;

в) игровая деятельность, направленная на раскрытие двигательных возможностей человека в процессе соперничества и специальная подготовка к ней.

г) составная часть физической культуры, высокостандартизированнаяигровая и соревновательная деятельность экстремального характера и специальная подготовка к ней, а также специфические межчеловеческие отношения, поведенческие нормы и достижения, связанные с этой деятельностью.

**7. Главной задачей социологии физической культуры и спорта является:**

а) формирование в общественном сознании позитивного отношения к физической культуре и спорту, устойчивых мотивов и ценностных ориентаций населения на физкультурно-спортивную деятельность;

б) анализ противоречий развития олимпийского спорта и массового спорта; укрепление материальной базы физической культуры и спорта; подготовка профессиональных кадров в отрасли «физическая культура и спорт»;

в) формирование у специалистов физической культуры социологического мышления, умения квалифицированно проводить конкретные социологические исследования с целью разрешения социальных противоречий, характерных для современного общества потребления эпохи глобализации;

г) развитие массовости физкультурно-спортивного движения с целью внедрения среди населения нашей страны «здорового образа жизни», успешной социализации индивида и укрепления здоровья граждан, а также – способствовать эффективному решению социальных проблем, возникающих в процессе спортивной деятельности.

**8. Выберите правильный ответ. Объект социологии физической культуры и спорта – это:**

а) тренер и спортсмен;

б) физкультурник и организатор физической культуры;

в) физическая культура и спорт;

г) российские граждане, спортивные клубы и общества.

**9.Выберите правильный ответ. Предмет социологии ФК – это:**

а) изучение исторических предпосылок развития и становления физической культуры как социального феномена современной жизни, механизмов взаимодействия людей в сфере физической культуры и спорта;

б) изучение процесса формирования целостной Личности-гражданина: спортсмена, тренера, физкультурника, руководителя ФК и С, спортивного ученого;

в) создание и развитие теоретических положений науки о спорте и о человеке из мира спорта, получение и систематизация необходимых социальных, информационных носителей ( людей, документов, иных объектов);

г) социальный генезис, социальная роль и социальные функции ФК и С, механизмы взаимодействия людей в сфере физической культуры и спорта, роль и место ФК и С в образе жизни наших граждан;

**10. Физическая культура и спорт приобретают черты социального института:**

а) в XIX веке;

б) в 30-е гг. ХХ века;

в) в середине ХХ века.

**ВАРИАНТ № 2**

**1. Идеал древнегреческого воина, явившегося своеобразным «продуктом» спартанской педагогической системы физического воспитания, это:**

а) древнегреческий, гармонично развитый воин, свободный гражданин, обладающий кроме физической мощи еще и духовностью, чувством прекрасного, красноречием и организованным мышлением;

б) древнегреческий, физически сильный, выносливый воин, свободный гражданин, способный переносить страдания и в битвах могущий выстоять перед любым врагом, и… победить, но малорассуждающий, излагающий свои мысли лаконично, не привыкший вступать в диалог с кем-либо.

**2. В основе идеологии классической «калокагатии», явившейся фундаментальной основой жизни античной Греции, лежит:**

а) остро развитое эстетическое чувство древних греков и их любовь к прекрасному;

б) жажда свободы, политическое соперничество древнегреческих полисов;

в) идея добродетели, чувство меры и состязательность;

г) единство истины, добра и красоты.

**3. Назовите правильно главные жизненные и олимпийские ценности античных греков:**

1.уважение к своим богам и молодежи, эстетическое чувство прекрасного;

2.приоритет общественного над личным, идея общественного блага, чувство меры;

3.автаркия, жажда свободы, состязательность, патриотизм;

4.доблесть, геройство и солидарность граждан (коллективизм);

5.нравственность, духовность, любовь к ближнему.

**4. Укажите правильно эпоху в истории человечества, где произошла роковая подмена в массовом сознании общества подлинно гуманистической формулы античного философа Протагора: «Человек – мера всех вещей» на иную - антропоцентрическую и антихристианскую формулу секулярного гуманизма: «Человек, а не Творец – мера всех вещей», что в дальнейшем стало серьезной причиной бестиализации современного человека, а также многих бед и социально-экономических потрясений человечества в 20-м, да и в 21-м веке:**

а) 11-13 вв. (Средневековье);

б) 14-16 вв. (эпоха Возрождения);

в) 18 век (эпоха Просвещения);

г) 19 век (эпоха Модерна).

**5. Назовите правильно основные постулаты идеологии эпохи Просвещения:**

1.рационализм и секулярный гуманизм;

2.демократизм, исторический оптимизм и индивидуализм,

3.политический радикализм и вера в прогресс;

4.убежденность, что человек, изначально, чрезвычайно добр по своей природе, честен, справедлив и морально чист;

5.христианство - основа существующего миропорядка, отражает истинный образ Бога.

**6. Назовите ученого-философа, перу которого принадлежит рационалистический тезис формулы жизни западноевропейца: «Я мыслю, следовательно существую» (Cogito, ergosum):**

а) Дени Дидро;

б) Джон Локк;

в) Рене Декарт;

г) Жан Жак Руссо.

**7. Укажите главную ошибку, заложенную изначально в мировоззрении ученых-философов эпохи Просвещения (18 век), которая роковым образом , сегодня, негативно влияет на умы и сердца современного человечества и, более того, может стать в будущем причиной планетарной катастрофы человечества:**

а) оптимистическая вера людей в Разум, во всемогущество науки;

б) фанатичная (почти религиозная) вера людей в теорию неумолимости Прогресса (что завтра будет лучше, чем сегодня);

в) отрицание Бога и, намеренно, искусственное противопоставление научного и религиозного мышления; отрицание мистического и религиозного опыта человечества;

г) оптимистичные упования ученых-философов, вместе с людьми эпохи Просвещения, на лучшее будущее с помощью общественного развития и изменения формы государственного устройства.

**8. Назовите русского ученого-философа, чьё знаменитое изречение: «Я стыжусь, следовательно, существую, не физически только существую, но и нравственно… как человек» является, фактически, православной формулой традиционной русской жизни, в которой заключается главное цивилизационное и культурное различие между менталитетом, стилем и образом жизни западноевропейца и русского, православного человека:**

а) Владимир Соловьев;

б) Сергей Булгаков;

в) Николай Бердяев;

г) Иван Ильин.

**9. Древнегреческая цивилизация просуществовала с 1200 г. до н.э. – 146 г. до н.э.. Назовите условия ( факторы) консолидации и стабильности древнегреческого общества городов –полисов в течение, практически, тысячи лет:**

1. идеология «калокагатии», семья, языческая религия, доблесть и геройство воинов;

2.уважение греков к молодежи, действующей власти, сильные армия и флот, демократия;

3.сильная национальная элита, античная гимнастика и агонистика, патриотизм;

4.разумные государственные законы стратегов Солона, Ликурга, Перикла и Клисфена, успехи античных греков в социально-экономическом развитии ( Спарта и Афины);

5.философия, театр, математика, греческая культура, системное образование и общественное воспитание молодежи;

6. автаркия, процедура «остракизма» и объединения древнегреческого и древневосточного миров (эллинизм).

**10. Великий писатель античности Гомер в своем литературном произведении «Одиссея», описывая страдания и мытарства Одиссея – «человека разумного» подводит современного читателя к мысли, что самое главное в жизни для человека, во все времена, и это:**

1. победа в олимпийских играх – спортивная слава и высокий социальный статус гражданина полиса;

2. богатство и победы в великих военных сражениях, где Одиссей вместе с Ахиллом и Агамемноном был в числе победителей знаменитой Трои;

3. любовь бессмертной богини-красавицы «Калипсо» к Одиссею и его любовь к путешествиям и приключениям;

4. умение никогда не сдаваться и находить выход при любых жизненных обстоятельствах; самостоятельность (жить своим умом), вера в себя, в собственные силы и удача (божья благодать), сопутствующая ,как правило, человеку, живущему по 10 – ти заповедям И. Христа;

5. крепкая, здоровая семья, - верная, любящая жена и дети; наличие разумной собственности, позволяющей человеку жить независимо.

**ВАРИАНТ № 3**

**1. Укажите правильно традиционные (основные) болезни российской интеллигенции, не позволившие ей спасти Россию в роковые часы истории и, более того, явившиеся причиной трех государственных переворотов, распада царской России и СССР (планетарная катастрофа) в 20-м веке?!**

а) «европеизм». - перманентная оппозиционность к действующей власти, оторванность от народа, нигилизм, прекраснодушие в стремлении к Идеалу, жажда немедленной справедливости, утрата исторического чутья и связи с исторически прошлым России;

б) болезнь «европейничанья», внутренняя русофобия, безбожие и увлеченность российской интеллигенции идеями Великой французской революции 1789-1793 гг. (либерализм, парламентаризм, народовластие, вера в линейный прогресс, политический экстремизм и т.д.);

в) глупый критицизм, слепая вера в Прогресс и человеческий Разум, эмоциональная неуравновешенность и политическая несамостоятельность российской интеллигенции;

г) незнание отечественной истории и социальной экономики. Нежелание ежедневно и кропотливо заниматься насущными проблемами жизни своего народа, традиционная идеализация Запада и откровенное предательство государственных интересов России.

**2. Физическое воспитание – это:**

а) освоение ценностей физической культуры с целью формирования личности и оздоровления населения;

б) совокупность идей, методов и способов достижения высоких спортивных результатов;

в) процесс, направленный на формирование двигательных навыков и развитие физических и психических способностей;

г) педагогический процесс, содержанием которого является содействие развитию и совершенствованию двигательных возможностей и психических способностей человека,а также формирование физкультурно-образованной личности.

**3. Назовите основные задачи российской системы физического воспитания:**

1. совершенствование физического развития и функциональных систем организма;

2.социальная профилактика здоровья и развития физических качеств в рамках ВФСК «ГТО»;

3.овладение и совершенствование двигательных умений и навыков, формирование здоровой, «физкультурно-образованной» личности на основе Традиции;

4. применение допустимых физических нагрузок, соответствующих паспортному возрасту ребенка и подростка;

5. освоение детьми и подростками здорового образа жизни- «ЗОЖ» и улучшение духовно-нравственной атмосферы в российском обществе.

