

Министерство науки и высшего образования РФ
Федеральное государственное автономное
образовательное учреждение высшего образования
«СИБИРСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Институт физической культуры, спорта и туризма
Кафедра теоретических основ менеджмента
физической культуры и туризма

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий кафедрой

_____ Н. В. Соболева

«__» _____ 2023 г.

МАГИСТЕРСКАЯ ДИССЕРТАЦИЯ

ФОРМИРОВАНИЕ ПРОЕКТА ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ
УСЛУГ ДЛЯ ЛИЦ МОЛОДОГО И СРЕДНЕГО ВОЗРАСТА НА БАЗЕ
УНИВЕРСАЛЬНОГО СПОРТИВНОГО КОМПЛЕКСА «ТЕННИС ХОЛЛ»

49.04.01 Физическая культура

49.04.01.03 Менеджмент в физической культуре и спорте

Научный руководитель	_____	к.п.н., доцент	В.А. Groшев
Выпускник	_____		С.П. Князева
Рецензент	_____	д.п.н., профессор	А.Ю. Близневский
Нормоконтролер	_____		Т. И. Рожина

Красноярск 2023

РЕФЕРАТ

Магистерская диссертация по теме «Формирование проекта физкультурно-оздоровительных услуг для лиц молодого и среднего возраста на базе Универсального спортивного комплекса ООО «Теннис Холл» выполнена на 70 страницах, содержит 18 рисунков, 12 таблиц, 2 приложения, 88 использованных источников, в том числе 5 зарубежных.

ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ УСЛУГИ, СПОРТИВНЫЙ КОМПЛЕКС, МОЛОДОЙ ВОЗРАСТ, СРЕДНИЙ ВОЗРАСТ, ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ПРОЕКТ

Стратегией развития физической культуры и спорта в Российской Федерации до 2030 года были определены ряд направлений по созданию возможностей для самореализации и развития граждан в сфере физической культуры и спорта. Основным целевым показателем является повышение доли граждан, систематически занимающихся физической культурой и спортом в нашей стране.

Формирование нового проекта физкультурно-оздоровительных услуг предполагает в некоторой мере решить стратегически важные задачи и тем самым способствует сохранению и укреплению здоровья населения.

Объект исследования – физкультурно-оздоровительные услуги в спортивных комплексах.

Предмет исследования – проект физкультурно-оздоровительных услуг для лиц молодого и среднего возраста.

Цель исследования – формирование проекта физкультурно-оздоровительных услуг в спортивном комплексе «Теннис Холл» для лиц молодого и среднего возраста.

Гипотеза исследования – мы предполагаем, что используя специально разработанный проект физкультурно-оздоровительных услуг, можно сформировать потребность к занятиям физической культурой и спортом, осуществить профилактику заболеваний и, как следствие, увеличить численность занимающихся физической культурой и спортом.

СОДЕРЖАНИЕ

Введение	4
1 Теоретическое обоснование формирования проектов физкультурно-оздоровительных услуг	7
1.1 Физкультурно-оздоровительные услуги в деятельности спортивных организаций	7
1.2 Физкультурно-оздоровительные проекты, виды, классификация, особенности	15
1.3 Создание физкультурно-оздоровительных проектов на современном этапе.....	22
1.4 Особенности физической активности людей молодого и среднего возраста....	27
1.5 Мотивация лиц молодого и среднего возраста к занятиям физической культурой.....	30
2 Организация и методы исследования	34
2.1 Организация исследования.....	34
2.2 Методы исследования.....	34
3 Оценка возможности реализации проекта на базе спортивного комплекса	36
3.1 Анализ эффективности деятельности спортивного комплекса	36
3.1.1 Анализ фактической загруженности и мощности спортивного комплекса.....	36
3.1.2 Анализ показателей доходности организации.....	52
3.1.3 Анализ рейтинга спортивной организации.....	55
3.1.4 Анализ факторов, способствующих формированию мотивации к занятиям физической культурой	58
3.2 Формирование проекта физкультурно-оздоровительных услуг	61
3.2.1. Обоснование возможности формирования и реализации физкультурно-оздоровительного проекта	61
3.2.2 Характеристика проекта физкультурно-оздоровительных услуг для лиц молодого и среднего возраста	62
Заключение.....	68
Практические рекомендации по реализации проекта.....	70
Список использованных источников	71
Приложение А	81
Приложение Б	82

ВВЕДЕНИЕ

Ритм современной жизни настолько скор, что мы редко задумываемся о состоянии своего собственного здоровья, и, порой, не замечаем изменений в собственном организме. Использование компьютерных комплексов, информационных систем и технологий позволяет выполнять огромный объем работ, при этом сочетается со снижением двигательной активности, сидячей работой, что в свою очередь отражается на состоянии здоровья. Противоречие современного бытия наблюдается в том, что при ускорении научно-технического прогресса, оптимизации процессов производства двигательная активность рабочих и служащих снижается, причем, многократно в разы. Казалось бы, мы стали больше упевать на работе и дома, для скорого передвижения из точки А в точку Б хороший помощник личный автотранспорт. Всё реже ходим пешком, потому что нужно много и везде успеть. Как результат – наше здоровье просит о помощи. Поэтому, заботиться о своем здоровье необходимо на протяжении всей своей жизни, начиная с молодых лет. Имея привычку находить время, как для работы, так и для активного отдыха, уделяя несколько часов в неделю для физических упражнений и физической активности, можно сохранить здоровье и хорошую физическую форму до глубокой старости [34].

Актуальность темы магистерской диссертации определяется степенью важности сохранения и развития здоровья населения всех возрастных категорий и повышения физической активности и работоспособности для повышения качества жизни и активного долголетия. Из огромного количества социальных проектов, реализуемых в настоящее время в Российской Федерации, особую роль приобретают проекты физкультурно-оздоровительного направления.

Для развития физической культуры и спорта в регионах требуется комплексный подход, так как существующие противоречия между необходимостью повышения численности занимающихся физической культурой и низкой доступностью и качеством предоставляемых услуг, а также недостатком материально-технической базы требуют решения.

Теоретической и методологической основой исследования послужили работы отечественных и зарубежных ученых, материалы научных конференций, нормативные акты и законодательные документы.

Объект исследования – физкультурно-оздоровительные услуги в спортивных комплексах.

Предмет исследования – проект физкультурно-оздоровительных услуг для лиц молодого и среднего возраста.

Целью магистерской работы является формирование проекта физкультурно-оздоровительных услуг в спортивном комплексе «Теннис Холл» для лиц молодого и среднего возраста.

Распоряжением Правительства РФ от 24.11.2020 №3081-р «Об утверждении Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года определены приоритетные направления в области развития физической культуры и спорта, одним из которых является совершенствование здоровья и благополучия, а также повышение уровня жизни населения. Среди задач Стратегии определены такие задачи как:

- обеспечение доступных условий и равных возможностей для занятий физической культурой и спортом для граждан всех возрастных категорий;
- создание возможностей для самореализации и развития способностей граждан в сфере физической культуры и спорта;
- вовлечение населения в регулярные занятия физической культурой и спортом [62].

Таким образом, формирование проекта физкультурно-оздоровительных услуг предполагает в некоторой мере решить стратегически важные задачи и тем самым способствует сохранению и укреплению здоровья населения.

Для достижения поставленной цели необходимо решение следующих задач:

1. Изучить научную литературу по реализации социальных проектов в области физической культуры в России и за рубежом.
2. Определить факторы, побуждающие население к ведению здорового образа жизни.

3. Разработать физкультурно-оздоровительный проект теоретической и практической направленности, который способствовал бы привлечению к активным занятиям физической культурой.

4. Сформировать практические рекомендации по реализации физкультурно-оздоровительного проекта.

Гипотеза исследования. Предполагается, что, используя специально разработанный проект физкультурно-оздоровительных услуг, можно сформировать потребность к занятиям физической культурой и спортом, осуществить профилактику заболеваний и, как следствие, увеличить численность занимающихся физической культурой и спортом.

Методы исследования:

1. Анализ научно-методической и специальной литературы.
2. Анализ нормативно-правовых документов.
3. Анкетный опрос.
4. Экономический анализ.
5. Метод статистической обработки данных.

Научная новизна связана с тем, что формируемый проект является одной из моделей физической подготовки лиц молодого и среднего возраста, включающий медико-биологическое сопровождение и индивидуальную комплексную программу развития.

Теоретическая значимость результатов исследования состоит в том, что определен новый подход к формированию физкультурно-оздоровительных проектов, что создает новую область для дальнейшего изучения.

Практическая значимость проведенного исследования позволяет применять новый подход для развития перспективных и поиска новых направлений в сфере создания проектов физкультурно-оздоровительных услуг в спортивных комплексах.

1 Теоретическое обоснование формирования проектов физкультурно-оздоровительных услуг

1.1 Физкультурно-оздоровительные услуги в деятельности спортивных организаций

Задачи в области сохранения и поддержания здоровья населения в настоящее время решаются путем привлечения максимального количества населения к здоровому образу жизни и физкультурно-оздоровительной деятельности. Из года в год возрастает потребность в физкультурно-оздоровительных услугах. Современная государственная политика России направлена на поддержку предпринимательской активности, а также на вовлечение населения в регулярные занятия физкультурой и спортом [66].

Сфера физкультурно-оздоровительных услуг является составляющим элементом социальной сферы и помогает решать задачи в области укрепления и сохранения здоровья населения, проведения физкультурно-оздоровительного досуга путем применения оздоровительных технологий с целью формирования здорового образа жизни.

Для полного понимания термина «физкультурно-оздоровительные услуги» необходимо иметь представление что такое «физическая культура» и что такое «услуги» в целом. Существует большое многообразие понятий «физическая культура».

В Советском энциклопедическом словаре понятие «физическая культура» представлено как часть общей культуры общества, одна из сфер социальной деятельности, направленная на укрепление здоровья, развитие физических способностей человека [69, с.1404].

В. П. Лукьяненко в своем пособии представляет физическую культуру как элемент культуры личности, специфическое содержание которого составляет рационально организованная, систематическая деятельная

активность, используемая человеком для оптимизации состояния своего организма [40, с.28].

Наиболее полное представление о физической культуре раскрывается в Федеральном законе «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», в котором говорится, что «физическая культура – часть культуры, представляющая собой совокупность ценностей, норм и знаний, создаваемых и используемых обществом в целях физического и интеллектуального развития способностей человека, совершенствования его двигательной активности и формирования здорового образа жизни, социальной адаптации путём физического воспитания, физической подготовки и физического развития» [76].

Физическая культура выполняет ряд важных функций, каждая из которых играет роль в формировании индивидуальных ценностей человеческой личности всех возрастных групп населения.

Воспитательная функция физической культуры связана с формированием потребности в двигательной активности, проявлением воли, характера, трудолюбия.

Нравственная функция – отражает культуру личности, социальную и нравственную культуру в целом.

Образовательная функция заключается в обучении новым двигательным и координационным навыкам.

Коммуникативная функция – как средство общения людей, установление взаимоотношений и коммуникаций.

Ценностно-ориентационная функция – способствует формированию идеалов и установок здорового образа жизни.

Рекреативная функция – заключается в организации и проведении активного досуга (игр, гимнастики, природных факторов) с целью восстановления сил и работоспособности.

Оздоровительно-реабилитационная – для восстановления функций организма, профилактики утомления.

Оздоровительно-гигиеническая функция – заключается в профилактических мероприятиях, проведении физкультурных пауз на рабочем месте для профилактики и борьбы с гиподинамией.

Творческая функция – связана созданием возможностей для творчества и познавательной активности.

Эстетическая – способствует формированию эстетических идеалов, способностей с позиции красоты.

Информационная функция – заключается в накоплении и распространении информации и передаче ее в социум, создает общественное мнение о физической культуре.

Профессионально-прикладная функция – заключается в использовании физической культуры в подготовке к определенной образовательной или профессиональной деятельности.

Кондиционная функция – для поддержания уровня спортивной подготовленности.

Оптимизирующая функция – способствует деятельности по формированию и совершенствованию телосложения, совершенствованию двигательных навыков, физических качеств.

Спортивная – как фактор подготовки к демонстрации и демонстрация максимальных спортивных достижений.

Таким образом, физическая культура, имея многогранную форму, обладает всесторонним воздействием на формирование культуры личности человека. Подобно искусству – облагораживает и оттачивает в человеке трудолюбие, характер и волю, учит видеть прекрасное, как творческая деятельность – позволяет человеку реализовать свой внутренний мир побуждая к совершенству своей физической формы, состояния здоровья, разума. Она содержит в себе комплекс различных процессов и явлений, выполняет социальные функции в области этики, морали, отражает нравственные стороны бытия.

Реализация деятельности по физической культуре возлагается на организации различных форм собственности, оказывающие физкультурно-оздоровительные услуги.

В общем понимании услуга – это деятельность, направленная на удовлетворение потребностей других лиц. Существует множество различных определений этого понятия, выражающих суть этой деятельности с различных сторон.

Российский стандарт ГОСТ Р 50646 -2012 определяет: «Услуга – это результат непосредственного взаимодействия исполнителя и потребителя, а также собственной деятельности исполнителя услуг по удовлетворению потребности потребителя услуг» [19].

В соответствии с определением ГОСТ ISO 9001 услуга – это результат, как минимум, одного действия, обязательно произведенного (осуществленного при взаимодействии) между поставщиком и заказчиком (потребителем), как правило, нематериальный [21].

Филип Котлер: «Услуги – объекты продажи в виде действий, выгод или удовлетворений» [78, с.307]. «Услуги – это любое мероприятие или выгода, которые одна сторона может предложить другой и которые в основном не осязаемы и не приводят к завладению чем-либо» [78, с. 569]. Согласно его теории, услугам присущи четыре характеристики:

- услуги не осязаемы, их невозможно увидеть, попробовать на вкус;
- неотделимость от источника, другими словами, услуга может существовать лишь пока ее источник (человек, ее оказывающий) задействован в оказании этой самой услуги;
- непостоянство качества. Качество услуг может быть различным в широком диапазоне. Для контроля качества необходимо следить за степенью удовлетворенности клиентов с помощью системы жалоб и предложений;
- услугу невозможно хранить.

Услуги могут быть частные или коммерческие, платные или бесплатные. Обобщающей категорией, которая включает в себя все виды коммерческих и некоммерческих услуг является сфера услуг и составляет часть экономики.

Услуги, оказываемые населению подразделяются на материальные, нематериальные (социально-культурные) и смешанные.

Социально-культурная (нематериальная) услуга – услуга по удовлетворению духовных, интеллектуальных, этических потребностей и поддержанию нормальной жизнедеятельности потребителя, в том числе поддержанию и восстановлению здоровья, духовному и физическому развитию личности [2, с. 11].

По отраслевой направленности услуги отрасли следует подразделять на спортивные и физкультурно-оздоровительные.

Физкультурно-оздоровительные услуги относятся к сфере социально-культурных услуг.

В 2021 году законодательно было введено понятие «физкультурно-оздоровительной услуги», также определены организации, которые могут оказывать такие услуги. Так, согласно закону «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», физкультурно-оздоровительная услуга – это деятельность, осуществляемая физкультурно-спортивной организацией независимо от её организационно-правовой формы, направленная на удовлетворение потребностей граждан в сохранении и укреплении здоровья, физической подготовке и физическом развитии, включая в себя в том числе проведение физкультурных мероприятий [75].

В соответствии с определением ГОСТ Р 52024-2003 физкультурно-оздоровительная услуга представляет собой деятельность исполнителя по удовлетворению потребностей потребителя в поддержании и укреплении здоровья, физической реабилитации, а также проведении физкультурно-оздоровительного досуга [20]. При этом, исполнителем услуги является организация, независимо от организационно-правовой формы, а также индивидуальный предприниматель, оказывающий соответствующие услуги. Потребителем услуг выступает гражданин

(организация), имеющий намерения заняться (занимающийся) физическими упражнениями для поддержания и укрепления здоровья, профилактики заболеваний, поддержания высокой работоспособности, а также принять участие в различных видах активного отдыха и проведения досуга при посещении спортивно-зрелищных, культурно-массовых и развлекательно-игровых мероприятиях.

Качество оказываемой физкультурно-оздоровительной услуги определяется совокупностью характеристик услуги, удовлетворяющих физкультурно-оздоровительным потребностям потребителя.

Согласно Распоряжения Правительства РФ от 06.09.2021 г. в перечень видов физкультурно-оздоровительных услуг входят:

1. Физкультурно-оздоровительные услуги по физической подготовке и физическому развитию.

2. Физкультурно-оздоровительные услуги по обеспечению участия в физкультурных мероприятиях, включенных в первый раздел Единого календарного плана межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий, в календарные планы физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий субъектов Российской Федерации, муниципальных образований.

3. Физкультурно-оздоровительные услуги по разработке программ занятий физической культурой, соответствующих тренировочных планов [61].

Предоставление физкультурно-оздоровительных услуг с применением оздоровительных технологий включает постановку цели оздоровления и реализацию физкультурно-оздоровительной деятельности в различных формах.

Физкультурно-оздоровительная услуга в работе Бородуновой М.В. позиционируется как «объединение усилий предпринимателя, берущего на себя роль работодателя, и специалистов по физкультурно-оздоровительной деятельности, выступающих в качестве работников» [9]. Физкультурно-оздоровительную услугу можно представить в качестве модели, имеющей определенную структуру, состоящую из модулей (рис. 1).



Рисунок 1 – Модель физкультурно-оздоровительной услуги

Согласно данной модели, каждый модуль в определенной степени оказывает влияние на мотивацию клиентов. Таким образом:

- степень доступности услуги определяется рядом факторов, влияющих на процесс ее приобретения (территориальное расположение, ценовая политика организации, режим работы, наличие парковочных мест);
- уровень безопасности потребления услуги выражается в степени безопасности для потребителя, соблюдение техники безопасности, вероятность травматизма;
- материально-техническое обеспечение выражается в наличии широкого парка качественного спортивного оборудования и инвентаря, что дает преимущества перед конкурентами;

- репутация организации связана с результатами работы, профессиональным уровнем и социальной ответственностью, что в дальнейшем способствует устойчивому развитию и формирует имидж организации;

- уровень предоставления услуг, который заключается в целесообразности использовании тренажеров, инвентаря, характеризует эффективность занятий, уровень нагрузки, разнообразие и направленность упражнений, оздоровительные процедуры и методики, музыкальное сопровождение;

- характеристика персонала, проявляющаяся в доброжелательности, клиентоориентированности, играют роль личные качества инструкторов и тренеров, наличие спортивных разрядов и званий у тренерского состава, что мотивирует клиента к получению опыта и систематическим занятиям для достижения результатов;

- Результативность занятий, которая выражается непосредственно в качественной оценке процесса занятий;

- наличие дополнительных услуг, сочетание и комбинирование различных программ тренировок, которые направлены на комплексное развитие систем организма человека. Такое восприятие структуры физкультурно-оздоровительной услуги позволяет обращать внимание на основные моменты, способствующие ее продвижению.

Такое восприятие структуры физкультурно-оздоровительной услуги позволяет обращать внимание на основные моменты, способствующие ее продвижению. В структуре модулей отражено стремление к здоровому образу жизни, стремление к общению, поиск особых способов проведения досугов и развлечений [9].

Существуют различия между физкультурно-оздоровительными услугами и физкультурно-спортивной деятельностью. Прежде всего различия исходят из цели деятельности – улучшение и поддержание потенциала физического здоровья или занятия спортом в самом общем виде как совершенствование спортивных результатов и достижений за счет имеющегося потенциала здоровья.

Спорт, в частности профессиональный спорт, может оказывать отрицательное воздействие на здоровье человека в силу того, что возможность достижения максимального спортивного результата осуществляется за счет максимального использования резервов организма, работая в режиме околопредельных и предельных нагрузок.

Деятельность профессионального спортсмена и спортсмена-любителя также различна. Профессиональный спортсмен свою деятельность сопоставляет с трудовой деятельностью, в отличие от спортсмена-любителя, который занимается физической культурой и спортом в свободное от работы время в качестве досуга, активного отдыха с целью развития определенных двигательных навыков и тренировки адаптационных резервов организма.

Поэтому основой физкультурно-оздоровительных услуг является оздоровительная функция как важная составляющая, оказывающее положительное воздействие на потребителей.

1.2 Физкультурно-оздоровительные проекты, виды, классификация, особенности

В настоящее время социальные проекты приобретают особую роль для решения проблем в различных областях деятельности и улучшения качества жизни населения в больших и малых городах и регионах России.

Социальный проект представляет собой комплекс мероприятий, направленных на решение актуальных проблем жизни общества, имеет временные рамки и положительное влияние на отдельного человека, группы или общества. Для организаций создание социальных проектов является хорошей возможностью улучшить свою репутацию, повысить лояльность клиентов и доверие к бренду.

Проект представляет собой временное мероприятие, которое направлено на создание новых уникальных продуктов или услуг или получение новых результатов.

Существует множество различных определений термина «проект», и каждое из них имеет право быть, в зависимости от конкретной задачи, которая стоит перед организацией.

Латинское *proicisio* переводится как «бросаю вперед», «держу перед собой», *projectus* буквально означает «брошенный вперед». Когда говорят о проекте, то имеют в виду мыслительную конструкцию какого-нибудь изменения, которое заранее спланировано и в принципе может быть осуществлено. Такая конструкция может предстать в виде модели, прототипа, прообраза, и в ней есть неременный волевой компонент – решимость осуществить задуманное изменение [39, с. 35].

В самом общем виде проект (англ. *project*) – это «что-либо, что задумывается, например, большое предприятие» (толковый словарь Webster). С точки зрения системного подхода, проект может рассматриваться как процесс перехода из исходного состояния в конечное – результат при участии ряда ограничений и механизмов (рис. 2) [44].

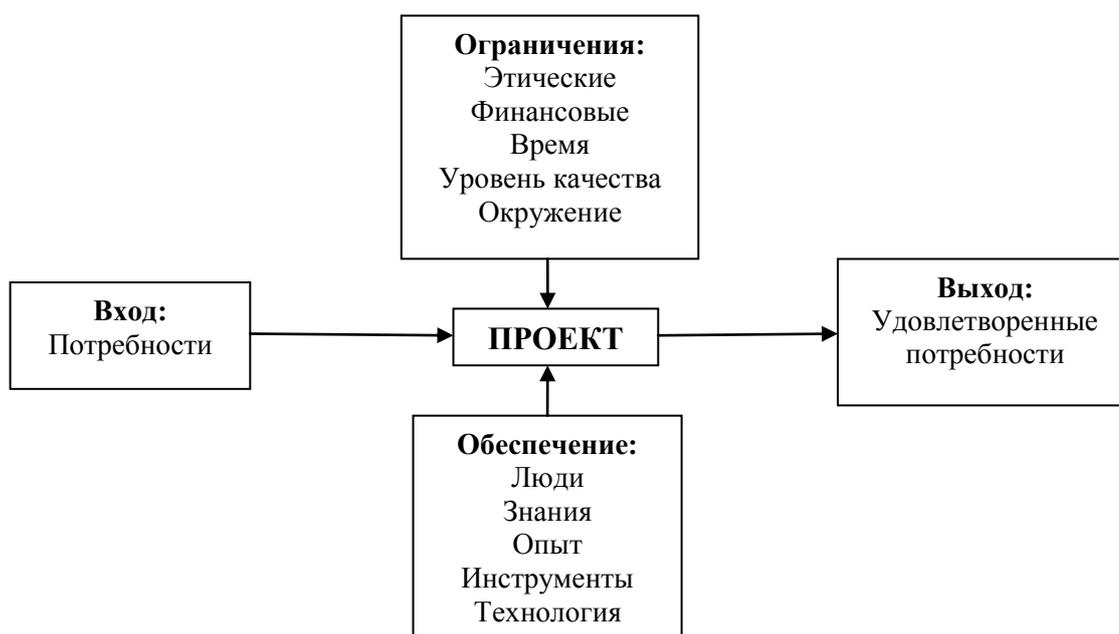


Рисунок 2 – Проект как процесс перехода системы из исходного состояния в конечное

Возникновение потребности формирует идею создания проекта, реализация которого обеспечивается наличием определенных ресурсов, в зависимости от цели, и наличием ограничений.

Основной целью проекта является удовлетворение потребностей заказчика.

Проект включает в себя замысел (проблему), средства его реализации (решения проблемы) и получаемые в процессе реализации результаты (рис.3) [44].

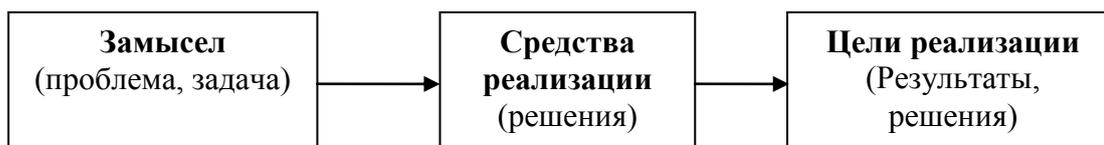


Рисунок 3 – Основные элементы проекта

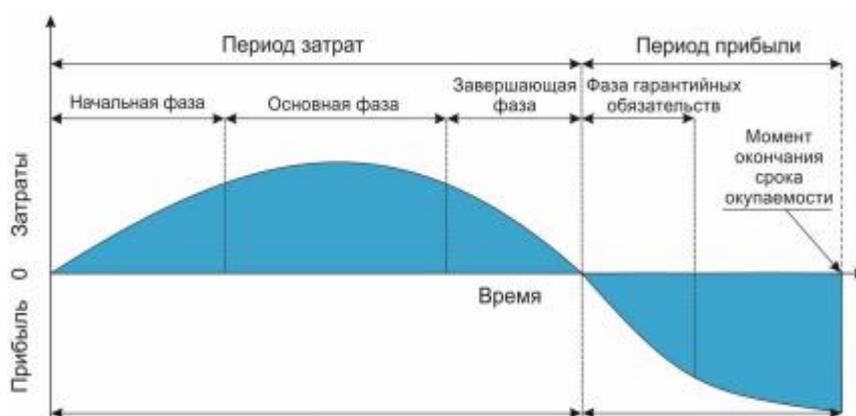


Рисунок 4 – Фазы жизненного цикла проекта

На рисунке 4 представлены фазы жизненного цикла проекта [27].

Проектирование (англ. projection/planning; нем. projektierung) – одна из форм опережающего отражения действительности, создание прообраза (прототипа) предполагаемого объекта, явления или процесса посредством специфических методов [64, с. 418]. Проектирование в конкретной форме выражает

прогностическую функцию управления, когда речь идет о будущей материальной или идеальной реальности.

По определению В. И. Курбатова и О. В. Курбатовой, проектирование означает определение версий или вариантов развития или изменения того или иного явления [38].

Варианты выбора проектных решений имеют множество направлений и зависят от цели желаемого результата (рис.5).

По мнению некоторых проектировщиков, находить выбор проектных решений подобно искусству, так как зависит в какой-то мере и от умения человека творчески мыслить.



Рисунок 5 – Методы поиска проектных решений

Социальный проект – это сконструированное инициатором проекта нововведение, целью которого является создание, модернизация или поддержание в изменившейся среде материальной или духовной ценности, которое имеет пространственно-временные и ресурсные границы и воздействие которого на людей признается положительным по своему социальному значению [39, с. 36].

Основными характеристиками социальных проектов являются:

- намеченные цели, которые могут изменяться по мере достижения промежуточных целей;
- неопределенные сроки и продолжительность;
- ограниченные ресурсы.

Существует многообразие социальных проектов по характеру проектируемых изменений, по направлениям деятельности, срокам реализации, масштабам, степени сложности, особенностям финансирования.

В. А. Луков [39, с. 49-84] представляет типологию социальных проектов, опираясь на классификацию, принятую в технологии управления проектами (рис. 6).

По характеру проектируемых изменений можно выделить два вида проектов – инновационные (связанные с инновациями) и поддерживающие (направленные на деятельность в рамках уже существующего тренда).

По направлениям деятельности можно разделить на научно-технические, культурные, образовательные.

По особенностям финансирования – инвестиционные, спонсорские, бюджетные, благотворительные, кредитные, грантовые.

По масштабам – микропроекты, малые проекты, мегапроекты.

По срокам реализации – краткосрочные, среднесрочные и долгосрочные.