**4. Общая цель физического воспитания:**

а) социальная профилактика здоровья: формирование, укрепление, коррекция и сохранение здоровья;

б) обеспечить оптимальные ( в соответствии с возрастом) темпы психофизического развития детей и подростков;

в) способствовать образованию и формированию Личности и её физическому совершенствованию;

г) всестороннее, гармоничное развитие социально-зрелой Личности-гражданина на фундаменте ценностей физической культуры и спорта, культурно-исторического опыта и духовно – нравственной Традиии, присущих нашей самобытной восточно-христианской православной цивилизации.

**5. Назовите положения, составляющие основу российской системы физического воспитания:**

1. идейные основы физвоспитания;

2. научно-методические основы;

3. программно-нормативные основы;

4. организационные основы;

5. медико-биологические основы.

**6. Система физического воспитания – это сложившийся в конкретном обществе тип социальной практики, специфической функцией которого является организация и управление деятельностью по…. Назовите эту специфическую функцию.**

а) социальная профилактика здоровья;

б) физическое совершенствование индивида;

в) полноценное развитие физически и психически здоровой личности;

г) обеспечение всестороннего развития человека, гармонично сочетающего в себе здоровье, духовное богатство, моральную чистоту и физическое совершенство.

**7. Общие принципы российской системы физического воспитания:**

а) принцип всемерного содействия всестороннему, гармоничному развитию Личности;

б) принцип прикладности- подготовка человека к семейной жизни, трудовой деятельности и защите Отечества;

в) принцип оздоровительной направленности;

г) принцип физического совершенствования.

**8. Социализация – это:**

а) процесс усвоения индивидом образцов поведения и ценностей, необходимых для успешного функционирования индивида в данном обществе;

б) процесс усвоения индивидом социальных норм и психологических механизмов поведения, характерных для развитого самосознания;

в) процесс усвоения индивидом образцов поведения, психологических механизмов, социальных ролей и жизненно-важных ценностей, традиционных для самобытной российской цивилизации;

г) формирование Личности посредством овладения его многообразными видами и формами деятельности.

**9. Особенностями социализации в спортивной среде являются:**

а) нормальное психофизическое развитие индивида, соответствующее возрасту и полу;

б) замедленные темпы социализации;

в) ускоренные темпы социализации;

г) приоритет физического развития над духовным.

**10. Социальный институт – это:**

а) совокупность общественных отношений, характерных для данного общества;

б) образовательное учреждение, осуществляющее подготовку специалистов в области социологии;

в) организация, выполняющая функцию социальной защиты населения и формирование социально зрелой личности;

г) совокупность норм, предписаний и требований, посредством которых общество регулирует и контролирует деятельность людей в наиболее важных сферах общественной жизни.

**ВАРИАНТ № 4**

**1. Индивид становится Личностью в процессе:**

а) овладения многообразными видами и формами деятельности;

б) усвоения им традиционных духовно-нравственных ценностей и норм поведения;

в) социализации, овладения культурой и направленного воспитания (образования), освоения традиционных жизненных ценностей, социальных ролей и развития самосознания;

г) самосовершенствования, усвоения новых знаний, культуры и общественно полезной деятельности.

**2. Для успешного психофизического развития здорового ребенка, подростка и, в том числе, для развития спортивного таланта важно, чтобы одновременно в жизни ребенка «работали» эссенциальные (незаменимые) факторы развития. Назовите их**:

1. родительское внимание, любовь и ласка;

2.стимуляция физической нагрузкой, адекватной полу, возрасту, уровню физического развития, уровню здоровья;

3.сбалансированное здоровое питание;

4.комфортная социальная среда в семье и школе;

5.медико - психолого- педагогическое сопровождение детей в период учебы;

6.система общественного воспитания (скаутское движение).

**3. Назовите ценности физической культуры:**

1. интеллектуальные ценности: образцы моторной деятельности личности, знание о методах и средствах физического воспитания;

2.ценности двигательного характера;

3.ценности педагогических технологий;

4. мобилизационные ценности (внутренняя дисциплина);

5.валеологические ценности;

6.интенционные ценности (престижность физической культуры и спорта, готовность совершенствоваться в сфере физической культуры);.

7. ценности здорового образа жизни на фундаменте культурно-исторического опыта и духовно-нравственной традиции, присущих нашей самобытной евразийской цивилизации.

**4. «Невозможно устроить мир материи, не устроив мир души. Внутреннее разложение индивидуальной души делает невозможным общественное устроение, а разложение общественной организации ведёт жизнь народа к позору и отчаянию». Укажите автора данной нравоучительной сентенции актуальной, как никогда, и сегодня:**

а) Константин Победоносцев;

б) Иван Ильин;

в) Николай Бердяев;

г) Владимир Соловьев.

**5. Назовите реальные угрозы-вызовы на путях развития международного олимпийского спорта (англо-саксонская модель) в эпоху глобализации:**

1.деидеологизация спорта и политизация спорта,

2. коммерциализация,

3.профессионализация и дегуманизация спорта;

4.проблемы генного допинга;

5.культ подросткового тела среди женщин;

6.киборгизация спорта,

7.угроза ментальному здоровью россиян;

8. неоправданное увеличение, непрерывно, количества новых экзотических для россиян видов спорта в программе Олимпийских игр;

9.деградация человека и расовая дискриминация (по принципу гражданства).

**6. Назовите основные функции физической культуры:**

1.воспитательная, образовательная, оздоровительная;

2. прикладная, спортивная, политическая, научная;

3.профилактика заболеваний и оздоровления населения;

4.реабилитационная и адаптивная;

5.лечебная, эстетическая и этическая;

6.долголетие человека (в том числе творческое).

**7.Назовите основные социальные проблемы развития физической культуры в современной России:**

1.достижение подлинной массовости физкультурно-спортивного движения, когда одна треть населения страны может единовременно заниматься на спортсооружениях;

2.проблема формирования и воспитания физкультурно-образованной личности в российской системе физического воспитания, низкий уровень здоровья и физической подготовленности населения;

3.проблема подготовки в физкультурных вузах качественных специалистов физической культуры, владеющих современными технологиями оздоровления ослабленных детей;

4. низкий уровень зарплат тренеров и преподавателей физического воспитания, а также все ещё низкий уровень государственного финансирования отрасли «физическая культура и спорт» в регионах;

5.слабая материально-техническая спортивная база российских школ;

6.духовно-нравственное нездоровье российского общества, массовая неграмотность родителей в вопросах охраны и укрепления здоровья своих детей – формирование культуры здоровья среди населения страны.

7.неоправданная интенсификация учебного процесса в общеобразовательных школах, 8.частичное разрушение служб школьного врачебного контроля,

9. социальная и имущественная дифференциация общества, снижение уровня и качества жизни россиян в «Переходный» период,

**8. Назовите основные социальные проблемы российского спорта высших достижений:**

1.отставание отечественной тренерской мысли от Запада в теории и методике современной спортивной подготовки,

2. демографический кризис и, как следствие, снижение числа занимающихся в медалеемких видах спорта в нашей стране (плавание, легкая атлетика, спортивная гребля, велоспорт),

3.отток, уход из профессии высококвалифицированных тренеров в другие сферы деятельности;

4.нехватка современных спортивных сооружений в регионах;

5. недостаточное финансирование медалеемких видов спорта (плавание, легкая атлетика, спортивная гребля, велоспорт);

6. плохая пропаганда вышеназванных видов спорта (ТВ, пресса, СМИ),

7.недостаточное внимание региональных спортивных организаций к олимпийским видам спорта,

8. проблема допинга в олимпийском спорте и дегуманизация спорта,

9. проблема социальной адаптации спортсменов после окончания их спортивной карьеры,

10. проблемы детско-юношеского и женского спорта, отсутствие в регионах страны спортивных врачей,

**9. Назовите факторы, позволяющие современным спортсменам улучшать мировые рекорды, установленные раннее:**

1.новые современные методы тренировки,

2.достижения в спортивной физиологии, спортивном питании и релаксации; 3.усовершенствованные спортивные снаряды, современное тренировочное оборудование, спортивные тренажеры; современная спортивная экипировка;

4. достижения спортивной медицины;

5. фармакологизацияи здоровый образ жизни.

**10. Здоровый образ жизни («ЗОЖ») – это:**

а) индивидуальная система разумного, мотивированного поведения человека, основанная на ценностях физической культуры и спорта, традиционных духовно-нравственных ценностях, а также на самодисциплине и самоограничении. «ЗОЖ» - это прежде всего нравственный образ жизни.

б) способ жизнедеятельности, связанный с отказом от вредных привычек и соблюдением режима дня;

в) социально-культурный феномен, выраженный в осознанной и постоянной заботе человека о собственном здоровье как высшей ценности жизни;

г) жизненная позиция, при которой активность индивида выражается в систематических занятиях физическими упражнениями, что позволяет ему быть успешным по жизни.

**ВАРИАНТ № 5**

**1. Назовите правильно следующие виды конкретно- социологических исследований (КСИ):**

1.опрос

2.наблюдение

3.собеседование

4.эксперимент

5.мозговая атака

6.анализ документов.

**2. Адаптивный спорт – это:**

а) спорт, основанный на высоких гуманистических идеалах олимпизма;

б) спорт для лиц с ограниченными возможностями;

в) спорт, направленный на достижение высоких спортивных результатов;

г) социальный институт, задачи которого адаптированы к потребностям конкретного общества.

**3. Массовый спорт – это:**

а) соревнования, проводимые с привлечением большого количества участников, где спортивные результаты не превышают первый взрослый разряд;

б) спорт, основанный на общечеловеческих ценностях и гуманизме;

в) спорт, направленный на достижение относительно высоких спортивных результатов в соревнованиях областного масштаба;

г) это сфера отдыха, социальной профилактики здоровья и психофизической рекреации.

**4. Выберите правильный ответ – с точки зрения социологии физической культуры и спорта спорт высших достижений- это:**

а) составная часть физической культуры, средство и метод физического и интеллектуального развития личности. направленные на раскрытие двигательных возможностей человека в процессе спортивного соперничества;

б) составная часть физической культуры, соревновательная деятельность с риском травм и функциональных нарушений, а также специфические межчеловеческие отношения, нормы и достижения, связанные с этой деятельностью;

в) органическая часть физической культуры, игровая и собственно соревновательная деятельность экстремального характера, направленные на достижения спортсменом максимально высоких спортивных результатов в официальных соревнованиях, и специальная подготовка к ним с риском травм и функциональных нарушений, а также специфические межчеловеческие отношения, нормы и достижения, связанные с этой деятельностью.

**5. Дайте определение конкретно- социологического исследования (КСИ).**

**6. Назовите правильно, что такое генеральная совокупность?**

а) определенная часть объектов, отобранная с помощью специальных приемов для получения информации о всей совокупности целом – в рамках социологического исследования;

б) это всё множество социальных объектов, подлежащих изучению в пределах программы социологического исследования.

**7. Выберите правильный ответ. Анкета состоит из:**

а) четырех частей: вводной, демографической, основной, заключительной;

б) двух частей: вводной, демографической;

в) трех частей: вводной, основной, демографической;

г) это одно целое, не делимое на части.

**8. Определите правильно структуру методологической части программы КСИ:**

1.опросы;

2.зондаж общественного мнения;

3.постановка проблемы;

4. объект исследования;

5.предмет исследования;

6. рабочая гипотеза;

7. логический анализ базовых понятий исследования.

**9. Выберите правильный ответ. Анкетирование – это:**

а) метод получения первичной социологической информации путем письменных ответов респондентов, на систему централизованных вопросов анкеты;

б) метод получения первичной социологической информации путем устных ответов респондентов;

в) метод получения первичной информации.

**10.Выберите правильный ответ. Демографическая часть анкеты – это:**

а) обращение к респондентам;

б) социальные характеристики респондента;

в) вопросы-фильтры.

**ВАРИАНТ № 6**

**1. Укажите правильно формулировку понятия «здоровье», которая наиболее точно отражает философскую и медико-биологическую сущности этого интегрального понятия.**

а) здоровье есть состояние полного физического, духовного (психического) и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов;

б) здоровье есть важнейшая характеристика качества жизни, это способность организма при разных условиях внешней среды автономно и устойчиво сохранять гомеостаз. Здоровье есть способность организма при разных условиях внешней и внутренней среды противостоять процессу дизаптации через преобразования внутри – и межсистемных взаимосвязей и других механизмов саморегуляции органов и систем;

в) здоровье – это состояние, обеспечивающее оптимальную реализацию функций;

г) состояние сохранения и развития биологических, физиологических и психических функций, оптимальной трудоспособности и социальной активности при максимальной продолжительности жизни.

**2. Во второй половине XX века постепенно изменялись акценты и приоритеты в выполнении основных тренировочных занятий в спорте высших достижений, то есть в 50-70 годы XX века это были одни приоритеты в спортивной подготовке, а в 80-90 годы - другие. Укажите ( расположите) правильно эти приоритеты напротив тех временных периодов XX века, которым они (приоритеты) тогда соответствовали.**

А.50-70-е годыXX века **1**.прошли под знаком повышенного внимания к силовым и

особенно скоростно –силовым способностям спортсменов

Б. 70-80 –е годы **2.**ознаменовались резким повышением общих объемов

тренировочных нагрузок в 2-3 раза

В. 80-90-е годы **3.**ознаменовались коммерциализацией и профессионализацией

многих видов спорта

Г.XX1 век 4.акценты в системе спортивной подготовки сместились в

область спортивной психологии, фармакологизации,

спортивного питания и генной инженерии

**3. Выберите правильный ответ- оранжевые и другие «цветные» революции, это результат:**

а) слабости действующей власти, неспособной своевременно и эффективно осуществлять назревшие в обществе демократические, экономические, правовые и политические реформы; бороться системно и эффективно с коррупцией и преступностью в стране, неспособной реально изменить жизнь своих граждан к лучшему (улучшить качество жизни людей).

б) предательства правящей политической и интеллектуальной элитой страны интересов собственного народа, несформированности исторического самосознания граждан, результат их политической незрелости; все большего усиления разрыва между элитами и массами, когда реформы противоречат традиции, носят не добровольный, а принудительный характер.

в) несформированности в стране духовной и национальной элит, болезни «европейничанья» правящей элиты внутри страны и результат мощного дипломатического, морального и финансового внешнего давления коллективного Запада на ту или иную страну, поддерживаемого значительными финансовыми инъекциями Запада в протестную внесистемную оппозицию внутри страны через различные неправительственные общественные фонды и правозащитные организации с целью, в дальнейшем, обрушения страны и государства (политика глобализма);

г) духовно-нравственного кризиса современного общества потребления, негативных особенностей национального характера граждан той или иной страны, что в жажде идеала и немедленной справедливости готовы, не раздумывая, обрушить традиционный уклад своей размеренной жизни, который складывался веками; это следствие идеализации Запада национальной и правящей элитами страны и отсутствия исторической проницательности у правящей элиты и интеллектуалов.

**4. Исторически, «оранжевые» революции 21 века являются повторением сценария Февральской и Октябрьской революций в России 1917 года, инспирированных Западом с целью ослабления православной, самодержавной России - при активной поддержке разрушительных действий Запада, изнутри страны, «пятой колонной» - из российской прозападной либеральной интеллигенции. Трагическая сущность государственного переворота, как результата самопредательства народа и «чужебесия» российской несамостоятельной интеллигенции, метко схвачена в следующей яркой литературной метафоре известного российского философа:**

«Дана нам была красота невиданная.

И богатство неслыханное. Это – Россия.

Но глупые дети всё растратили. Это – русские.

С лязгом, скрипом и визгом опускается над Русскою

Историей железный занавес.

- Представление окончено.

Интеллигентная публика встала.

- Пора одевать шубы и возвращаться домой.

Оглянулись.

Но ни шуб, ни домов не оказалось.

Не оказалось и великой страны –православная империя пала. Всё вдребезги!»

Назовите автора этих актуальных и поучительных для современного российского общества литературных строк?!

а) Николай Бердяев;

б) Василий Розанов;

в) Иван Ильин;

г) Сергей Булгаков.

**5. Чем выше спортивные результаты, тем сложнее адаптация спортсменов в реальной жизни. Назовите благоприятные условия, которые снижают остроту кризиса спортсменов в связи с окончанием их спортивной карьеры.**

**1.**Осознанный подход к концу спортивной карьеры, наличие высшего образования, реальных планов на ближайший период жизни; выбор профессии в сфере физической культуры и спорта;

2.психологическая поддержка и помощь со стороны семьи, друзей, тренера, спортивного клуба; материальная поддержка со стороны отрасли «физическая культура и спорт»;

3.социальная защищенность путем правового обеспечения по медицинскому, пенсионному обслуживанию;

4.привлечение бывших спортсменов к соревнованиям ветеранов, к активному участию в общественно-политической жизни региона (страны), выступлениям перед молодежью;

5.создание специальных фондов, предполагающих материальную поддержку бывших спортсменов; организация работы клубов ветеранов спорта; полноценное страхование спортсменов, пенсионное обеспечение.

**6. Укажите правильно, какие важные социальные проблемы позволяет решить социологическое исследование:**

а) отражение реального состояния социальных процессов, обновление планов и управленческих решений;

б) выяснение ведущих тенденций развития общественных отношений;

в) анализ и обобщение опыта и прогнозирование социальных ситуаций;

г) изучение противоречий и выработка рекомендаций по их преодолению. Обеспечение действенного социологического контроля.

**7. Понятие «Общечеловеческие ценности», наряду с политкорректностью, толерантностью, экуменизмом, «правами человека», свободой и демократией и т.д. являются мощным идеологическим инструментом коллективного Запада по взламыванию любой государственности, что и показали трагические события обрушения изнутри СССР, когда руководитель нашей страны и, одновременно, автор лукавой «Перестройки» М.С. Горбачев постоянно призывал советских граждан приобщиться к «общечеловеческим ценностям». Укажите правильно тот вариант теста, в котором наиболее точно отражена подлинная сущность этого неоднозначного и опасного для россиян понятия- « общечеловеческие ценности».**

а) «общечеловеческие ценности» - это гуманистические ценности, сформировавшиеся на основе христианства в западноевропейской цивилизации в эпоху Модерна, служащие добру, демократии и прогрессу.

б) «общечеловеческие ценности» - это жизненно важные ценности, основанные на неоднозначных философско-религиозных идеях, сформировавшихся в эпоху западноевропейского Просвещения (18 век) на фундаменте протестантизма, рационализма, секулярного гуманизма и идеологии Прогресса, отменивших бытиё личного дьявола;

в) «общечеловеческие ценности» - это, прежде всего, западные цивилизационные ценности, подразумевающие не столько нравственные ценности, основанные на 10-ти заповедях И.Христа, сколько неоднозначные философские идеи и правовые нормы, сложившиеся на Западе в эпоху Просвещения (18 век); это этические нормы, проповедующие равночестность Добра и Зла.

**8. Назовите правильно стандартную структуру вводной части анкеты при социологическом исследовании.**

**1.**сообщение о теме и целях опроса;

2. указание названия учреждения, проводящего опрос (исследование);

3. сведения о значении и использовании результатов опроса;

4. информация о важности достоверных и искренних ответов каждого респондента для общих результатов опроса;

5.соц-демографический блок вопросов, выясняющих личностные характеристики респондента;

6. объяснение техники заполнения ответов на различные виды вопросов.

**9. Назовите заболевания, не относящиеся к социальным болезням, а именно:**

стрессы, гепатит, психостеническиесостояния, алкоголизм, туберкулёз, СПИД, инфаркт миокарда, корь, неврозы, наркомания, грипп, сифилис, герпес, пневмония, синдром хронической усталости, диабет и т.д.

**10. Назовите правильно обособленные направления физической культуры как результат дифференциации физкультурной практики.**

1.адаптивная физическая культура,

2.базовая физическая культура (школьная),

3.гигиеническая физическая культура,

4.лечебно-реабилитационная физическая культура,

5.профессионально-прикладная физическая культура,

6 рекреативная физическая культура,

7.массовая физическая культура.

**Вариант №7**

**1.Какая цель современного физического воспитания в России в 21 веке?**

А. Военно- физическая подготовка молодежи

Б. Спортивная подготовка учащихся

В. Оздоровительная направленность физического воспитания

Г. Физкультурное образование молодежи

**2.Ниже приведены основные факторы и условия, влияющие на динамику спортивных достижений в современном обществе. Назовите из них наиболее решающий и динамичный фактор, непосредственно влияющий на рост спортивных достижений**.