В соответствии с классификацией В. И. Курбатова и О. В. Курбатовой, по направлению деятельности выделяются социальные проекты историко-культурной направленности, оздоровительные, социально-педагогические.

Проекты, реализуемые в области физической культуры и спорта, по направлению деятельности относятся к культурным проектам, так как направлены на развитие духовности, накопление и передачу человеческого опыта, помогают развивать внутренний мир, физический и нравственный потенциал.

Физкультурно – оздоровительный проект предусматривает физическое развитие, развитие представлений о важности двигательной культуры, о здоровье и средствах его укрепления, о здоровом образе жизни.

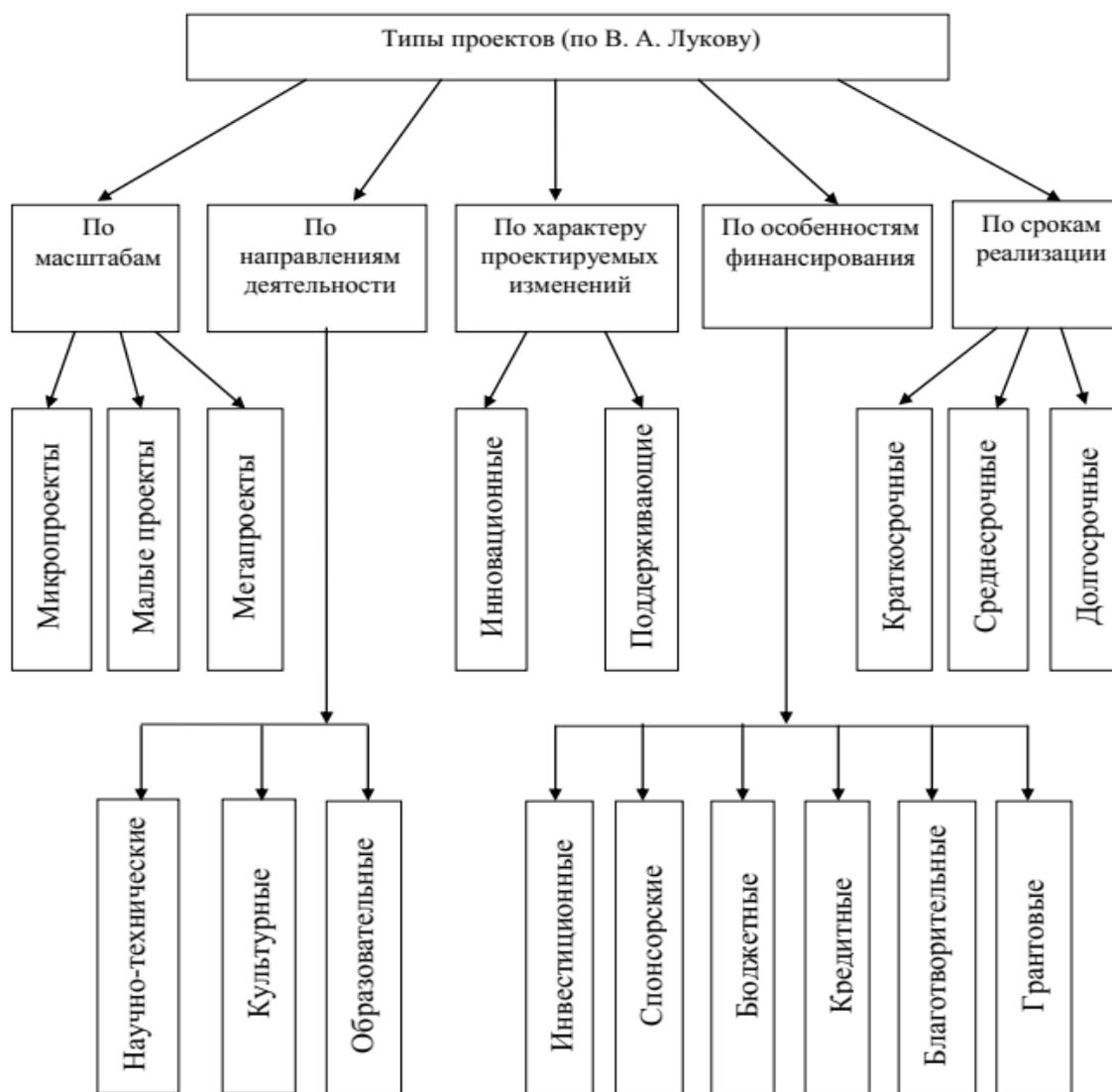


Рисунок 6 – Классификация социальных проектов

Большое количество работ, проектирующих содержание физкультурно-оздоровительных услуг, посвящено решению таких проблем, как вредные привычки, психологическое и психическое здоровье населения [82].

В работах С. С. Ивановой [29], О. А. Немовой [52] уделяется большое внимание на создание поликультурного образовательного пространства, которое способствует формированию ценностных установок на здоровый образ жизни.

Гаврилюк В.В., Трикоз Н. А. [18] программы по формированию здоровья и ориентации на здоровый образ жизни представляют в виде ценностно-мотивационной деятельности. При этом они выделяют такие ценности, которые определяют цели бытия, человеческой сущности, социализационные ценности – которые определяют процесс формирования личности.

А. Маслоу считает, что основой формирования ценностей являются потребности человека. Именно на их базисе формируется то, что ценно и значимо для человека [47].

В содержании проектируемых физкультурно-оздоровительных программ базовыми разделами должны быть получение знаний, навыков повышения резервных возможностей организма для достижения спортивных результатов без причинения вреда для здоровья.

В настоящее время недостаточное количество проектов физкультурно-оздоровительных услуг, в реализации которых присутствует медико-биологическое сопровождение.

Особенностями проектирования физкультурно-оздоровительных программ является разработка системы контроля и управления физкультурно-оздоровительным процессом на основе показателей, позволяющих улучшить функциональное состояние основных систем организма.

1.3 Создание физкультурно-оздоровительных проектов на современном этапе

В настоящее время имеет место проблема здоровья населения всех возрастных категорий. В связи с автоматизацией и компьютеризацией производственных процессов, расширения офисных технологий, все больше нас преследует малоподвижный образ жизни. Известно, что занятия физической культурой и повышение двигательной активности населения решают эту проблему лишь отчасти. Во-первых, потому что многие, в частности взрослое население, понимают эту ситуацию, но для повышения собственной двигательной активности не принимают никаких мер. Если на уровне учебных заведений физическая культура является обязательным предметом, то взрослое население занимается физической активностью лишь на уровне своего самосознания и наличия возможностей и не всегда изыскиваются эти возможности для собственного блага. Во-вторых, другая часть взрослого населения, преимущественно молодого возраста, не принимают всерьез ценность двигательной активности, считая, что такими активными останутся всегда, не прилагая особых усилий для сохранения и развития своего потенциала здоровья. Поэтому, в силу разных причин, уровень физической активности населения все еще остается низким.

Утвержденная Стратегия развития физической культуры и спорта на период до 2030 года включает такие задачи, как обеспечение доступных условий и равных возможностей для занятий физической культурой и спортом для граждан всех возрастных категорий. Современная государственная политика России направлена на поддержку предпринимательской активности, а также на вовлечение населения в регулярные занятия физической культурой и спортом.

Имеет место большое количество массовых физкультурных проектов в России, успешно реализуя миссию популяризации видов спорта и вовлечение населения к занятиям физической культурой. Так, начиная с 2015 года

Всероссийской федерацией легкой атлетики реализуется проект «Национальное беговое движение».

Всероссийский день бега «Кросс нации» – ежегодно проводится с 2004 года, самое массовое и масштабное мероприятие в России и по географическому охвату и по количеству участников.

С каждым годом набирает популярность полумарафон «Забег» с синхронным стартом от Владивостока до Калининграда. Первый старт состоялся 21 мая 2017 года и объединил 10 городов одновременно. Его организаторами выступила команда «Лига героев», которая ранее проводила только мероприятие «Гонку героев» - серия соревнований-гонок с препятствиями для любителей. Затем последовал постепенный рост: в 2018 году одновременный старт был дан в 15 городах, в 2019 году – в 19 городах. В августе 2020 году, когда пандемия пошла на спад, синхронный старт удалось провести в 30 городах России и в 19 городах в формате онлайн. Этим был установлен мировой рекорд, занесенный в Книгу рекордов Гиннеса по количеству городов-участников, стартующих одновременно. В 2021-2022 гг «Забег» уже стартовал в 60 субъектах Российской Федерации.

Большой популярностью пользуется серия забегов RussiaRunning, имеет широкую географию стартов, в том числе онлайн старты.

Больше десятка насчитывает серия забегов и стартов по различным видам спорта от агентства по организации и проведению мероприятий «Красмарафон» (г. Красноярск).

Всероссийский проект «Северная ходьба – новый образ жизни!» реализуется в 43 субъектах России и направлен на развитие северной ходьбы среди граждан среднего и старшего возраста. В рамках реализации проекта проводится подготовка организаторов физкультурно-массовой работы и инструкторов по северной ходьбе, организуются открытые уроки и тренировки для работающих граждан. Для работодателей и организаторов физкультурно-спортивной работы на предприятиях в рамках развития корпоративного спорта разрабатываются методические материалы.

Развитие массового спорта в настоящее время осуществляется преимущественно на коммерческой основе, в то время, как спорт высших достижений имеет государственную поддержку.

Но основной проблемой эффективности социальных проектов и проектов в области физической культуры и спорта, как отмечают своей работе С. С. Жук и О. Н. Панкова, является то, что часто наблюдается отсутствие какой-либо прибыли, и, в настоящее время, все больше исследователей приходит к мнению, что при оценке эффективности социальных проектов необходимо рассматривать не только коммерческую сторону, но и социальную, влияние социальных программ и проектов на конечных потребителей, ту пользу, которую получают целевые группы [25].

Учитывая социальную значимость таких проектов, необходимо наращивать базу физкультурно-спортивных объектов, так как это оказывает влияние на здоровье нашей нации, что является главной ценностью государства.

За последние 20 лет широкий круг организаций, таких как ООН, университеты, международные организации, спортивные федерации и некоммерческие организации были вовлечены в процесс, больше известный как «Международное движение спорта на благо развития мира» (SDP) [86].

SDP можно определить как «широкую социальную область, в которой спорт и связанные с ним виды деятельности используются для достижения различных видов неспортивных целей развития и миростроительства во всем мире» [87]. В 2013 году ООН провозгласила 6 апреля Международным днем спорта на благо развития и мира, в 2015 году объявила Цели в области устойчивого развития (ЦУР) на период до 2030 года. В настоящее время концепция SDP интенсивно внедряется в различные спортивные проекты, направленные на решение социальных проблем, охватывающих, в том числе, вопросы образования и развития детей и молодежи, укрепления здоровья и благополучия. В рамках этой концепции спорт – это уже не просто физическая активность, а более эффективный инструмент, оказывающий огромное влияние на общество [10, с. 10].

Для решения социальных проблем в области здравоохранения и здорового образа жизни (ЗОЖ) реализуются различные социальные проекты. Так, благотворительная организация «Kick4Life Football Club» с офисами в Лесото, Великобритании, Люксембурге и США предлагает широкий спектр инициатив в сфере социального развития для уязвимой молодежи. С помощью футбола эта организация проводит ряд социальных мероприятий в области просвещения о здоровом образе жизни и жизненных навыков, реализуемых флагманской программой the Kick4Life Academy. Эта программа обеспечивает детей и молодых людей, оказавшихся в уязвимом положении, интенсивной академической поддержкой, футбольным тренером и развитием характера, предлагая участникам изменяющие жизнь возможности [10, с. 26].

Некоммерческая организация «Creating Empowerment Through Autonomy» (СЕТА – «Расширение возможностей через автономию») реализует миссию по улучшению здоровья и благополучия людей, основная идея которой борьба с ожирением и связанными с ним сердечными заболеваниями. Программа «True Wealth» («Подлинное богатство») – это программа активных игр и кемпингов, реализуемая во внеучебное время, на выходных или во время каникул для молодежи и взрослых, помогающая им комплексно бороться с ожирением. Цель программы – предоставить практические инструкции, просвещение и литературу, чтобы рассказать о передовых методах поддержания здорового образа жизни и уменьшить ожирение путем пропаганды здорового питания и активных игр [67].

Некоммерческая организация «Change Foundation» с 1981 года реализует программы нацеленные на проблемы молодежи. Например, в настоящее время актуальны такие проблемы, как чрезмерное использование социальных сетей и обеспечение безопасности в Интернете, преступность среди молодежи, психические заболевания, чувство одиночества и др. Один из проектов, реализуемых этой организацией, Dance4Change – использует танцевальную терапию, чтобы помочь молодым женщинам в возрасте от 16 до 25 лет,

страдающим от ослабленного психического здоровья, выработать позитивные жизненные стратегии [88].

За рубежом, в частности в США, также распространены коммерческие оздоровительные программы, которые внедряют более 13 тысяч частных спортивных клубов и обществ с целью популяризации спортивно-оздоровительной работы среди населения, способствуя поддержанию в стране движения «Спорт для всех».

Французская ассоциация «Спорт для всех» решает задачи разработки и распространения оздоровительных программ для клубов, проведения игр и фестивалей, недель спорта [12].

В Германии особое место занимает пропаганда спорта для всех, осуществляемая посредством различных кампаний и программ. В рамках движения «Спорт для всех» распространена программа «Тгитт» (термин морской, означает устойчивость судна, способность держаться на плаву и эффективно двигаться). Соревновательные формы «Тгитт» включают такие виды как бег, туризм, плавание, езду на велосипеде, кегли, футбол, стрельбу. Министерством по вопросам семьи, пожилых людей, женщин и юношества реализуется проект совместно со многими организациями и Немецким спортивным союзом под девизом «движение, игра и спорт на службе у пожилых», разработанный на соревновательном принципе, целью которого является поощрение инициатив, направленных на стимулирование дальнейшего развития спорта для всех и использование его возможностей людьми всех возрастных групп, включая пожилых людей, занимающихся спортом. Следует отметить, что все проекты сопровождаются значительной финансовой поддержкой. На развитие массового спорта и спорта в свободное время направлены также проводимые Союзом германских спортивных обществ мероприятия «Тренируйся», «Спорт для всех», массовые состязания в беге, плавании, велосипедных и лыжных гонках и походах. В результате, за двадцать лет количество клубов выросло с 40 до 80 тыс., количество занимающихся с 10 млн до 21 млн. граждан. Число людей, регулярно занимающихся физическими упражнениями выросло с 21млн до 35 млн.