А. Индивидуальная одаренность спортсмена и степень подготовленности к определенному достижению.

Б. Эффективность системы спортивной подготовки, её содержание, организация и материально техническое обеспечение

В. Размах спортивного движения и общие социальные условия его развития в стране.

Г. Продуманный календарь спортивно- массовых мероприятий Госкомспорта РФ.

**3.Какими факторами определяется «культура здоровья»?**

А. Когнитивный

Б. Ценностный.

В. Поведенческий.

Г. Ментальность.

**4.Какой из ниже перечисленных является основным фактором здоровья человека и общества?**

А. Образ жизни.

Б. Здравоохранение.

В. Генетика.

Г. Экология.

**5.Объективно, глобализация это:**

А. Объективный процесс в современных международных отношениях, высший этап интернационализации, основанный на развитии информационных технологий, обмене научными достижениями.

Б. Транформация финансовых рынков, оптимизация и интеграция экономик различных стран, распространение демократических институтов.

В. Вестернизация культуры, включая американскую экспансию. Один из этапов развития капитализма, когда не национальные элиты, а масонские ложи, клубы, наднациональные структуры и ТНК руководят другими странами. Глобализация – это фактически, форма ведения США перманентной гибридной и сетевой психо-информационной войны против России с целью завоевания мирового господства.

Г. Неоднозначный, своекорыстный проект Финансового Интернационала по разрушению духовно-нравственного пространства цивилизаций, сопровождающийся в 20-21 вв. фальсификацией истории, утратой суверенитета, расизмом, крайним национализмом, экономическим и политическим хаосом в периферийных странах и их обнищанием.

**6.Проблемы олимпийского спорта 21 века.**

А. Политизация спорта.

Б. Коммерциализация спорта.

В. Повышенный травматизм.

Г. Фармакологизация( проблема допинга).

**7.Назовите демократическую процедуру в Античной Греции препятствовавшую в эпоху расцвета Афин превращению демократии в диктатуру, а в эпоху упадка города- полиса, ставшую инструментом манипулирования в руках политиков – карьеристов по изгнанию из страны её лучших граждан, например, жены Перикла –Аспазии, скульптора Фидия, полководца Фемистокла и др.**

А. Энтелехия.

Б. Экихерия.

В. Остракизм.

Г. Эллинизм.

**8.Исторически, правопреемником какой цивилизации на идеологическом, ментальном, ценностном и культурологическом уровне является наша Россия?**

А. Романо-германской.

Б. Греко-византийской.

В. Западно - европейской.

Г. Римско-католической.

**9.В чём основные причины (-а) провального выступления российской олимпийской сборной на зимней Олимпиаде -2010 в г. Ванкувере ( Канада)?**

А. Стратегический просчет руководства Министерства спорта, туризма и молодежной политики РФ при четырехлетней подготовке к олимпийским играм - акцент, в основном, был сделан на развитии пяти видов ( хоккей, фигурное катание, биатлон, лыжные гонки, конькобежный спорт) из 15 олимпийских видов спорта, включенных МОК в олимпийскую программу Игр.

Б. Межведомственная разобщенность, многолетняя борьба – «перетягивание каната» между Минспорта РФ и ОКР в вопросах подготовки и участия спортсменов в олимпийских играх ( кто и за что отвечает).

В. Коррупция, безответственность, отсутствие патриотизма среди спортивных чиновников, участвовавших в подготовке нашей олимпийской сборной к Играм.

Г. Неуважительное отношение спортивных чиновников к тренерам, работающим с олимпийцами, юридическая безграмотность управленческой элиты от спорта и тренеров в вопросах Международного спортивного права, незнание российскими тренерами иностранных языков.

**10.Кого из античных героев Греции можно реально отнести к всесторонне развитой гармоничной личности?**

А. Царь Итаки - Одиссей.

Б. Сын бога Зевса- Геракл.

В. Государственный деятель Афин - Перикл (Vв до н.э.).

Г. Неоднократный чемпион олимпийских игр по бегу Леонидас с острова Родос.

**Вариант №8**

**1.Главной составляющей здоровья является:**

А.Качество продуктов**.**

Б.Экология.

В.Доступность и качество квалифицированной медицинской помощи.

Г. Образ жизни.

**2.Раскройте подробнее суть понятия « калокагатия»?**

А. Священное перемирие перед олимпийскими играми.

Б. Спортивные сборы перед олимпийскими играми.

В. Процедура поклонения олимпийцев языческим богам.

Г. Идеология истины, добра и красоты.

**3.Назовите главную, истинную причину гибели древнего Рима, православной**

**Византии, царской России и Красной империи –СССР.**

А. Недостаточное финансирование Армии и Флота.

Б. Раскол среди политической, военной и экономической элиты на западников и

государственников, предательство элитой интересов народа.

В. Несформированностьисторического и национального самосознания римлян,

ромееев и российской молодежи в эпоху цивилизационного упадка.

Г. Духовный кризис национальной, правящей элит и общества.

**4.На олимпийских играх 1964 года в Токио и 1968 года в Мехико олимпийская сборная СССР заняла 2-е место в неофициальном командном зачете после олимпийской сборной США, а затем вдруг произошел коренной перелом в пользу СССР - в течение последующих 15 лет советскими спортсменами были выиграны подряд три летних и три зимних Олимпиады. В чем основная причина наших успехов в олимпийском спорте в этот период времени?**

А. Руководством страны была восстановлена вертикаль власти в спорте высших достижений, а именно: власть от «Союза спортивных обществ и организаций СССР» (общественная организация) перешла к Государственному комитету физической культуры и спорта СССР.

Б. К Играм Олимпиады 1972 года в практику были внедрены подробные планы подготовки в каждом виде спорта, включенному в олимпийскую программу; начался выпуск отдельных методических рекомендаций для тренеров сборных команд страны.

В. Были созданы в стране специализированные спортивные базы, в том числе и в Среднегорье. К Играм Олимпиады 1976 года специалистами, тренерами и спортивными учеными стали разрабатываться «Целевые комплексные программы» - ЦКП, а к Олимпиаде -80 - «Концепция подготовки к очередным Играм Олимпиады».

Г. В пассинарной личности талантливого организатора советского спорта С. П. Павлова- председателя Госкомспорта СССР; в созданной - по его инициативе - централизованной системе подготовки к олимпийским играм, когда лучших спортсменов страны собирали в одном месте и их тренировали по единой, апробированной методике.

**5. Назовите любимое литературное произведение великого полководца античности Александра Македонского.**

А. Илиада.

Б. Одиссея.

В. Государь.

Г. Фауст.

**6.Кто из действующих ныне членов Международного олимпийского комитета от России является долгожителем в этих структурах?**

А. Александр Жуков.

Б. Виталий Смирнов.

В. Шамиль Тарпищев.

Г. Елена Исинбаева.

**7.В последние годы обострилась острейшая проблема современного олимпийского спорта- травматизм. Назовите основную причину или причины этого негативного явления в российском спорте высших достижений.**

А. Большие объемы тренировочной работы в течение года и , следовательно, физические и психические перегрузки спортсменов.

Б. Коммерциализация в спорте высших достижений – резко возросший объем соревновательной деятельности.

В. Низкий профессиональный уровень подготовки спортивных врачей, отсутствие в регионах необходимой современной медицинской аппаратуры.

Г. Наше отставание от Запада в научно-методическом и медико-биологическом обеспечении олимпийской подготовки.

**8**.**С 1996 года олимпийская сборная России утратила лидерство в Международном олимпийском движении, уступив пальму первенства олимпийской команде США . Назовите главную причину сложившейся ситуации в олимпийском спорте.**

А. Возросшая спортивная конкуренция со стороны других стран, в том числе, Китая, Японии, Алжира, Туниса, Кении, Марокко, Эфиопии, Мозамбика и др.

Б. Неоправданная (со стороны МОК) постоянное расширение программы олимпийских игр за счет видов спорта нетрадиционных для России, давление американских представителей на судейский корпус в тех видах спорта, результаты в которых определяются субъективными оценками судей.

В. Низкий уровень финансирования российской спортивной науки, утрата Россией (после распада СССР) значительной части современных баз олимпийской подготовки, массовый отток для работы за рубежом наших квалифицированных тренеров.

Г. Распад СССР (планетарная катастрофа), развал российской экономики и разрушение государственной системы управления советским спортом; утрата нашего постоянного представительства в международных спортивных организациях, разрушение в нашей стране института спортивных врачей.

**9.Ниже, в хаотичном порядке, приведен ряд показателей, влияющих на уровень спортивных достижений стран на Олимпийских играх. Проранжируйте правильно, то есть, расставьте сверху - вниз эти показатели (в порядке снижения тесноты корреляционной связи).**

1. Численность населения.

2. Удельный вес городского населения.

3.Доля грамотного населения.

4.Средняя продолжительность жизни.

5. Калорийность питания.

6.Уровень национального дохода на душу населения.

**10.С 1952 года и по 1968 год ( пять Олимпиад подряд) советские легкоатлеты – спринтеры регулярно проигрывали американцам в финальных забегах на 100м и 200 м, но на Олимпиаде 1972 года в Мюнхене советский спринтер Валерий Борзов выиграл у американцев в финале бег на дистанциях 100 м и 200 м! Назовите причины столь оглушительного успеха нашей советской школы спринтерского бега.**

А. Акцент в спортивной подготовке был сделан на развитие скоростно-силового потенциала советских спринтеров с помощью силовых упражнений из арсенала тяжелоатлетов (жим, рывок, толчок штанги, становая тяга, приседания с максимальным весом), не только в подготовительном периоде, но и на некоторых этапах соревновательного периода, что способствовало развитию мощности в стартовом разгоне за счет развития взрывной силы.

Б. Очень большое внимание советские спортсмены (по примеру западноевропейцев) стали уделять длинному спринту, многократно пробегая отрезки по 200 м и более, причем бег с высокой интенсивностью доходил до 50% от общего годового объема спринтерского бега – 900 км. Такая интенсивная подготовка позволяла существенным образом развивать качество скоростной выносливости спринтера.