человек, т. е охват массовым спортом населения превысил 60%. В России количество занимающихся физической культурой и спортом по состоянию на начало 2022 года составляет 49,4 % населения (65,25 млн.человек) [83].

В Бельгии популяризуются семейные формы физкультурных занятий, (общесемейные ежедневные дистанции бега, ходьбы), комплексы упражнений (18 упражнений четырех степеней сложности), проводятся пропагандистские мероприятия оздоровительной направленности.

В Норвегии, также как и в Германии, распространено движение «Тгитт». Статистика свидетельствует, что к нему привлечено 2/3 населения. Основой движения является популярный в стране лыжный спорт [12].

Обобщая опыт реализации физкультурных проектов как в России , так и за рубежом, можно заключить, что такая деятельность направлена прежде всего на оздоровление населения, при этом, внимание уделяется как молодежи, так и взрослому населению. Широкий спектр проектов доказывает потенциал спорта не только со стороны пользы для укрепления здоровья как физическая активность, но и в качестве инструмента по содействию в решении социальных проблем, являясь средством борьбы против негативных социальных явлений, оказывая в том числе и воспитательное воздействие. Спорт в таких проектах не преследует цели подготовить профессиональных спортсменов, а, скорее имеет социальную составляющую, и дает понимание «спорт на благо».

1.4 Особенности физической активности людей молодого и среднего возраста.

По определению ВОЗ, физическая активность – это какое-либо движение тела, производимое скелетными мышцами, которое требует расхода энергии. Термин «физическая активность» относится к любым видам движений, в том числе во время отдыха, поездок [14].

Под физической активностью, в научном представлении В. К. Бальсевича, основоположника современной онтокинезиологии, понимается деятельность человека,

направленная на развитие физических качеств, которые необходимы и достаточны для поддержания здоровья на высоком уровне, для развития общей физической подготовленности и физического совершенствования. Основным компонентом содержания физической активности является использование физических упражнений, основу которых составляют двигательные действия [3].

Молодой возраст, по Классификации возрастов согласно ВОЗ от 2012 года (см. таб. 1) охватывает период 18-29 лет. В этом возрасте человек способен сохранять высокий уровень двигательной функции, силовых способностей и навыков и испытывает максимальную потребность в физической активности.

Таблица 1 – Классификация возрастов согласно ВОЗ

Классификация возрастов согласно ВОЗ	
Возраст	Лет
молодой	18 - 44
средний	45 - 59
пожилой	60 - 74
старые люди	75 – 89
долгожители	старше 90 лет

На этом этапе очень важно воспитать ответственность по отношению к своему здоровью, сформировать устойчивую мотивацию к систематическим занятиям физической культурой и спортом, формированию здоровых форм поведения. Двигательная активность в молодом возрасте имеет решающее значение, так как способствует формированию фундамента здоровья для всей будущей жизни.

Советский и российский хирург Ф. Г. Углов писал о важности сохранения здоровья с молодых лет в своей книге «Советы столетнего хирурга»: «...у молодых людей создается впечатление, что любые нарушения режима не дают никаких последствий. Это не верно. Частое и длительное нарушение режима

рано истощает компенсаторные механизмы, и к зрелому возрасту, когда необходимы наиболее серьезные затраты сил и энергии, такой человек придет уже с изношенным организмом. Он может не справиться с нагрузками и выйти из строя, тогда как другой, более разумно расходовавший свои силы в молодости, сохранит полную работоспособность» [74, с. 300-301]. Важной психологической особенностью молодого возраста является уверенность в наличии огромного запаса сил, энергии и здоровья, поэтому очень важно понимать ценность своего физического потенциала и рационального его использования на протяжении всей жизни. Основными направлениями физического развития в этот период являются развитие силы и выносливости, координационных способностей, развитие навыков оперативного и критического мышления в игровых видах спорта.

В возрасте 30-60 лет (средний возраст) наступает замедление многих процессов в организме человека, изменения в мышечной и костной тканях, изменение состояния сердечно-сосудистой системы, наблюдается замедление обмена веществ, снижение физического потенциала и адаптационных возможностей. Возрастные изменения проявляются также со стороны нервной системы, органов зрения, слуха. В этот период очень важно повышение уровня мотивации к занятиям физической культурой, соблюдению принципов здорового образа жизни. Основой физической подготовки людей среднего возраста является разнообразие физических упражнений при невысокой интенсивности тренировочных нагрузок с целью оздоровления и повышения адаптационных возможностей организма, профилактики различных заболеваний и поддержания физической формы.

Повышение двигательной активности является лучшим средством оздоровления организма в любом возрасте. Недостаточная двигательная активность способствует снижению функциональных резервов организма, нарушению кровообращения, нарушениям функций мышечного аппарата, координации движения, изменениям в костной ткани. Для предотвращения

ряда заболеваний следует регулярно заниматься физически активной деятельностью.

К популярным видам физической активности относятся ходьба, езда на велосипеде, активный отдых и игры, для которых подходит любой уровень мастерства. Доказано, что регулярная физическая активность способствует профилактике и лечению неинфекционных заболеваний, таких как болезни сердца, инсульт, диабет и некоторые виды рака. Она помогает предотвратить гипертонию, поддерживать нормальный вес тела и может улучшать психическое здоровье, повышать качество жизни и благополучие [14].

Для получения положительного эффекта от занятий физической культурой требуется соблюдение регулярности тренировок, постепенное и осторожное наращивание нагрузок, соблюдение здорового образа жизни, включая правильное питание, полноценный отдых и сон и внимательный контроль за общим состоянием своего организма.

1.5 Мотивация лиц молодого и среднего возраста к занятиям физической культурой

Основным направлением для побуждения человека к деятельности, в том числе и к физкультурно-оздоровительной, является мотивация, внутреннее состояние, которое управляет его поведением для удовлетворения своих потребностей.

Мотивация – психологический процесс, который направляет и поддерживает определенное поведение, зависит от цели, которую хотелось бы достичь на каждом из этапов своей жизни или в определенный период, первоначально возникает от мысли, желания или возникновения потребности в чем либо, например в двигательной активности.

Для лиц молодого и среднего возраста мотивы и интерес к занятиям физическими упражнениями различны. Так для молодого возраста мотивом для физической активности являются спортивные достижения, развитие и прогресс

физических качеств. Для среднего возраста мотивом является поддержание здоровья на должном уровне, сохранение дееспособности, возможности активной жизнедеятельности, желание отодвинуть процессы естественного старения организма на более долгий срок.

Мотивы занятий физической культурой можно условно разделить на общие и конкретные. Общие мотивы: желание заниматься физической активностью. Конкретные мотивы: желание выполнять определенные упражнения, определенные предпочтения занятий каким-либо видом спорта или в одном из направлений фитнеса.

Различают мотивы, связанные с процессом деятельности, - удовлетворение потребности в двигательной активности, эмоциональное состояние, и мотивы, связанные с результатом деятельности, - удовлетворение потребности в самосовершенствовании (коррекция физической формы, физических навыков, укрепление здоровья), самовыражении и самоутверждении (желание стать сильнее, в сравнении с другими, потребность в соперничестве).

Формирование физкультурно-оздоровительной мотивации происходит под влиянием как внутренних так и внешних факторов. Внутренние факторы (потребность в здоровье, индивидуальные потребности, интерес к занятиям, любопытство, вдохновение, увлечения) оказывают решающее значение в возникновении мотивации. Внешние факторы (материальные – вознаграждения, призы; социальные – развитая пропаганда физической культуры, активность занятий физической культурой знакомых, друзей, членов семьи, престижность; эмоциональные – похвала) подкрепляют и стимулируют интерес к физической культуре.

Привлечение населения к занятиям физической культурой возможно только путем повышения интереса к этой сфере деятельности.

Завыдивская Н. Н., Ополонец И. В. [26] описывают факторы, так называемые факторы социализации, которые побуждают человека к активности действий в сфере физического развития и сфере физкультурно-

оздоровительных услуг, подразделяющиеся на три группы: макрофакторы, мезофакторы и микрофакторы.

Макрофакторы – государственная политика, законодательное и нормативно-правовое обеспечение сферы физической культуры и спорта.

Мезофакторы – условия социализации групп людей, которые выделяются по национальному признаку, по месту и типу поселения, в котором они живут, по принадлежности к аудитории тех или иных средств массовой коммуникации

Микрофакторы – семья, группа сверстников, организации. Микрофакторы влияют на развитие людей через лиц, в непосредственном взаимодействии с которыми проходит их жизнь.

Большое количество исследований в области формирования мотивации к занятиям физической культурой рассматриваются в рамках системы среднего и высшего образования (Виленский М. Л., Ильин Е. П.). В меньшей степени уделяется внимание изучению вопросов формирования мотивации взрослого населения. Этот предмет исследований в настоящее время имеет особое значение в целях формирования условий для развития и популяризации массового спорта, формирования и продвижения физкультурно-оздоровительных услуг.

Заключение по первому разделу

Рассматривая теоретические аспекты формирования проектов физкультурно-оздоровительных услуг, можем сделать следующие выводы:

1. Оптимальным вариантом решения многих проблем в различных областях деятельности для улучшения качества жизни особую роль играют в настоящее время социальные проекты. Реализация проектов в области физической культуры и спорта способствуют привлечению населения к занятиям физической культурой, оздоровлению населения и решению таких проблем как пагубное воздействие вредных привычек на организм человека.

2. Физкультурно-оздоровительные услуги, в отличие от физкультурно-спортивной деятельности, включают оздоровительную составляющую,

оказывающую положительное воздействие на потребителей в плане сохранения физического здоровья и развития.

3. Двигательная активность лиц молодого и среднего возраста имеет свои возрастные особенности. Очень важно для сохранения физического потенциала вести здоровый образ на протяжении всей жизни. Занятия физической культурой являются самым мощным и действенным стимулятором всех систем организма человека на всех этапах жизнедеятельности.

4. При ускорении научно-технического прогресса замечается снижение двигательной активности населения. Взрослое население занимается физической культурой по мере возможности при собственном осознании сохранения физического здоровья. Существует проблема вовлечения взрослого населения к занятиям физической культурой. Привлечение населения к занятиям возможно при повышении интереса к этой сфере деятельности. Недостаточно научных исследований уделяется формированию мотивации взрослого населения к физической культуре, что формирует потребность дальнейших исследований в этой области.

5. Для решения данной проблемы в настоящее время реализуется большое количество различных социальных проектов по вовлечению населения всех возрастных категорий к занятиям физической культурой, повышению роли массового спорта и продвижение в обществе ценностей физического здоровья нации.

2 Организация и методы исследования

2.1 Организация исследования

Исследование проводилось на базе Универсального спортивного комплекса «Теннис Холл», (г.Красноярск). Исследование включало четыре этапа:

На первом этапе (январь 2021 – январь 2023) был проведен анализ литературных источников с целью изучения теоретической базы проектирования физкультурно-оздоровительных услуг, изучения российского и зарубежного опыта реализации физкультурных проектов, изучения нормативно-правовых документов.

На втором этапе (февраль 2022 – январь 2023) проведен анализ эффективности деятельности спортивного комплекса с целью определения степени загруженности залов, определения возможности реализации физкультурно-оздоровительного проекта.

На третьем этапе (февраль 2022 – март 2022) проведено анкетирование потенциальных клиентов с целью определения факторов, побуждающих ведению здорового образа жизни и занятиям физической культурой.

Четвертый этап предусматривает формирование проекта и его практическую реализацию в дальнейшем.

2.2 Методы исследования

Для проведения исследования были применены следующие методы:

1. Анализ и обобщение литературных источников.
2. Анкетирование.
3. Обработка статистических данных.
4. Экономический анализ.

Применение анализа литературных источников позволило изучить основные вопросы, связанные с проектной деятельностью физкультурных организаций, осуществления проектного управления на объектах физкультурно-оздоровительной направленности, особенности реализации проектной деятельности в России и за рубежом. Всего было проанализировано 88 источников, из них 6 зарубежных авторов.

Анализ нормативно-правовых документов осуществлялся на протяжении всего исследования. Были рассмотрены законодательные, нормативные и правовые документы на основании которых осуществляет свои функции по оказанию физкультурно-оздоровительных услуг спортивный комплекс «Теннис Холл».

Анкетный опрос респондентов проводился с целью определения мнения взрослого населения по отношению к здоровому образу жизни, какие факторы способствуют и какие препятствуют занятиям физической культурой. Была разработана анкета-опросник, состоящая из 10 вопросов, на которые участники могли ответить анонимно. В опросе приняли участие 118 человек, жители Ленинского района города Красноярск. Результаты опроса были сведены в таблицы и отражены в диаграммах.

3 Оценка возможности реализации проекта на базе спортивного комплекса

3.1 Анализ эффективности деятельности спортивного комплекса

3.1.1 Анализ фактической загруженности и мощности спортивного комплекса

Универсальный спортивный комплекс «Теннис Холл» является многофункциональным спортивным комплексом, профиль работы которого предоставление физкультурно-оздоровительных и спортивных услуг, включающих организацию и предоставление места для спортивных занятий, занятий по теннису, сквошу, фитнесу, плаванию, консультационные услуги тренеров по указанным видам спорта, рекомендации по технике безопасности, методические рекомендации по тренировочному процессу, проведение детских развивающих занятий и спортивных игр. Основное направление работы спортивного комплекса – большой теннис. Наряду с широким спектром услуг в сфере физкультурного и спортивного направления широко применяются оздоровительные мероприятия, сочетающие в себе современные методики реабилитации с целью восстановления здоровья при различных заболеваниях (проблема избыточного веса, нарушение осанки, заболевания позвоночника, заболевания суставов, плоскостопие и пр.). Таким образом, спорткомплекс является уникальной площадкой, где каждый может улучшить здоровье и повысить качество жизни и уровень своего физического развития.

На территории комплекса размещено три крытых теннисных корта, три грунтовых теннисных корта (открытых), единственные в городе сквош-корты (кабины для игры в сквош). Зал тенниса имеет раздвижную трибуну для зрителей на 500 мест, что позволяет проводить соревнования по теннису различного уровня. Помимо кортов комплекс содержит тренажерный зал площадью 600 кв/м, оснащенный профессиональным оборудованием «Пресог» и

«Technogym», 70 единиц тренажеров различного назначения, современный зал единоборств с рингом и снарядами.