В. В спортивной подготовке спринтеров (начальный этап) детскими тренерами широко применялась многоборная подготовка и разнообразные спортивные игры. На этапе спортивного совершенствования каждое занятие у тренера В.В. Петровского посвящалось лишь одной задаче – совершенствованию. скорости или скоростной выносливости, причем В.В. Петровский использовал три режима чередования упражнений с отдыхом. Основное отличие их друг от друга было в том, что повторение скоростных пробежек начиналось в различные периоды реабилитации Валерия Борзова - в фазах пониженной или повышенной работоспособности.

Г. Для эффективного управления тренировочным процессом тренером В.В. Петровским была создана специальная таблица оценки беговой подготовленности спринтера, позволявшая установить в процессе тренировки недоработки в технике или отставание в развитии физических качеств (быстроты, выносливости, скоростной выносливости) спринтера и внести коррективы в тренировочный процесс.

**ВАРИАНТ №9**

**1.Кого мы можем назвать Личностью?**

А. Личность – это целостность социальных свойств, на основе устойчивости психических свойств Личности.

Б. Личность- это продукт общественного развития, проявляющийся в социальной активности.

В. Индивид становится личностью при включении в систему общественных отношений.

Г. Индивид становится личностью в процессе социализации, развития самосознания и овладения культурой.

**2. Личность состоит из четырех основных подструктур и это: направленность личности, опыт, особенности психических процессов личности и биопсихические свойства личности. Вам необходимо напротив каждой из вышеназванных подструктур личности проставить (правильно) их расширенное истолкование, которое здесь указано в произвольной форме.**

А. Направленность личности 1. Навыки и знания

Б. Опыт 2. Мировоззрение, интересы, убеждения

В. Особенности психических 3.Темперамент, особенности нервной

процессов системы

Г. Биопсихические свойства Л. 4. Внимание, память, мышление.

**3.Какая социальная группа в современном обществе, наиболее в полной мере, определяет жизнеспособность нации, является мощным фактором, определяющим благосостояние и стабильность общества?**

А. научно-интеллектуальная элита (ученые), педагоги, инженеры

Б. представители финансово-промышленного капитала, государственные служащие,врачи

В. спортсмены-олимпийцы, тренеры, молодежь, рабочие, крестьяне

Г. политическая, дипломатическая, военная элиты страны, спецслужбы

**4. При организации физического воспитания необходимо соблюдать следующие принципы. Назовите их.**

1. ребенок должен получать радость, удовольствие от двигательной активности;

2.обеспечение гармоничного развития личности ребенка, а не только физического совершенствования;

3.применение физических нагрузок , соответствующих биологическому возрасту ребенка;

4.игровая форма обучения;

5.применение допустимых физических нагрузок, соответствующих паспортному возрасту;

6.необходимо развивать психофизические качества ребенка в соответствии со знанием сенситивных периодов их развития.

**5. Современный капитализм эпохи глобализации, это:**

1. Тип социально-экономической системы, общими признаками которой, как правило, считаются: частная собственность на средства производства, конкуренция, стремление к максимальной прибыли, свободный рынок и наёмный труд большей части населения. Капитализм – это рост материального благосостояния и социальная защищенность граждан, духовный рост индивидуума, широкая возможность для творчества и развития личности; расцвет науки, культуры, искусства и промышленности. Соблюдение международного права странами «золотого миллиарда».
2. Экологическое неблагополучие окружающей среды, что влечёт кардинальное изменение климата на планете Земля. Размывание коллективной идентичности россиян,деградация личности и оглупление масс в странах третьего мира.
3. Нарастание хаоса в капиталистическом обществе, постоянно повторяющиеся финансовые и экономические кризисы, религиозные войны, расизм, воровство, коррупция, рост поляризации и социальной дифференциации общества (обнищание масс), наступление на права трудящихся в периферийных странах.
4. Депопуляция населения и деиндустриализация стран третьего мира, к которым Администрация США относит и Россию, наступление глобальной (англосаксонской) элиты на традиционные базовые ценности россиян, сатанизм, богоборчество, русофобия.
5. Уничтожение Мировой элитой любого, иного государства, не относящегося к странам «золотого миллиарда» и отодвигание от руля власти национальных элит в странах третьего мира; пренебрежение Администрацией США международным правом, т.е. «право сильного».
6. «Новый мировой порядок» с доминированием в мире одной страны – США и реальная угроза для человечества Третьей мировой войны, причем, ядерной.

**6.Каково должно быть оптимальное соотношение различных видов двигательной деятельности для занимающихся на занятиях по физвоспитанию в основной медгруппе, в общеобразовательной школе? Укажите правильный вариант этих соотношений в двигательной деятельности.**

А. Упражнения ОФП – 20%, циклические упражнения на выносливость – 40%, элементы спортигр - 30%, специальные корригирующие и реабилитационные упражнения -10%.

Б. Упражнения ОФП – 10%, циклические упражнения на выносливость – 20%, элементы спортигр -30%, специальные корригирующие и реабилитационные упражнения -40%.

В. Упражнения ОФП – 20%, циклические упражнения на выносливость – 30%, элементы спортигр -30%, специальные корригирующие и реабилитационные упражнения -20%.

Г. Упражнения ОФП – 30%, циклические упражнения на выносливость – 30%, элементы спортигр -20%, специальные корригирующие и реабилитационные упражнения -20%.

**7.Физиологически эффективным для школьников основной медицинской группы является урок физической культуры с показателями: моторная плотность урока, максимальный прирост пульса ( к исходному-ЧСС), восстановление ЧСС после физической нагрузки. Укажите правильный вариант вышеназванных показателей.**

А. Моторная плотность урока - 80%, максимальный прирост пульса (к исходному-ЧСС) - 110%, восстановление ЧСС на 3-й минуте после физической нагрузки.

Б. . Моторная плотность урока - 60%, максимальный прирост пульса (к исходному-ЧСС) - 50%, восстановление ЧСС на 5-й минуте после физической нагрузки.

В. . Моторная плотность урока- 80%, максимальный прирост пульса (к исходному-ЧСС) - 110%, восстановление ЧСС на 7-й минуте после физической нагрузки.

Г. . Моторная плотность урока-50%, максимальный прирост пульса (к исходному-ЧСС) - 100%, восстановление ЧСС на 6-й минуте после физической нагрузки.

**8. Согласно знаменитого изречения французского полководца Наполеона успех человека по жизни обеспечивают четыре важных психофизических качества человека, причем, вкупе, все эти четыре качества должны составлять квадрат, все стороны которого равны ( «квадрат Наполеона»). Назовите правильно эти качества человека, ведущиеего к успеху.**

А. Интуиция, озарение, умение предвидеть, эрудиция.

Б. Интеллект, образование, эмоциональная сбалансированность, совесть.

В. Ум, отвага, сила характера, талант.

Г. Инициативность, самостоятельность, любознательность, целеустремленность.

**9.Назовите правильно критерий или критерии взрослости молодого человека.**

1. Достижение значимого социального статуса в обществе, сформированность национального самосознания.
2. Достижение полной (материальной, психологической и трудовой) независимости.
3. Способность не только к деторождению, а и способность вырастить и воспитать своих детей.
4. Способность к творческому вкладу во все отрасли знания, образования и культуры, способность к духовному росту и самосовершенствованию.
5. Способность планировать собственную жизнь и вносить в неё коррективы в зависимости от меняющихся жизненных обстоятельств.
6. Уважительное отношение к родителям, отечественной истории и культуре.
7. Соблюдение общепризнанных моральных норм поведения в обществе.
8. Амбициозность, закрытость для других людей, постоянная внутренняя удовлетворенность собой, своим внутренним миром.

**10.Что несовместимо с понятием здоровья?**

1. Вандализм.
2. Пользование компьютером.
3. Игровая зависимость.
4. Алкоголизм, наркомания.
5. Пренебрежение учебой , знаниями, отечественной историей, культурой.
6. Неуважительное отношение к родителям и педагогам.
7. Тяготение родительским домом.
8. Гендерное поведение.
9. Богоборчество и эстетизация смерти.
10. Иррациональное, рискованное поведение за гранью здравого смысла и обще- принятых норм морали.

**ВАРИАНТ №10**

1. **Предложите алгоритм разработки системы управления спортивной подготовкой высококвалифицированных спортсменов к ответственным стартам.**
2. **Сегодня мы подошли к новой эпохе – эпохе, в течение которой много меняется, главным образом, - мировоззрение, а чем характерна эпоха , в которой мы живем?**
3. **В настоящее время в Ростовской области насчитывается 35% физкультурников от общего количества населения района.** Какие бы вы – на уровне Министра спорта РО – предприняли меры (в комплексе), чтобы число систематически занимающихся физической культурой и спортом в Ростовской области в ближайшее четырехлетие достигло 40%?
4. **Какое важное условие ( правила) необходимо соблюдать в процессе формирования личности, чтобы физическая культура и спорт были действенным, эффективным инструментом её успешной социализации?**
5. **Ролевая игра – необходимо провести социологическое исследование с целью выяснения степени эффективности деятельности Администрации г. Ростова-на-Дону в сфере молодежной политики, физической культуры, спорта, отдыха и туризма. Вашей задачей является определение путей и средств разрешения возникшей в этой связи проблемы массового приобщения населения к здоровому образу жизни.**
6. Определитесь, что здесь является объектом и предметом исследования.
7. Дайте определение выборочной совокупности, составьте каточку выборки.
8. Кроме того, сформулируйте гипотезы социологического исследования на эту тему и основные задачи исследования.
9. **В рамках ролевой игры, в соответствие с вышеуказанным социологическим исследованием по проблеме приобщения населения Ростовской области к здоровому образу жизни, вам необходимо – в соответствии с выдвинутыми ранее гипотезами и задачами исследования - составить блок вопросов к респондентам в форме интервьюирования по месту работы (метод эксперт-опроса).**
10. **Анализ развития физической культуры и спорта в зарубежных странах, в России, а также анализ суждений и мнений о значимости спорта в современном мире представителей международных спортивных объединений показал, что успешность развития физической культуры и спорта в государстве необходимо оценивать по показателям социально-экономического развития общества, по реализации социальных, экономических, политических, международных, трудовых, военных, образовательных, воспитательных, культурных, оздоровительных и иных функций.** О каких конкретно показателях здесь идёт речь?
11. **При каких условиях достигается преемственность культуры? Почему «культура постмодернизма» не способна вывести современного человека из системного кризиса?**
12. **Какие меры на государственном уровне вы предпримите в масштабе региона , страны, чтобы нейтрализовать воспроизводство «культуры нездоровья»?**
13. **Как и что на ваш взгляд, необходимо уже сегодня изменить в действующей в России системе физического воспитания, чтобы кардинально улучшить здоровье российских детей, подростков и молодежи в ближайшие пять лет?**