Министерством спорта России универсальный спортивный комплекс «Теннис Холл» был включен во Всероссийский реестр объектов спорта. Дата включения в реестр 19.10.2021 г.

Перечень и размеры функциональных залов представлены в таблице 2.

Таблица 2 – Площади функциональных залов спорткомплекса

№п/п	Наименование	Количество	Площадь ед. помещения (кв.м)	Общая площадь (кв.м)
1	Теннисный корт (крытый)	3	260,86	782,58
2	Теннисный корт (грунтовый)	3	260,86	782,58
3	Сквош корт	3	62,6	187,8
4	Тренажерный зал	1	600	600
5	Зал единоборств	1	350	350
6	Зал для фитнеса (большой)	1	250	250
7	Зал для фитнеса (средний)	1	100	100
8	Зал для фитнеса (малый)	1	60	60
9	Бассейн для грудничкового плавания (ванна 1м х 3м) 2 ванны	1	40	40
10	Бассейн для детского плавания (ванна 3м х 5м)	1	40	40
11	Сауна тирольская	1	30	30
	Итого по залам			3222,96

Единовременная пропускная способность функциональных залов и расчет годовой мощности спортивного комплекса представлены в таблице 3.

Таблица 3 – Единовременная пропускная способность и расчет годовой мощности спортивного комплекса

№ п/п	Наименование	Количество помещений (залов) (ед)	Единовременная пропускная способность зала (чел)	Единовременная пропускная способность (чел)	Кол-во рабочих часов в сутки (час.)	Кол-во рабочих дней в году (дн.)	Годовая мощность спортивного комплекса (чел/год)
				ЕПС	РЧ	РД	МС
1	2	3	4	5	6	7	8
1	Теннисный корт (крытый)	3	4	12	15	350	63000
2	Теннисный корт (грунтовый)	3	4	12	15	92	16560
3	Сквош корт	3	2	6	15	350	31500
4	Тренажерный зал	1	70	70	15	360	378000
5	Зал единоборств	1	30	30	12	300	108000
6	Зал для фитнеса (большой)	1	30	30	14	350	147000
7	Зал для фитнеса (средний)	1	15	15	14	300	63000
8	Зал для фитнеса (малый)	1	8	8	14	256	28672
9	Бассейн для грудничкового плавания	2	1	2	12	300	7200
10	Бассейн для детского плавания	1	8	8	12	300	28800
	Итого			193			871732

Функциональный состав помещений:

- для спортсменов;
- для зрителей;
- вспомогательные помещения.

Пропускная способность спорткомплекса 500 чел/день. Общая площадь спортивного комплекса составляет более 8000 кв/м. Режим работы с 7-00 до 23-30 часов.

Залы групповых программ (фитнес залы) имеют ограничения по количеству человек, занимающихся в зале. Большой зал – 30 человек, средний зал – 15 человек, малый зал – 8 человек. В свободное от программ время залы могут быть предоставлены в аренду согласно прейскуранту цен на оказываемые услуги УСК «Теннис Холл». На групповые занятия в каждом из залов отводится время 8 часов в день. Остальное время (6 часов) предоставляется для аренды или для проведения дополнительных индивидуальных занятий и программ. Продолжительность занятия в группах составляет в среднем 1 час.

Единовременная (нормативная) пропускная способность зала рассчитывается исходя из нормативов [48]:

- для теннисного корта – не более 4 человек на 1 корт;
- для сквош корта – не более 2 игроков на 1 корт;
- для тренажерного зала – 1 тренажер на 1 занимающегося;
- для помещений физкультурно-оздоровительного направления – 8,2 кв.м/чел.;
- для грудничкового плавания – ванна 1м х 3м на 1 чел.;
- для детского плавания – ванна 3м х 5м на 8 человек.

Годовая мощность спортивного комплекса рассчитывается по следующей формуле (1) [48]:

$$MC = EPC \times PC \times PD, \quad (1)$$

где MC – годовая мощность спортивного сооружения;

EPC – единовременная (нормативная) пропускная способность спортивного комплекса;

РЧ – количество рабочих часов спортивного комплекса в сутки;

РД – количество рабочих дней спортивного комплекса в году.

Произведем расчет фактической загрузки залов исходя их данных журналов посещений за 2021 и 2022 гг.

Фактическая загрузка фитнес залов (использованы данные 2021 года) представлена в таблице 4.

Фактическая загрузка фитнес залов (использованы данные 2022 года) представлена в таблице 5.

Таблица 4 – Фактическая загрузка фитнес залов (по дням недели) по данным 2021 года

День недели	Большой зал			Средний зал			Малый зал		
	Максимальная дневная загрузка зала (чел.)	Фактическое количество занимающихся (чел.)	Коэффициент загрузки зала, %	Максимальная дневная загрузка зала (чел.)	Фактическое количество занимающихся (чел.)	Коэффициент загрузки зала, %	Максимальная дневная загрузка зала (чел.)	Фактическое количество занимающихся (чел.)	Коэффициент загрузки зала, %
	МДЗ1	Фкз1	КЗ1	МДЗ2	Фкз2	КЗ2	МДЗ3	Фкз3	КЗ3
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Пн	420	90	21,42	210	69	32,85	112	4	3,57
Вт	420	95	22,61	210	46	21,9	112	13	11,60
Ср	420	71	16,9	210	65	30,95	112	6	5,35
Чт	420	107	25,47	210	45	21,42	112	9	8,03
Пт	420	90	21,42	210	65	30,95	112	6	5,35
Сб	420	92	21,90	210	57	27,14	-	-	-
Вс	420	58	13,8	-	-	-	-	-	-
Итого	2940	603	20,51	1260	347	27,53	560	38	6,78

Максимальная дневная загрузка зала рассчитывается по формуле (2):

$$\text{МДЗ} = \text{ЕПС} \times \text{РЧ}, \quad (2)$$

где МДЗ – максимальная дневная загрузка зала.

МДЗ1 – максимальная дневная загрузка зала 1 (большой фитнес зал);

МДЗ2 – максимальная дневная загрузка зала 2 (средний фитнес зал);

МДЗ3 – максимальная дневная загрузка зала 3 (малый фитнес зал).

Таблица 5 – Фактическая загрузка фитнес залов (по дням недели) по данным 2022 года

День недели	Большой зал			Средний зал			Малый зал		
	Максимальная дневная загрузка зала (чел.)	Фактическое количество занимающихся (чел.)	Коэффициент загрузки зала, %	Максимальная дневная загрузка зала (чел.)	Фактическое количество занимающихся (чел.)	Коэффициент загрузки зала, %	Максимальная дневная загрузка зала (чел.)	Фактическое количество занимающихся (чел.)	Коэффициент загрузки зала, %
	МДЗ1	Фкз1	КЗ1	МДЗ2	Фкз2	КЗ2	МДЗ3	Фкз3	КЗ3
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Пн	420	116	27,61	210	86	40,95	112	12	10,71
Вт	420	120	28,57	210	74	35,23	112	20	17,85
Ср	420	109	25,95	210	86	40,95	112	22	19,64
Чт	420	114	27,14	210	63	30,00	112	22	19,64
Пт	420	119	28,33	210	83	39,52	112	20	17,85
Сб	420	122	29,04	210	73	34,76	-	-	-
Вс	420	79	18,8	-	-	-	-	-	-
Итого	2940	779	26,49	1260	465	36,90	560	96	17,14

Фактическая дневная загрузка зала рассчитывается по формуле (3):

$$\Phi З = \Phi_{кз} \times РЧ, \quad (3)$$

где $\Phi З$ – фактическая загрузка зала;

$\Phi З1$, $\Phi З2$, $\Phi З3$ соответственно по залам.

$\Phi_{кз}$ – фактическое количество занимающихся;

Фкз1, Фкз2, Фкз3 – соответственно по залам.

Коэффициент загрузки зала рассчитывается по формуле (4):

$$KЗ = \frac{\PhiЗ}{МДЗ} \times 100\% \quad (4)$$

где КЗ – коэффициент загрузки залов.

Кз1, Кз2, Кз3 соответственно по залам.

Загруженность фитнес залов в течение недели в 2021 и в 2022 годах можно наглядно представить на графиках (рис. 7 и 8).

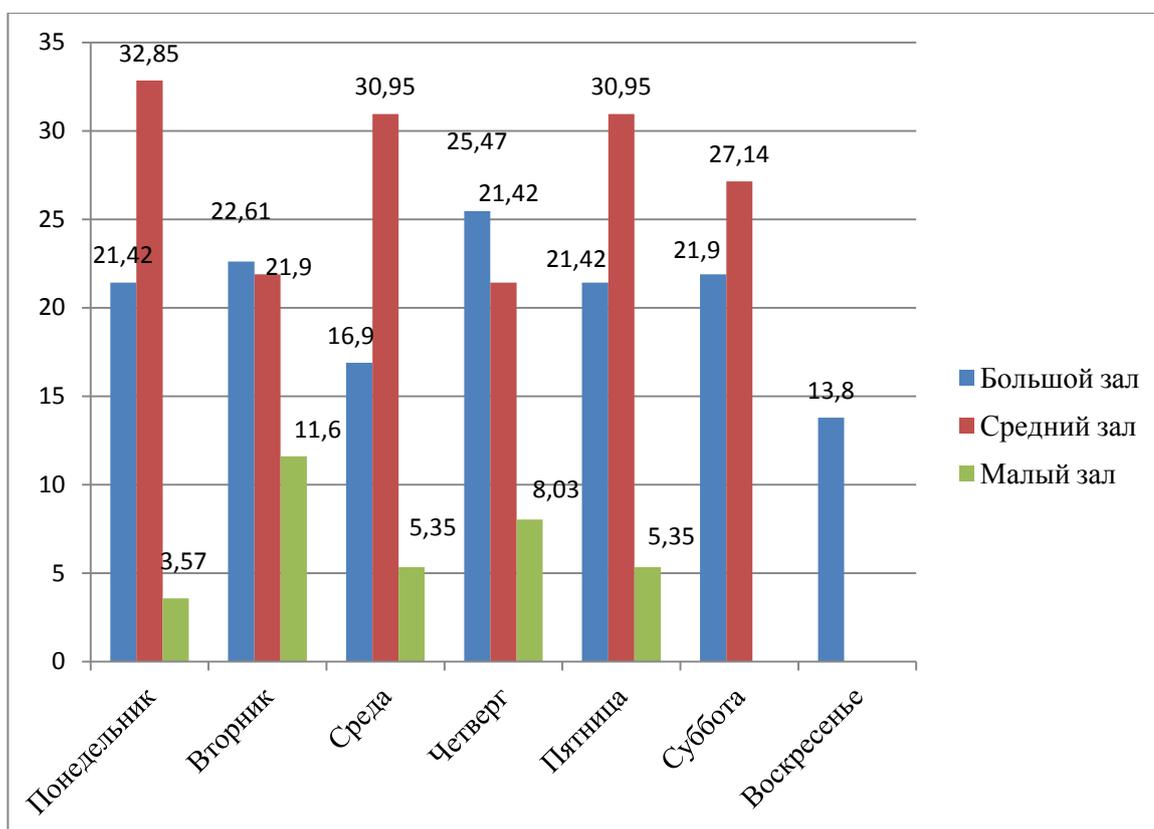


Рисунок 7 – Загруженность фитнес залов в течение недели (2021 г.), %

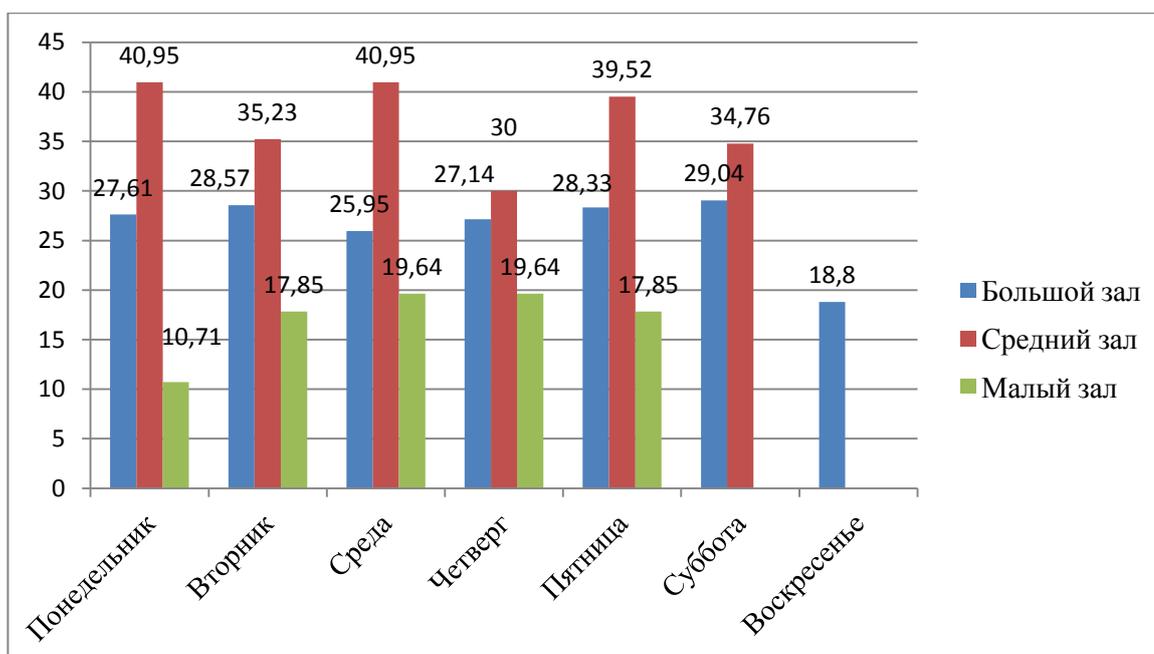


Рисунок 8 – Загруженность фитнес залов в течение недели (2022 год), %

Анализируя диаграммы, можем сделать вывод, что имеющиеся в спорткомплексе залы для занятий фитнесом загружены недостаточно. Диапазон загрузки от 3,57% до 32,85% (2021 г.), от 10,71% до 40,95% (2022 г.). Средняя недельная загрузка фитнес залов составляет в 2021 году от 6,78% до 27,53%, в 2022 году в диапазоне от 17,14% до 36,9%. Этот показатель характеризует загруженность спортивных залов с точки зрения физкультурно-спортивных занятий с гражданами. Низкий коэффициент не означает неэффективность работы, а свидетельствует о том, что есть достаточно большой резерв для реализации различных программ для работы с населением в плане предоставления услуг физкультурно-оздоровительного направления. В 2022 году больше проводилось мероприятий, в том числе индивидуальных и групповых занятий.

Рассмотрим степень загруженности тренажерного зала.

Средняя недельная загруженность тренажерного зала представлена в таблице 6 (использованы данные 2021 и 2022 гг.) и на рисунке 9.

Таблица 6 – Средняя недельная загруженность тренажерного зала.

День недели	Максимальная дневная загрузка зала (чел.)	2021 г.		2022 г.	
		Фактическое количество занимающихся (чел.)	Коэффициент загруженности зала, %	Фактическое количество занимающихся, (чел.)	Коэффициент загруженности зала, %
Понедельник	1050	225	21,42	268	25,52
Вторник	1050	209	19,90	235	22,38
Среда	1050	248	23,61	272	25,90
Четверг	1050	232	22,09	250	23,80
Пятница	1050	255	24,28	283	26,95
Суббота	1050	195	18,57	239	22,76
Воскресенье	1050	97	9,23	168	16,00
Итого	7350	1461	19,87	1715	23,33

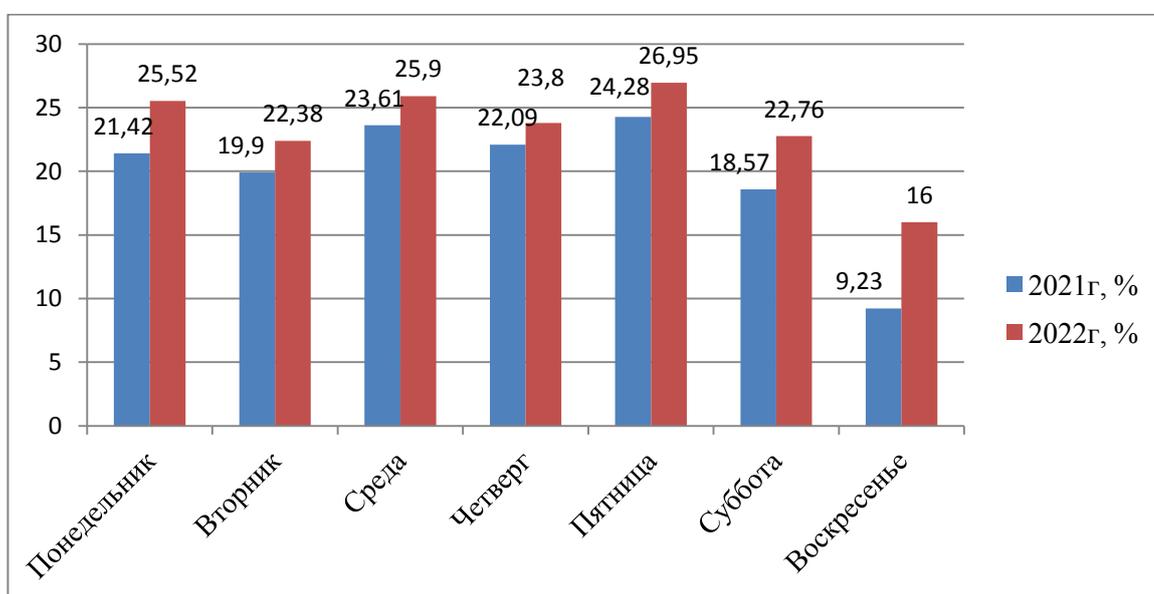


Рисунок 9 – Загруженность тренажерного зала в течение недели (2021-2022 гг.)

Анализируя данные таблицы 4 и рисунка 4 видим, что в 2022 году наблюдается небольшое увеличение количества занимающихся в тренажерном зале. Средний процент загруженности зала в неделю увеличился с 19,87% (по сравнению с 2021 годом) до 23,33%. Люди стали чаще посещать тренажерный зал в выходные дни, что свидетельствует о положительном влиянии проводимых на базе «Теннис Холла» мероприятий, которые способствуют вовлечению населения к занятиям и стремлению к собственному физическому развитию. Несмотря на проводимую работу, процент загруженности тренажерного зала остается низким, что создает резерв для увеличения численности занимающихся и необходимости проведения большего количества мотивирующих программ.

Анализ загруженности теннисных кортов. Грунтовые (открытые корты) имеют сезонную загруженность. Период работы только в летние месяцы (июнь-август), составляет 92 дня. Режим работы 15 часов в сутки (с 7-00 до 22-00 часов).

Таблица 7 – Загруженность теннисных кортов (грунтовых) в 2021-2022 гг.

День недели	Максимальная дневная нагрузка грунтовых кортов (чел.)	2021г.		2022г.	
		Фактическое количество занимающихся (чел.)	Коэффициент загруженности грунтовых кортов, %	Фактическое количество занимающихся (чел.)	Коэффициент загруженности грунтовых кортов, %
Понедельник	180	44	24,44	58	32,22
Вторник	180	52	28,88	62	34,44
Среда	180	58	32,22	54	30,00
Четверг	180	54	30,00	84	46,66
Пятница	180	64	35,55	66	36,66
Суббота	180	72	40,00	92	51,11
Воскресенье	180	86	47,77	98	54,44
Итого	1260	430	34,12	514	40,79

Анализ загруженности открытых (грунтовых) теннисных кортов в среднем недельном разрезе за период 2021 г. и 2022 г. можем представить в таблице 7 и на рисунке 10.

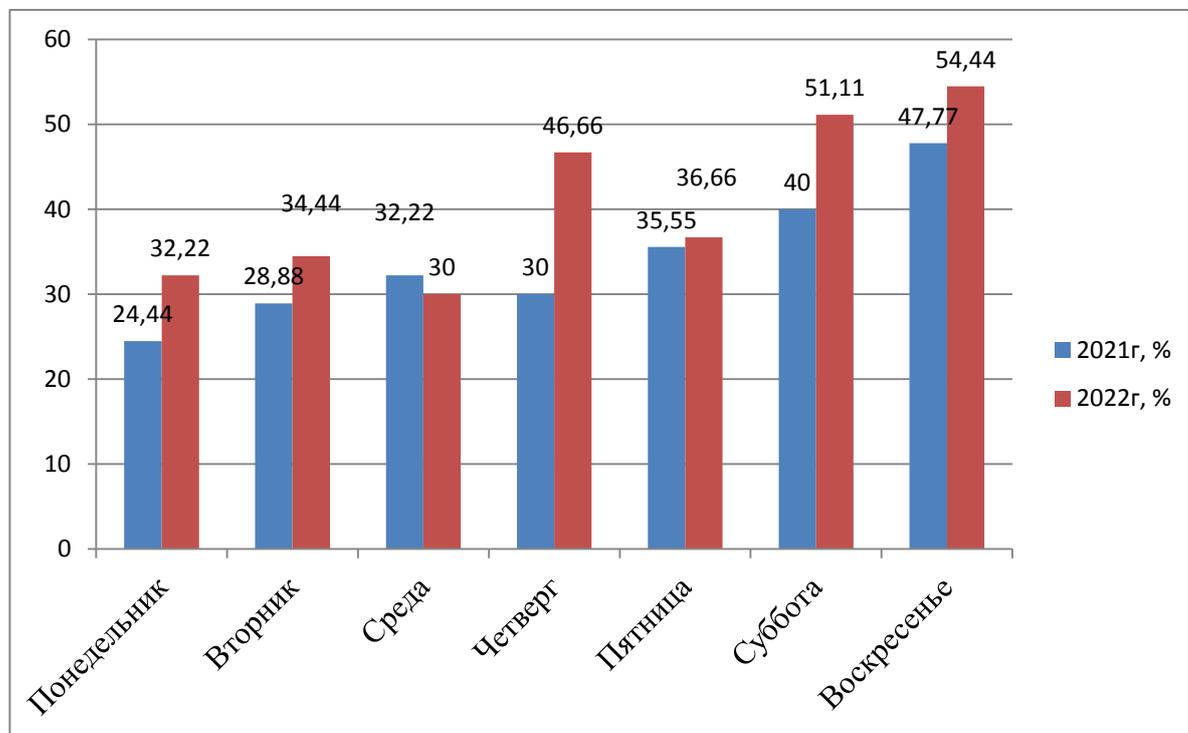


Рисунок 10 – Загруженность теннисных кортов (грунтовых) в 2021 и 2022 гг.

Анализ данных показывает, что заниматься на открытых кортах люди предпочитают в выходные дни (суббота – воскресенье). На загруженность кортов оказывают влияние и погодные условия. Так в слишком жаркую или дождливую погоду не занимаются на кортах. Сравнивая показатели 2022 года, можем сказать, что посещений было больше в среднем недельном разрезе по отношению к 2021 году. Средний показатель загруженности увеличился на 6,67% (с 34,12% до 40,79%).

Крытые корты не подвержены влиянию погодных условий, даже наоборот, посетители могут воспользоваться ими в случае жаркой погоды или дождя. Но, именно в летний период, как правило предпочтение отдается занятиям на свежем воздухе и крытые корты могут подолгу находиться в

«режиме ожидания». Загруженность крытых кортов за период 2021-2022 гг. представлены в таблице 8 и на рисунке 11.

Таблица 8 – Загруженность крытых кортов 2021-2022 гг.

День недели	Максимальная дневная нагрузка крытых кортов, (чел.)	2021 г.		2022 г.	
		Фактическое количество занимающихся, (чел.)	Коэффициент загрузки крытых кортов, %	Фактическое количество занимающихся, (чел.)	Коэффициент загрузки крытых кортов, %
Понедельник	180	126	70,00	146	81,11
Вторник	180	98	54,44	124	68,88
Среда	180	112	62,22	158	87,77
Четверг	180	132	73,33	136	75,55
Пятница	180	128	71,11	164	91,11
Суббота	180	86	47,77	112	62,22
Воскресенье	180	78	43,33	96	53,33
Итого	1260	760	60,31	936	74,28

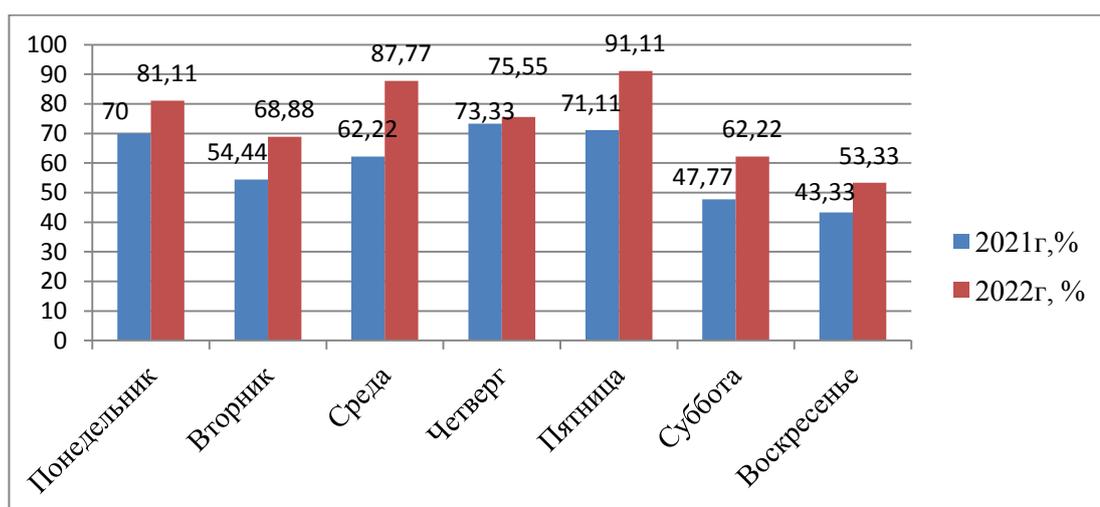


Рисунок 11 – Загруженность крытых кортов 2021-2022 гг, %

Анализ данных свидетельствует о том, игра в теннис пользуется большой популярностью. Различие по загруженности крытых кортов в 2022 году составляет 13,97 % по отношению к 2021 году. Суббота и воскресенье – не самые предпочтительные дни для игр. В будни наблюдается большая активность для посещения кортов.

Сквош корты. Анализ загруженности сквош кортов представлен в таблице 9 и на рисунке 12.

Таблица 9 – Анализ загруженности сквош кортов в 2021-2022 гг.

День недели	Максимальная дневная нагрузка сквош кортов, (чел.)	2021 г.		2022 г.	
		Фактическое количество занимающихся, (чел.)	Коэффициент загруженности сквош кортов, %	Фактическое количество занимающихся, (чел.)	Коэффициент загруженности сквош кортов, %
Понедельник	90	48	53,3	62	68,88
Вторник	90	46	51,11	48	53,33
Среда	90	54	60,00	58	64,44
Четверг	90	40	44,44	52	57,77
Пятница	90	46	51,11	64	71,11
Суббота	90	64	71,11	72	80,00
Воскресенье	90	50	55,55	64	71,11
Итого	730	348	47,67	400	54,79

Анализ данных показывает наибольшую загруженность в 2022 году. Наиболее предпочтительные дни для занятий сквош – суббота и воскресенье. Коэффициент средней недельной загрузки в 2022 году увеличился на 7,12% (с 47,67% до 54,79%) по отношению к 2021 году. Это свидетельствует об увеличении активности населения и популяризации игры в сквош.