**Ключ к контрольным тестам по социологии физической культуры и спорта.**

**Вариант №1** 1-Г; 2-А; 3-В; 4-В; 5-Г; 6-Г; 7-Г; 8-В; 9-Г; 10-Б.

**Вариант №**2 1-Б; 2-Г; 3 – (1,2,3,4); 4-Б; 5- (1,2, 3,4); 6-В; 7- В;8 -А; 9-(1,2,3,4,5);10- (4,5).

**Вариант№3** 1-Б; 2-Г; 3- (1,2,3,5); 4-Г; 5-(1, 2.3,4);6-Г; 7-А, Б,В;8-В; 9-В; 10-Г.

**Вариант №4** 1-В; 2- (1,2,3,4, 6); 3- ( 1-7);4-Б; 5- (1-9);6-(1-6); 7- ( 1-9); 8- (1-10); 9- (1-5);10- А.

**Вариант №5** 1- (1,2,4,6); 2-Б; 3- Г; 4-В;

5- КСИ- это система теоретических и эмпирических процедур, способствующих

получению нового знания об исследуемом объекте с целью практического

решения социальных проблем;

6 – Б;7- В; 8- (3,4,5,6,7);9- А; 10- Б.

**Вариант №6** 1- Б;2- (А-2, Б-1, В-3, Г- 4); 3- ( 1-5); 4- Б; 5- (1-5); 6- А,Б, В, Г; 7- Б,В;

8- (1,2,3,4,6); 9-корь, пневмония, инфаркт, грипп; 10- (1-6).

**Вариант №7** 1-Г; 2-Б; 3-А,Б,В; 4 –А; 5-В,

Г; 6-А,Б,В,Г; 7-В; 8-Б; 9-А; 10-В.

**Вариант №8** 1-Г; 2-Г; 3-В,Г; 4-Г; 5-А; 6-Б; 7-А,Б,В,Г; 8-Г; 9-(6,5,4); 10- А,Б,В,Г.

**Вариант№9** 1-Г; 2-(А-2,Б-1,В-4,Г-3); 3-Г; 4-(1,2,3,4,6); 5- (2-6); 6-А; 7-А; 8- В; 9- (1-7);

10- (1,3,4,5,6,7,9,10).

**Вариант №10.**

1. Алгоритм разработки системы подготовки высококвалифицированных спортсменов к ответственным стартам представляет собой следующие операции: постановка цели, прогнозирование спортивных достижений, моделирование состояний и уровней подготовленности, программирование соревнований, тренировки и направленное восстановление работоспособности; комплексный контроль.

**Примечание:** особое внимание здесь следует уделять разработке моделей сильнейшего спортсмена (модельные характеристики), имеющих три уровня показателей соревновательной деятельности, мастерства спортсмена, отдельных аспектов подготовленности, обеспечиваемых развитием основных функциональных систем организма.

1. **Мы, здесь и сейчас, живём в эпоху постмодернизма для которой характерно:**

* существенное влияние религиозного фактора в жизни современных обществ по всему миру, а в нашей стране это возрождение православной веры;
* глубокий кризис идентичности, охвативший западное общество;
* ценностный разрыв между Россией и странами западной цивилизации;
* экстремизм и терроризм (радикальный ислам) как ответ на вызовы радикального секуляризма;
* защита Россией христиан на Ближнем Востоке; возрождение Православия в России;
* абсолютизация современным человеком веры в технологию (квазирелигия),которая сегодня пришла на смену вере в Прогресс;
* роботизация и автоматизация производственных и бизнес- процессов, сопровождающаяся дегуманизацией общественных отношений;
* социальная и имущественная дифференциация общества, разобщение людей; ценностная дезориентация людей и, как следствие, демонстрация (всё чаще) молодёжью - асоциальных моделей поведения;
* проблема неравномерного социально - экономического развития, во-многом, порожденного несправедливыми международными экономическими отношениями; попытка глобалистов разделить человечество на две расы - одним (англосаксам) предрекается величие сверхлюдей - господ, а другим - судьба подчиненных рабов («Новый мировой порядок»);
* столкновение транснационального, радикального секулярного глобалистского проекта («Новый мировой порядок») одновременно со всеми локальными цивилизациями; причём, это борьба проходит не столько по границам, разделяющим государства и регионы, сколько, внутри стран и народов – в том числе и внутри нашей страны;
* использование англосаксами олимпийского спорта в качестве инструмента «политики сдерживания» России, Китая, Ирана, Северной Кореи и других стран;
* эпоха постмодернизма – это эпоха цветных революций, расчеловечивания человека, экономических санкций, финансово-экономического кризиса, эпоха разрушения существующего, - со времён Ялты и Потсдама,- миропорядка, постоянное нарушение англосаксами Международного права и реальная угроза для человечества III-ей Мировой войны;
* кризис семьи, крайности ювенальной юстиции, противопоставляющей защиту прав детей интересам семьи, которая как раз и является главным механизмом передачи Традиции.

1. **Ответ:**

**3.1.**

* + Увеличить ежегодное финансирование отрасли «физическая культура и спорт» с 0,6% до 1,5-2% от консолидированного областного бюджета Ростовской области.
  + Для повышения массовости занятий физической культурой и спортом и оздоровления населения ростовской области перераспределить расходы государства на развитие спорта высших достижений и массового спорта, хотя бы в пропорции 60:40, а не как сейчас 90:10.
  + Министерство спорта ростовской должно добиться положительного решения от Администрации области решения проблемы увеличения до четырех занятий в неделю количества уроков по физической культуре в младшем школьном возрасте 7-10 лет (это 1-4 классы), а в старших классах повсеместно во всех образовательных школах ростовской области довести число занятий по физвоспитанию до 3-х( трех) в неделю;
  + Необходимо создание в ростовских школах и вузах оптимальных условий для формирования ценностного отношения у детей и подростков, у студенческой молодежи к своему здоровью, к физической культуре за счёт расширения у учащихся и студентов на уроках физвоспитания индивидуальных знаний по сбалансированному здоровому питанию, гигиене тела и психики человека, освоению понятий о тренировочных нагрузках, средствах и методах развития физических качеств ( эффективный тренировочный процесс), об основных элементах нравственного, здорового образа жизни.
  1. Сегодня необходимо формировать в семье и на уроках физвоспитания в образовательных учреждениях «физкультурнообразованную личность», способную в дальнейшем самостоятельно управлять своим психофизическим состоянием, а для этого ведущей идеей для специалистов должна сегодня стать модернизация в Ростовской области содержания общего среднего образования в сфере физической культуры, означающая его перевод с ярко выраженного акцента на физическую подготовку к сбалансированному воздействию как на двигательную, так и на психическую функции, интеллектуальный и двигательный компоненты физической культуры школьников. Учебный процесс, тем самым, будет эффективно способствовать достижению стратегической цели- формированию физической культуры личности, повышению уровня физической культуры населения области. В этой связи представляется очень конструктивной и плодотворной идея профессора В.П. Лукьяненко (Ставрополь) о трех видах учебных занятий в школе: теоретических, инструктивно- методических и практических. Ещё в XIX веке о физкультурном образовании российской молодежи мечтал отец-основатель российской системы физического воспитания П.Ф. Лесгафт. Эту замечательную идею нашего великого соотечественника надо реализовать в 21 веке.

**3.4** С целью формирования социально- зрелой личности, укрепления её индивидуального здоровья и приобщения детей и подростков к нравственному здоровому образу жизни необходимо при образовательных учреждениях Ростовской области организовать родительский ликбез по физкультурному образованию родителей, а также по проблеме воспитания в эпоху глобализации целостной, социально-зрелой (качественной) личности – гражданина;

**3.5**. Государственная статистика неумолимо свидетельствует, что на 2019 год 12 тысяч российских школ из действующих 40 тысяч школ нуждаются в ремонте спортзалов, а 4,5 тысяч российских школ вообще не имеют спортзалов; количество бассейнов в России сегодня составляет всего 12 %( было недавно7%) от социальной нормы; такая негативная тенденция имеет место быть и в Ростовской области - многие наши общеобразовательные школы практически не имеют на своих физкультурно-спортивных сооружениях (открытых) стандартной легкоатлетической дорожки – 25 м с современным синтетическим покрытием для разбега в прыжках в длину да и не имеют самой ямы для прыжков в длину, не говоря уже о секторе для прыжков в высоту; многие ростовские школьники за время обучения в школе ни разу не прыгали в высоту и в длину - тогда о какой физической подготовленности мы можем сегодня говорить.

**3.6.** Детско-юношеские и специализированные спортивные школы олимпийского резерва (ДЮСШ-СДЮШОР) в Ростовской области сегодня обеспечены современными спортзалами лишь на 40-50% от действующих социальных норм и нормативов по физической культуре и спорту, поэтому необходимо в разумных пределах увеличить финансирование на строительство современных качественных спортсооружений в Ростовской области, то есть , надо построить в г. Ростове – на - Дону хотя бы ещё один закрытый легкоатлетический манеж, чтобы спортивная молодежь ростовской области могла качественно тренироваться в любое время года, в том числе, осенью и зимой; необходимо , если мы говорим о массовости занятий спортом, достроить, наконец, специализированный легкоатлетический стадион «Труд» со всей надлежащей спортивной инфраструктурой, в том числе, - спортивным полем для метаний копья, молота, диска, толкания ядра и т.д..

**3.7**. Необходимо в 1,5- 2 раза увеличить должностные оклады тренеров, работающих в системе детских спортшкол. Не будет в регионе детских тренеров – не будет олимпийских чемпионов и это – аксиома.

**3.8**. Во многих спортшколах ростовской области, в течение года учебно-тренировочные сборы (УТС) или не проводятся, потому что нет соответствующего финансирования, или проводятся, но без спортивного врача и медицинского обеспечения, поэтому предлагаем – на областном уровне (а может быть даже на российском) принять законодательный акт, обязывающий исполнительную власть на местах производить финансирование учебно-тренировочных сборов в системе детско-юношеских спортшкол из бюджетов соответствующих уровней, где предусмотреть оплату спортивного врача и медицинское обеспечение юных спортсменов на период спортивных сборов (УТС); иначе можно забыть о здоровье юных спортсменов Дона и о их высоких спортивных результатах на соревнованиях. Надо всё-таки, в системе ДЮСШ - СДЮШОР переломить эту порочную практику проведения учебно-тренировочных сборов без спортивного врача.

**3.9.** При оказании спонсорской помощи, со стороны юридических и физических лиц, некоммерческим, социально ориентированным организациям, осуществляющим деятельность в сфере физической культуры и спорта, необходимо, для вышеуказанных лиц, уменьшать налогооблагаемую базу на сумму спонсорской помощи - для чего внести соответствующие изменения в Законодательство РФ « О налогах и сборах». Некоммерческие организации в сфере физической культуры и спорта должны работать в социально- позитивном ключе, то есть быть заказчиками современных здоровьесберегающих и здоровьеформирующих технологий.

**3.10**. Настало время пересмотреть государственные образовательные программы по физическому воспитанию в сторону увеличения в структуре школьного урока игровых видов спорта ( баскетбол, волейбол, подвижные игры, футбол ) и фитнесса, а также преподавателям физвоспитания следует больше внимания на уроках физвоспитания уделять дыхательной и корригирующей гимнастике (осанка, профилактика плоскостопия и сколиоза), фитопрофилактике, закаливанию, не забывая о специальных легкоатлетических упражнениях, развивающих быстроту, силу, выносливость, ловкость, гибкость и формирующих рациональную технику бега.

**3.11.** Из социологических опросов ВЦИОМ известно, что 40% российских тренеров и преподавателей не читают современную специальную учебно-методическую и спортивную литературу, поэтому сегодня необходимо серьезно повысить уровень педагогической и профессиональной компетентности этой категории специалистов в сфере теории и методики физической культуры и спорта, а с учётом жесткого, цивилизационного противостояния Россия – Запад, в эпоху глобализации - расширить знания российских тренеров и преподавателей физического воспитания в отечественной истории, социологии, политологии и социологии физической культуры и спорта ( узловые моменты).

1. Массовый спорт, как агент социализации, может оказать и оказывает серьёзное влияние на приобщение индивида к основам здорового образа жизни, на процесс формирования физически и психически здоровой личности , на её успешную социализацию, но при одном важном условии – активном , согласованном , благотворном воздействии на подростков и российскую молодежь и других ( кроме спорта) агентов социализации, а именно: семьи, школы, вуза, армии, флота, педиатрической службы страны, русской православной церкви (РПЦ), производства, сверстников во дворе, общественного мнения, культуры, искусства, СМИ, интернета и т.д. Увы, но массовым сознанием всё ещё не овладела важная мысль (идея) о том, что формирование личности, формирование индивидуального здоровья и здорового образа жизни- это триединый взаимосвязанный и взаимообусловленный общий процесс, причём здесь одно не бывает без другого, если мы хотим вырастить целостную, качественную, физкультурнообразованную социально-активную личность – гражданина, а начинать надо ещё в раннем детстве – в семье. Кроме того, государство должно озаботиться созданием в регионе, в шаговой доступности, качественной спортивной инфраструктуры (открытые спортплощадки во дворах и при школах, в парках; спортзалы, бассейны, физкультурно-оздоровительные комплексы, стадионы, беговые дорожки, тренажерные залы, фитнесс-центры и т.д.), оснащенной современным оборудованием и спортивным инвентарём. Государство также должно озаботиться насыщением отрасли «физическая культура и спорт» в достаточном количестве профессиональными кадрами тренеров, преподавателей, спортивных врачей, массажистов, специалистов ЛФК, спортивных психологов и спортивных ученых и организаторами спорта на местах, при соответствующем финансировании государством отрасли «физическая культура и спорт» государством. Только в этом случае физическая культура и спорт являются действенным, эффективным инструментом успешной социализации личности.

**5**. **Определение объекта исследования:**

Деятельность муниципального управленческого аппарата Администрации г. Ростова-на-Дону по обслуживанию указанной социальной сферы.

**Определение предмета исследования:**

Отношение социальной группы представителей управленческого аппарата Администрации г. Ростова-на-Дону к поставленной проблеме и их оценки степени качества, эффективности работы администрации в этом направлении.

**Определение выборочной совокупности:**

* руководители и сотрудники Управления по делам молодежи, физической культуре, спорту и туризму г. Ростова-на-Дону;
* руководители и сотрудники Управления по образованию г. Ростова-на-Дону;
* руководители и сотрудники Управления культуры г. Ростова-на-Дону;
* руководители и сотрудники Информационно-аналитического управления г. Ростова-на-Дону;

**Карточка выборки**

Список респондентов для формализованного ( стандартизированного) интервью:

* начальник Управления по образованию г.Ростова-на-Дону;
* начальник Управления культуры г.Ростова-на-Дону;
* начальник Информационно-аналитического управления г.Ростова-на-Дону;
* начальник Управления по делам молодежи, физической культуре, спорту и туризму г. Ростова-на-Дону;
* начальник Управления здравоохранения г.Ростова-на-Дону;
* по два сотрудника каждого управления по выбору начальника.

Список респондентов для свободного интервью:

* заместитель начальника Управления по образованию г.Ростова-на-Дону;
* заместитель начальника Управления культуры г.Ростова-на-Дону;
* начальник отдела Информационно-аналитического управления г. Ростова-на-Дону;
* заместитель начальника Управления по делам молодежи, физической культуре, спорту и туризму г. Ростова-на-Дону;
* директор спортивного диспансера г. Ростова-на-Дону;
* три начальника отделов Управления по делам молодежи, физической культуре, спорту и туризму г. Ростова-на-Дону;
* корреспондент спортивной хроники.

Формулировка гипотез исследования

*Основные гипотезы:*

* Установить степень компетентности административных сотрудников в решении поставленных задач.
* Определить уровень согласованности действиях различных подразделений администрации.
* Недостаточная организационная работа на дворовых территориях, в в учреждених и на предприятиях г. Ростова –на – Дону.
* Отсутствие или неразвитость профильных учреждений и баз.
* Неверно расставленные фактические акценты в протекционистской политике поощрения и развития профильных организаций и учреждений различных форм собственности.

*Дополнительные гипотезы:*

* Отсутствие или недостаток квалифицированных профильных кадров.
* Недостаточно развитая налаженная сеть транспортной коммуникации.
* Недостаточная работа СМИ по пропаганде здорового образа жизни и оповещения населения о мерах и мероприятиях , предпринимаемых администрацией г.о. в данном направлении.

Формулировка задач исследования

*Основные задачи:*

* Установить степень компетентности административных сотрудников.
* Определить уровень согласованности действий различных подразделений администрации.
* Установить качественно-количественный уровень организованной работы на дворовых территориях, в учреждениях и на предприятиях г. Ростова-на –Дону.
* Выявить степень удовлетворенности решения вопроса оснащения г.Ростова-на-Дону сетью профильных учреждений и баз.
* Определить практическую эффективность протекционистской политики по отношению к профильным организациям и учреждениям различных форм собственности.

*Дополнительные задачи:*

* Определить степень потребности в квалифицированных профильных кадрах.
* Оценить влияние на развитие указанных сфер со стороны транспортной сети.
* Определить степень эффективности работы СМИ по пропаганде здорового образа жизни и оповещения населения о мерах и мероприятиях, предпринимаемых администрацией г. Ростова – на - Дону.

**6.** **Блоки вопросов интервьюера для респондентов**

Поведенческий блок

Уважаемый (ая) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_!

И.О.

Нам бы хотелось поговорить с Вами о тех проблемах, которые возникают в практике административной работы в г. Ростове – на – Дону в сфере молодежной политики, спорта, отдыха и туризма.

Вопрос 1. Скажите, пожалуйста, с какой из этих трёх сфер Вам, в виду Ваших служебных обязанностей приходилось сталкиваться ?

Вопрос 2. Можно ли сказать, что Ваша работа в этих случаях была связана с необходимостью принятия управленческих решений в этой сфере (сферах или только с получением и обработкой информации о ней ( о них)?

Вопрос 3. В чем конкретно заключалась Ваша работа по отношению к указанной сфере (сферам)?

Вопрос 4. Как часто Вам приходится выполнять такую работу по отношению к этой сфере (сферам)?

Вопрос 5. Можно ли сказать, что, выполняя указанную работу , Вы сталкиваетесь или можете столкнуться с какими-то затруднениями, проблемами?

Блок вопросов о фактах сознания

Вопрос 6. Можете ли Вы представить себе такую ситуацию, при которой представитель администрации, управленец не справился бы с урегулированием какого-то вопоса в этой сфере (сферах) в Вашем городе?

Вопрос 7. Если да, то не могли бы Вы охарактеризовать подобную ситуацию. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Вопрос 8. С чем, на Ваш взгляд, связаны основные проблемы, возникающие в процессе административно- управленческого руководства этой сферой (сферами)?

Вопрос 9. Что, по Вашему мнению, мешает эффективно функционировать сфере (сферам) , например, при решении проблемы массового приобщения населения к здоровому образу жизни?

Вопрос 10.Какие, по Вашему мнению, меры, шаги необходимо предпринять по отношению к подразделениям администрации, чтобы добиться оптимального управления указаннойсферой (сферами) , в частности, сориентировать её (их) на решение проблемы приобщения населения к здоровому образу жизни.