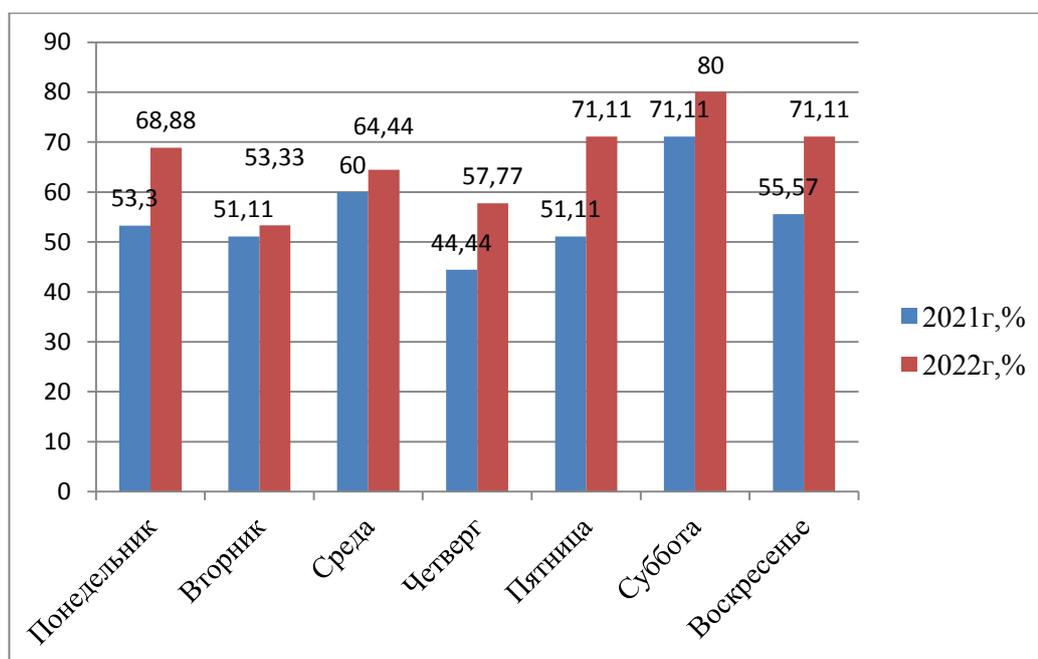


Рисунок 12 – Анализ загруженности сквош кортов 2021-2022 гг.

Анализируя показатели загруженности залов и кортов можем сделать заключение о том, что в 2022 году активность клиентов к занятиям физической культурой и спортом увеличилась, но всё еще не достаточно высок процент посещений, что дает возможность говорить о наличии резерва использования сооружений для занятий физической культурой и спортом в спортивном комплексе. В частности, наблюдается увеличение доли посещений крытых теннисных кортов и залов для фитнеса (таблица 10). Это связано с тем, что проектные программы, реализуемые на базе спортивного комплекса, имеют теннис- и фитнес-направления (обучение игре в теннис, сквош, различные программы фитнес направления: гимнастика в гамаках, зумба и пр.)

Фактическая загрузка залов по подразделениям спортивного комплекса представлена в таблице 10.

Таблица 10 – Фактическая загруженность спортивного комплекса по подразделениям 2021-2022 гг.

Наименование	Годовая мощность, (чел./год)	Фактическая загруженность 2021 г, (чел./год)	Фактическая загруженность 2022 г, (чел./год)	Фактическая загруженность по подразделениям, %			Доля загруженности по подразделениям в общей фактической загруженности (соответственно по годам), %		
				2021г	2022г	+, -	2021г	2022г	+, -
Теннисный корт (крытый)	63000	39520	48672	63,73	77,25	+ 13,52	16,28	16,55	+ 0,27
Теннисный корт (грунтовый)	16560	5590	6682	33,75	40,35	+ 6,6	2,3	2,27	- 0,03
Сквош корт	31500	18096	20800	57,44	66,03	+ 8,59	7,46	7,07	- 0,39
Тренажерный зал	378000	75972	89180	20,09	23,59	+ 3,5	31,3	30,32	- 0,98
Зал единоборств	108000	38700	44000	35,83	40,74	+ 4,91	15,94	14,96	- 0,98
Зал для фитнеса (большой)	147000	31356	40508	21,33	27,55	+ 6,22	12,92	13,77	+ 0,85
Зал для фитнеса (средний)	63000	18044	24180	28,64	38,38	+ 9,74	7,43	8,22	+ 0,79
Зал для фитнеса (малый)	28672	1976	4992	6,89	17,41	+ 10,52	0,81	1,70	+ 0,89
Бассейн для грудничков. Плавание	7200	4860	6000	67,5	83,33	+ 15,83	2,0	2,04	+ 0,04
Бассейн для детского плавания	28800	8640	9120	30,0	31,66	+ 1,66	3,56	3,10	- 0,46
Итого	871732	242754	294134				100	100	

Наглядно долю загруженности по подразделениям можем представить в следующих диаграммах (рис. 13, рис. 14):

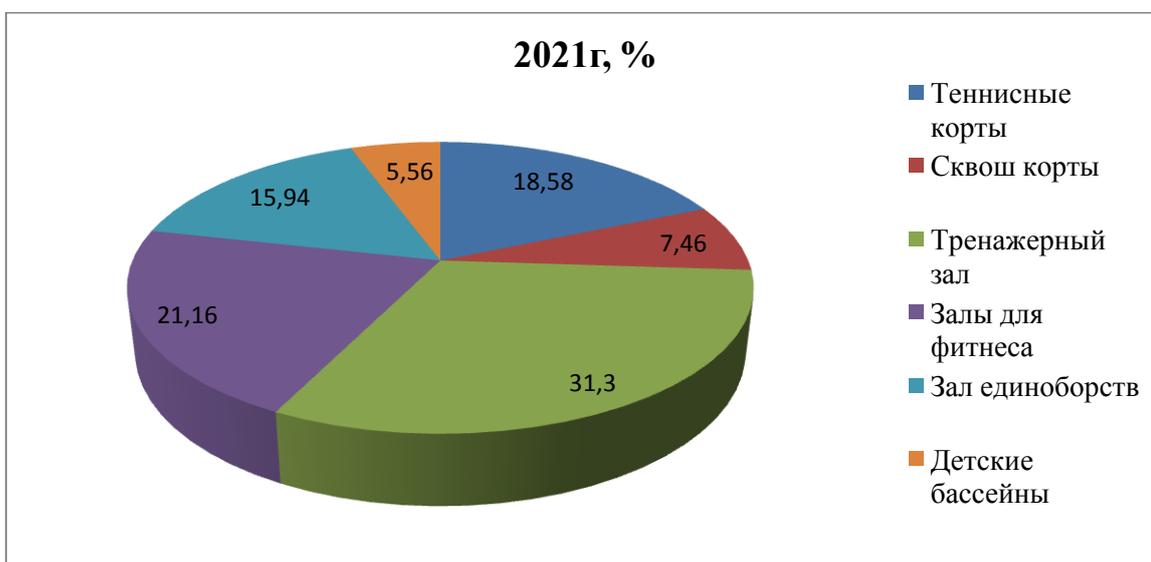


Рисунок 13 – Доля фактической загруженности подразделений спортивного комплекса в 2021 году

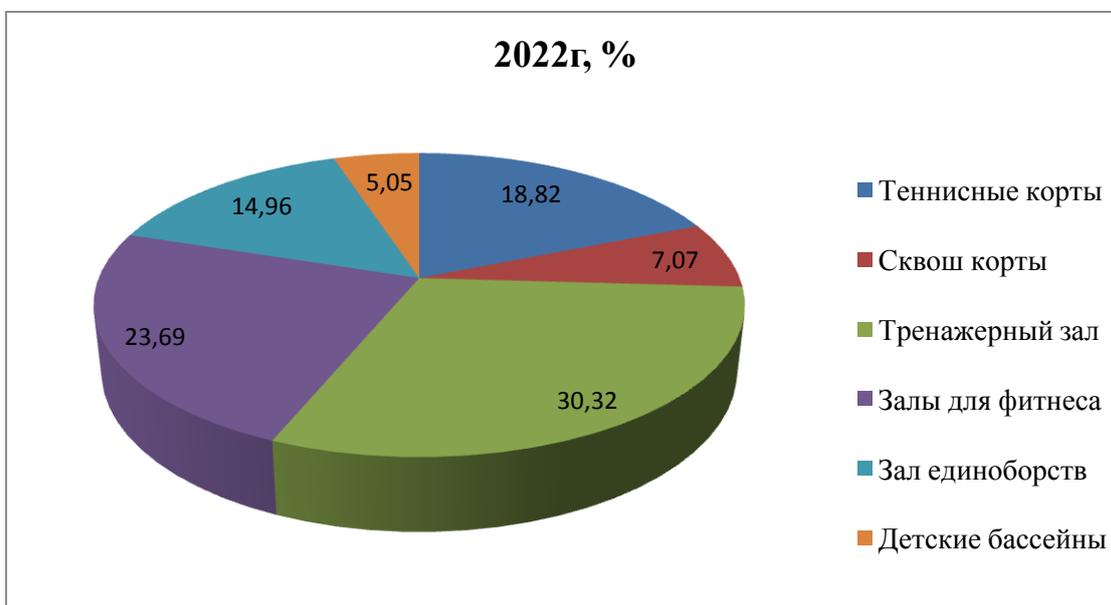


Рисунок 14 – Доля фактической загруженности подразделений спортивного комплекса в 2022 году.

Анализируя полученные данные, можем сделать заключение о том, что реализация проектных программ на базе универсального спортивного комплекса «Теннис Холл» дает положительные результаты в плане привлечения новых клиентов, увеличения посещаемости, в результате повышения заинтересованности в услугах комплекса.

3.1.2 Анализ показателей доходности организации

Оценка доходности предполагает анализ абсолютных и относительных показателей, характеризующих ее уровень.

Абсолютными показателями являются прибыль и выручка от реализации. Относительным показателем является показатель рентабельности, то есть показатель экономической эффективности деятельности организации, позволяет определить эффективность использования ресурсов и возможность получения дохода.

Расчет рентабельности от продаж (в нашем случае от реализации физкультурно-оздоровительных услуг) производится по формуле (5).

$$P = \frac{\Pi}{B} \times 100\% \quad (5)$$

где P – рентабельность, %

Π – прибыль за период;

B – выручка за период.

Чем выше показатель рентабельности, тем выше конкурентоспособность организации.

Определяют следующие результаты:

1-5% - низкая рентабельность

5-20% - средний показатель, характеризующий стабильную работу организации;

20-30% - высокая рентабельность, отличный результат работы.

Оценка доходности спортивного комплекса представлена в таблице 11.

Таблица 11 – Оценка доходности спортивного комплекса

Период	Выручка, млн. руб.	Прибыль, млн. руб.	Рентабельность, %
2017 г.	42,23	0,415	0,98
2018 г.	47,04	0,717	1,52
2019 г.	47,53	- 6,5	-
2020 г.	28	- 2,0	-
2021 г.	50,2	9,28	18,48
2022 г.	53,14	10,3	19,38

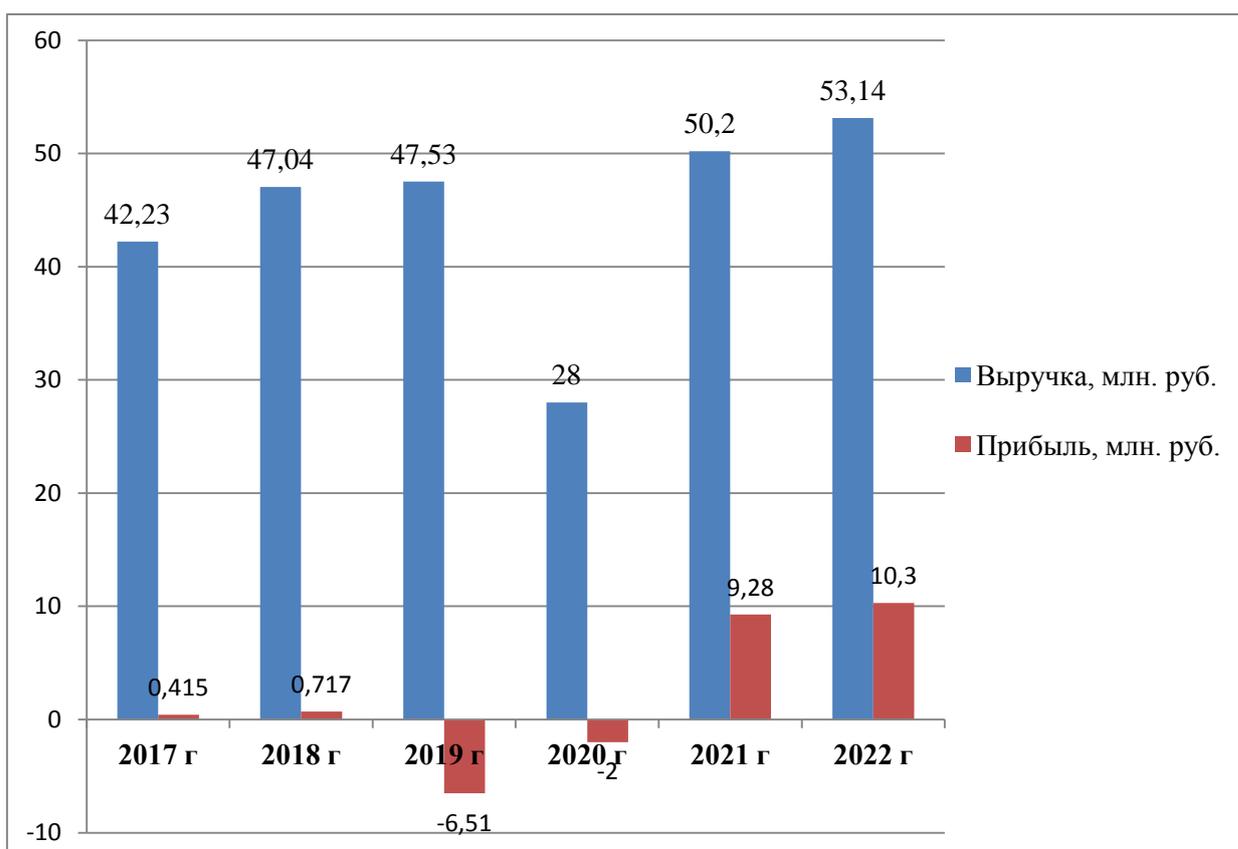


Рисунок 15 – Динамика доходности УСК «Теннис Холл»