1. **Речь здесь идет о следующих показателях:**

* состояние здоровья населения (количество больных и т.д.);
* физическая подготовленность и развитие населения (количество выполнивших специальные нормативы);
* производительность труда и работоспособность трудящихся (показатель трудоспособности, процент улучшения производительности труда);
* преждевременный уход человека на пенсию ( сколько лет люди не доживают до пенсионного возраста или преждевременно уходят на пенсию);
* отсутствие трудящихся на рабочих местах из-за болезней, производственных травм и т.д.;
* число наркоманов, пьяниц, злоупотребляющих курением, совершенных преступлений и т.д. ( затраты на лечение, содержание в колониях и тюрьмах и т.д.);
* подготовленность молодёжи к службе в рядах российских Вооруженных сил ( число допризывников, годных по состоянию здоровья и физической подготовленности к службе, число освобожденных от службы или недослуживших в связи с заболеванием);
* число инвалидов и лиц с ослабленным здоровьем;
* демографическая ситуация в стране (показатели по рождаемости, смертности и т.д.);
* умственное, духовное и эстетическое состояние населения (общий уровень культуры и т.д.);
* сплоченность, социально- психологический климат в семье(число разводов, полноценных семей);
* укрепление международных связей, дружбы между народами ( число стран, с которыми имеются договоры и т.д.);
* укрепление международных связей, дружбы между народами( число стран , с которыми имеются договоры и т.д.);
* улучшение окружающей среды (показатели чистоты окружающей среды);
* общий образовательный уровень населения;
* здоровый образ жизни и качество жизни населения ( какое место спорт занимает в жизни человека);
* успеваемость учащихся и студентов (средняя оценка по всем показателям).

1. Культура в социологии понимается как совокупность традиций, обычаев, социальных норм, правил, регулирующих поведение тех, кто живёт сейчас и передаваемых тем, кто будет жить завтра. Кроме того, культура – это верования и обряды, знания и умения, обычаи и установления ( социальные институты, государство и право). Культура – это язык, искусство, техника и технологии. Различают типы культур, которые характеризуют различные исторические эпохи, например, культура эпохи Возрождения, эпохи Просвещения, культура эпохи Модерна и Постмодерна. Преемственнность культуры достигается через социализацию. Наша национальная культура немыслима без стремления к народному единству, справедливости и миру, но ей не свойственны идея превосходства над другими культурами, она не имеет экспансионистского вектора, как это характерно для западной массовой культуры (постмодернистская культура). Современная массовая культура, получившая название постмодернистской, есть не что иное, как культура относительности, культура антиценностей. Эта культура не принимает подлинно сакрального измерения человеческой жизни, она выхолащивает сакральное (относящееся к вере, к религиозному культу) и разрушает традиционные нравственные ориентиры. Нередко в этой культуре размываются границы добра и зла настолько, что от неё веет духом апокалипсиса.

Но культура постмодернизма, сколько бы мы приставок «пост» к ней не прибавляли, не способна вывести современного человека из глубокого нравственного и духовного кризиса, в котором он оказался. Почему? Потому что культура, построенная на отрицании опыта предшествующих поколений, на отрицании традиций, на разрушении вечных нравственных истин, на постулировании относительности моральных норм, априори (знание, изначально присущее сознанию) деструктивна и ввергает людей в духовный хаос. Поэтому в перспективе она нежизнеспособна. Жизнеспособно лишь то, что несёт в себе добро, что оплодотворяет личность и общество. И доказательство тому- богатое культурное наследие , оставленное нам нашими предшественниками.

1. Воспроизводство культуры нездоровья в современном российском обществе потребления стало следствием развала СССР , лукавой «Перестройки –Катастройки» и антирусского проекта Администрации США, Финансового Интернационала, и западных спецслужб, который условно можно назвать «За Россию без русских». Бескомпромиссная борьба , которую уже давно коллективный Запад , во главе с США, ведет против исторической России идет не только за её территорию и ресурсы, но и борьба сегодня идет за души, умы и сердца наших людей. Нейтрализовать воспроизводство культуры нездоровья, по мнению наших известных политологов, социологов, психологов, историков, педагогов и государственных деятелей (Александр Проханов, Александр Дугин, Андрей Фурсов, Наталья Нарочницкая, Никита Михалков, Алексей Пушков, Михаил Делягин, Леонид Ивашов, президент РФ Владимир Путин др.) поможет: просвещенный консерватизм, деофшоризация экономики и прекращение утечки капитала, повышение производительности труда и реализация национальных проектов, духовное просвещение нашей молодежи, консолидация политической, военной и экономической элит с народом на фундаменте общего дела ( возрождения России), на идее возвращения народа российского и, прежде всего, русского народа, в Православие, к Богу, который и есть Любовь, и Истина, и Свет, и Жизнь и Путь. А это означает возвращение российского общества к нашим традиционным и культурным ценностям, что является залогом психического, нравственного и физического здоровья наших граждан. И здесь, в формировании здоровой личности чрезвычайно важна роль российской семьи, РПЦ, СМИ, Интернета, российской системы образования и здравоохранения, важна роль патерналистского государства, которое ещё со времен Античности, должно осуществлять контроль за соблюдением в обществе справедливости, законности и нравами, царящими в обществе с тем, чтобы они не расходились с Традицией, иначе нас всех в конечном итоге ждет печальная судьба Древнего Рима, Византии , царской России и Советского Союза. И здесь уместно привести слова социального психолога Густава Лебона (1841-1931),сказанные им по поводу гибели Римской империи: « Когда варвары пришли к стенам Рима, его душа была мертва». Поэтому вызывают законное уважение сегодня реальные меры российского государства во главе с политическим лидером нашей страны, президентом РФ В.В. Путиным по укреплению социально-экономической стабильности в нашем обществе, обеспечению доступности образования, финансовой поддержке семей с незначительными доходами, лекарственного обеспечения, в.т.ч. льготными лекарствами, повышению уровня и качества жизни населения нашей страны и её демографического потенциала, разумной налоговой политике в интересах наших граждан и бизнеса, в субсидировании государством процентной ставки по ипотеке для молодых семей, имеющих детей, в улучшении экологической ситуации в различных регионах страны. Имеются в виду инициативы Правительства России, озвученные В.В. Путиным 14.03.2017 г. на его большой конференции с журналистами. Все эти инициативы Президента РФ несомненно имеют прямой «выход» на улучшение социального здоровья россиян. Более того, в сфере поддержки семьи может быть надо увеличить срок финансовой помощи государства за рождение первого ребенка, хотя бы до 3-х лет. Поскольку это тот самый возраст, когда на 90% ребенок уже Личность; может быть настало время вернуть индексацию пенсий нашим работающим пенсионерам (они это давно заслужили); а также увеличить общее финансирование российского здравоохранения не до 3,8%, а до 7% от ВВП с учётом нездоровья наших граждан.

В плане пропаганды и внедрения нравственного, здорового образа жизни в быт и повседневную жизнь наших граждан специалистам физической культуры, вместе с государством и СМИ, необходимо сделать определенные усилия в этом направлении, поскольку во – многих наших российских семьях всё ещё не сформировался культ здоровья, здорового образа жизни, культ физической культуры и спорта, как это имело место быть, например, в эпоху Античности. И действительно, количество физкультурников в различных регионах России сегодня колеблется от 15 до 40% (для сравнения в Западной Европе число физкультурников – 60%). Более того, огромное количество заболеваний, вызывающих преждевременную смертность у россиян связано с «поведенческими факторами риска» - то есть теми, в отношении которых мы сами делаем свой выбор. Иными словами, низкая продолжительность здоровой жизни россиян - 62 года может частично объясняется нашей склонностью к нездоровому образу жизни. И здесь важна просветительская деятельность государства, школы, вуза, специалистов физической культуры и тренеров-преподавателей физического воспитания по переформатированию сознания наших граждан в отношении к собственному здоровью и к физической культуре. Поэтому наша российская система физического воспитания должна быть «заточена» не только на оздоровление, но и на формировании «физкультурно-образованной личности»., способной уже в своей дальнейшей взрослой жизни самостоятельно управлять психофизическим состояние своего организма. Сегодня государство много делает, чтобы переломить ситуацию со здоровьем населения нашей страны - так во многих регионах России сегодня создаются перинатальные, сердечно-сосудистые и онкологические Центры, где на высоком профессиональном уровне пациентам оказывается квалифицированная помощь нашими медиками. Чтобы выстоять в ведущейся против России гидридной войне, по мнению академика Сергея Глазьева, необходим: переход к прогрессивному налогообложению доходов и имущества физических лиц, искоренение коррупции, деофшоризация экономики и прекращение утечки капитала за рубеж, удешевление и облегчение условий долгосрочного кредита, обеспечение макроэкономической стабильности.

Российские школы и вузы должны не только образовывать, а и воспитывать нашу молодежь на фундаменте культурно-исторического опыта и духовно-нравственной Традиции, присущих именно нашей восточнохристианской православной цивилизации.

По мнению специалистов, все эти меры вкупе: организационного, социально- экономического, политического, материально-технического, пропагандистского и финансового характера, при системном подходе, обязательно нейтрализуют воспроизводство нездоровья в современном российском обществе.

1. Сегодня урок физической культуры в наших образовательных учреждениях далеко не всегда учитывает насущные интересы и потребности ребенка и подростка, а главное, не учитывает суровые реалии нашей жизни, когда 80% российских школьников имеют морфофункциональные отклонения и нарушения в состоянии здоровья или хронические заболевания (акад. А.А. Баранов, акад.И.М. Воронцов, и др.). Одна из причин нездоровья наших детей и подростков и внезапных смертей на уроках физкультуры - это недообследованность наших детей медиками - в стране не хватает физкультурно-спортивных диспансеров, несовершенство организации учебного процесса физического воспитания в образовательных учреждениях, в его заформализованности, в незнании преподавателем физического воспитания истинной картины здоровья учащихся; в неумении преподавателя физического воспитания определить при даче физической нагрузки «биологический возраст» своего подопечного, что влечет за собой или недонагруженность или переутомление ребенка; в несоблюдении, при проведении спортивных занятий, элементарных санитарно-гигиенических требований и норм; в отсутствии в наших общеобразовательных школах медицинского скоропомощного оборудования- дефибрилляторов; в отсутствии индивидуального подхода к занимающимся со стороны тренера - преподавателя физического воспитания; а также в отсутствии должного медико - биологического сопровождения учебных занятий по физвоспитанию, ибо врач-педиатр появляется в школе эпизодически и то, в основном, для заполнения отчетности. И,главное, причина нездоровья наших детей кроется в отсутствии современных знаний и практических навыков у преподавателей физического воспитания об особенностях методики физической подготовки детей с ослабленным здоровьем, то есть детей из различных групп здоровья, несхожих по физическому развитию, физической подготовленности и состоянию здоровья. То есть, на первое место в улучшении здоровья наших детей выходит качество урока физического воспитания, его структура и …. Личность тренера-преподавателя.