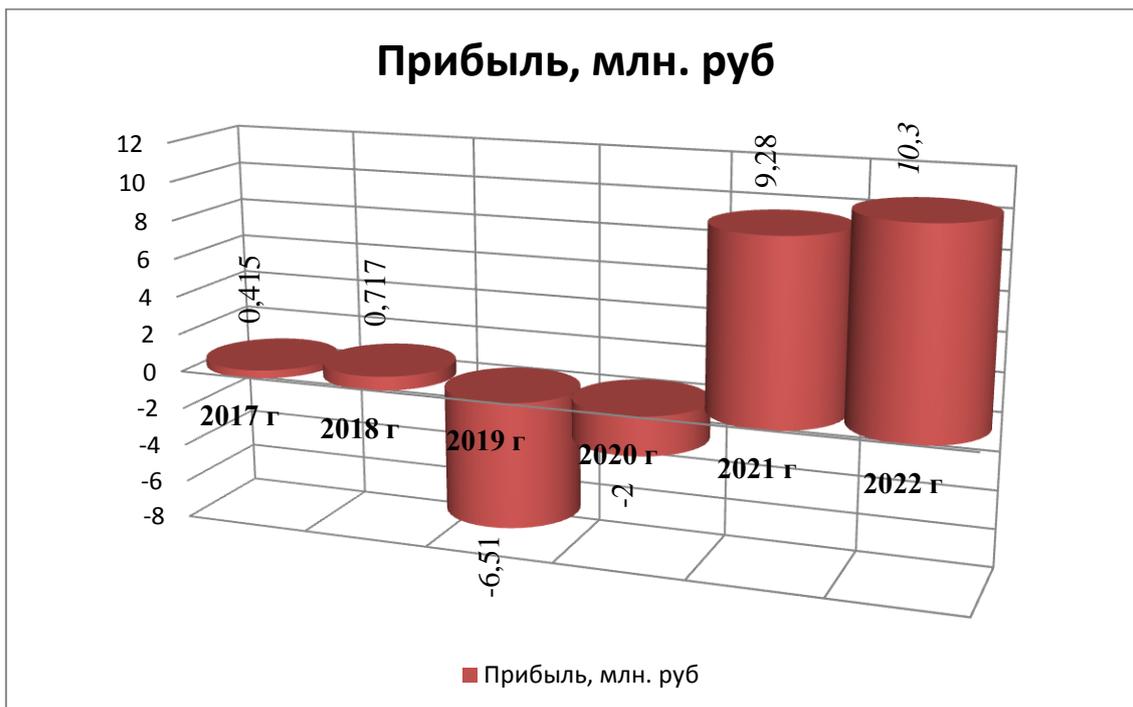


Рисунок 16 – Динамика прибыли УСК «Теннис Холл», млн. руб.

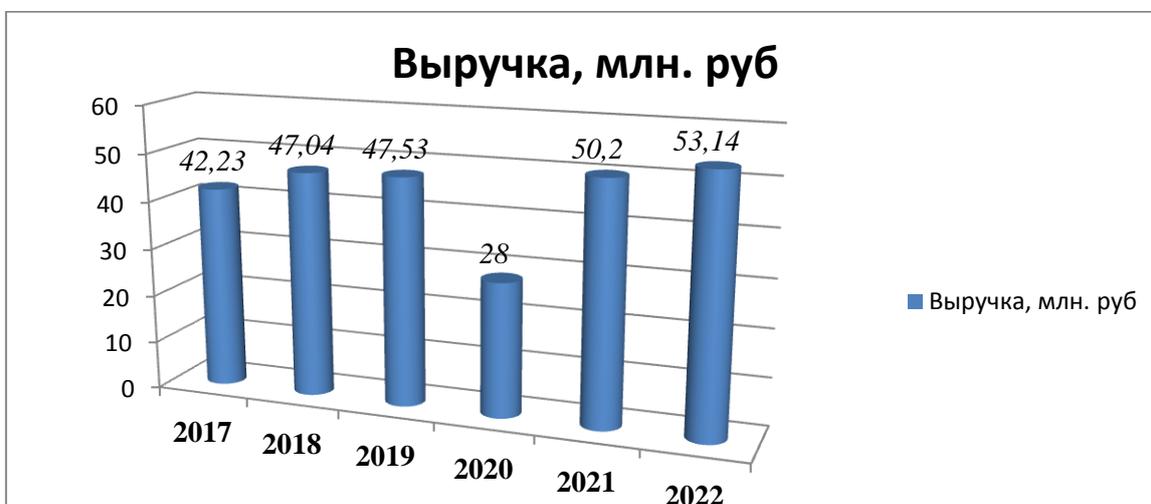


Рисунок 17 – Динамика выручки УСК «Теннис Холл», млн. руб.

Анализ финансовых показателей УСК «Теннис Холл» за период 2017-2022 гг. дает возможность оценить реализацию проектных программ, которые осуществлялись в течение 2021-2022 гг., главной целью которых является привлечение новых клиентов,

удержание уже действующих и, как следствие, повышение доходности организации. Рентабельность спортивного комплекса за 2021-2022 гг. составляет 18,48% - 19,38% и имеет тенденцию к росту, является средним показателем рентабельности (значения находятся в диапазоне 5-20%) и свидетельствует о стабильной работе организации.

В настоящее время для сохранения устойчивого положения на рынке физкультурно-оздоровительных услуг ООО «Теннис-Холл» и сохранения конкурентоспособности в условиях постоянно изменяющейся социальной среды возникает необходимость приспосабливаться к новым условиям, находить решения в области ценовой политики. Используется применение льготных тарифов для определенных категорий клиентов, например, безлимитный абонемент, льготный абонемент «55+» и другие варианты абонементов для клиентов.

3.1.3 Анализ рейтинга спортивной организации

Одним из инструментов обратной связи с клиентами УСК «Теннис Холл», помимо «Книги отзывов», в которой любой клиент может оставить как положительный, так и отрицательный отзыв, свои пожелания по совершенствованию работы и предоставлению услуги, качеству обслуживания, являются различные сайты. Клиенты могут получать информацию об услугах, расписании, номера телефонов для получения консультации и также оставить отзыв или свое замечание либо рекомендации по качеству обслуживания.

На базе спортивного комплекса «Теннис Холл» был проведен анализ рейтинга организации по оценке клиентов в социальных сетях (таб. 12).

Динамика приводится за период с 10.02.2022г. по 01.01.2023г. Исходным материалом послужила информация отзывов клиентов, полученная из следующих сайтов:

Сайт №1:

https://krasnoyarsk.flamp.ru/firm/tennis_kholl_universalnyjj_sportivnyjj_kompleks-985690699466478

Сайт № 2:

<https://2gis.ru/krasnoyarsk/firm/985690699466478;>

Сайт № 3:

https://yandex.ru/maps/org/tennis_kholl/1086476559/?ll=92.983963%2C56.019200&z=17;

Сайт № 4:

[https://krasnoyarsk.zoon.ru/fitness/universalnyj_sportivnyj_kompleks_tennis_holl_na_ulitse_polzunova/reviews/;](https://krasnoyarsk.zoon.ru/fitness/universalnyj_sportivnyj_kompleks_tennis_holl_na_ulitse_polzunova/reviews/)

Сайт № 5:

[http://krasnoyarsk.biglion.ru/review/sportivnye_kluby/tennis_holl/.](http://krasnoyarsk.biglion.ru/review/sportivnye_kluby/tennis_holl/)

Показатели были зафиксированы трижды: 10.02.2022г, 10.08.2022г и 01.01.2023г.

Таблица 12 – Рейтинг спорткомплекса УСК «Теннис Холл»

№ п/п	Информационный канал	Количество отзывов (10.02.2022)	Средняя оценка (10.02.2022)	Количество отзывов (10.08.2022)	Средняя оценка (10.08.2022)	Количество отзывов (01.01.2023)	Средняя оценка (01.01.2023)
1	https://krasnoyarsk.flamp.ru/firm/tennis_kholl_universalnyj_sportivnyj_kompleks-985690699466478	178	4	181	4	181	4
2	https://2gis.ru/krasnoyarsk/firm/985690699466478	205	3,8	215	4	223	3,8
3	https://yandex.ru/maps/org/tennis_kholl/1086476559/?ll=92.983963%2C56.019200&z=17;	112	4,7	123	4,7	142	4,8
4	https://krasnoyarsk.zoon.ru/fitness/universalnyj_sportivnyj_kompleks_tennis_holl_na_ulitse_polzunova/reviews/;	5	3,6	5	3,6	31	3,5
5	http://krasnoyarsk.biglion.ru/review/sportivnye_kluby/tennis_holl/.	5	4,6	8	4,6	8	4,6
	ИТОГО	505	4,14	532	4,18	585	4,14

Средний балл рассчитывался по пяти балльной системе, где:

оценка «5» - отлично;

«4» - хорошо;

«3» - удовлетворительно;

«2» - плохо;

«1» - очень плохо.

По результатам отзывов, оставленных клиентами на сайтах по состоянию на 01.01.2023 г. средний балл составил 4,14. Эта оценка положительно характеризует в целом поставленную работу спорткомплекса в плане предоставления услуг клиентам, а также внутреннюю среду организации, качество предоставляемых услуг, степень комфорта и удобства для посетителей и говорит о востребованности услуг комплекса. За 11 месяцев количество клиентов, желающих оставить свой отзыв на сайтах, увеличилось на 80 человек, средний балл оценки за этот период практически не изменился, что говорит о стабильной работе и поддержании обслуживания на должном уровне.

Для более качественного и максимально комфортного предоставления услуг, грамотного подхода к планированию занятий, повышения интереса занимающихся привлекаются высококвалифицированные опытные тренеры и специалисты в области спорта, готовые проявлять инициативу, имеющие активную жизненную позицию.

Для привлечения новых клиентов применяются различные программы, разрабатываются различные краткосрочные и долгосрочные физкультурные проекты, в которых используются новые формы физкультурно-оздоровительных программ с использованием новых технологий, с максимальным использованием имеющихся залов, единиц оборудования и спортивного инвентаря. Применяется около 40 различных видов групповых программ. Для обучения в школе тенниса применяется методика обучения игры в теннис «Tennis 10s», которая позволяет эффективно и быстро овладеть навыкам игры детям до 10 лет.

Тренерским составом «Теннис Холла» разработана профессиональная система подготовки теннисистов, в которой предусмотрены:

- специальная теннисная подготовка на кортах;

- ОФП под руководством опытных тренеров;
- силовые тренировки, учитывающие возрастные особенности детей и взрослых.

Применяется индивидуальный подбор различных программ подготовки.

3.1.4 Анализ факторов, способствующих формированию мотивации к занятиям физической культурой лиц молодого и среднего возраста и методы воздействия на повышение уровня мотивации

В силу возрастных особенностей двигательная активность лиц молодого и среднего возраста различна, но в обеих категориях наблюдается недостаток двигательной активности. Проблема гиподинамии затрагивает население всех возрастов, что в свою очередь приводит к снижению адаптационных резервов организма, повышению фактора риска сердечно-сосудистых заболеваний, нарушения обмена веществ и ряда прочих заболеваний.

В ходе проведения социологического исследования с целью выявления мотивов к занятиям физической культуры использовалась анкета (приложение А), состоящая из 10 вопросов. Анкетирование проводилось открытым способом, в котором принимало участие 118 человек (56 мужчин и 62 женщин), которые на добровольной основе дали согласие на участие в социальном опросе. Возраст респондентов 18-44 лет 77 человек, 45-60 лет 41 человек.

Обработку результатов проводили с помощью методов математической статистики.

Возраст респондентов был сгруппирован по возрастным категориям 18-44 лет (молодой возраст) и 45-60 лет (средний возраст).

Анализ опроса показал, что большинство респондентов свое свободное время проводят преимущественно в домашней обстановке.

В отношении физической культуры большую активность в свое свободное время проявляет категория молодежи (16,1%). Для этой категории

спорт и физическая активность стоят на втором месте по рейтингу, по сравнению с категорией лиц среднего возраста, где физическая активность в свободное время находится лишь на третьем месте (6,8% от числа всех респондентов).

Здорового образа жизни придерживается большинство респондентов (62,7%), среди которых 39% лица молодого возраста и 23,7% - среднего. Из всего количества опрошенных, 8,5% не задумывались о необходимости придерживаться здорового образа жизни (категория молодых людей).

Не имеют никаких вредных привычек (по мнению самих респондентов) лишь 20,3% опрошенных. На первом месте по наличию вредных привычек определяется употребление табачных изделий (43,2%, распределение по категориям: средний возраст – 9,3%, молодой – 33,9%). В качестве ответа «Другой ответ» респонденты называли следующие варианты: плотное питание перед сном, увлечение сдобой, шоколадом, тортами и пр.

Регулярным занятиям физической культурой (занятия 2-3 раза в неделю) посвящают лишь 16,1% всех участников опроса. Уделяют внимание занятиям 1-2 раза в месяц 11,9%, а один раз в неделю - 21,20% всех респондентов. При этом, 30,5% (22,9% молодого возраста и 7,6% среднего возраста) вовсе не занимаются никакой физической активностью.

Среди причин, по которым не занимаются физической культурой, молодые называют отсутствие мотивации (16,7%). Лень и недостаток времени (в процентном соотношении одинаково 13,9%) не позволяют заниматься физической культурой.

Среди причин, препятствующим занятиям физической активностью, лица среднего возраста (категория 45-60 лет) указывают пункты «отсутствие единомышленников», «семейные обстоятельства», практически не подвержены влиянию материальных трудностей и отсутствия мотивации. Большим препятствием является недостаток времени и собственная лень. Максимальный процент имеет пункт «недостаток времени» (11,1 %).

Те, кто готов посвящать время физической культуре, своим главным мотивом определяет укрепление здоровья. Наиболее актуальна эта позиция для лиц среднего возраста (22% от числа всех респондентов), также коррекция фигуры (9,7%) и поддержание хорошей физической формы (4,9%).

Для молодежи фактор укрепления здоровья также актуален, коррекция фигуры и снижение веса имеет место в мотивации к занятиям физической культурой. На третьем и четвертом местах у молодежи – поддержание хорошей физической формы и совершенствование своих личных результатов и достижений.

Каждый человек для себя всегда делает выбор в пользу той или иной деятельности и каждому присущ свой образ мышления и мотивы поведения. Сознание автоматически выбирает из множества имеющихся вариантов деятельности тот, который является лучшим на данный момент. Поэтому, для того чтобы повысить мотивацию населения к занятиям физической культурой необходимо задать положительный вектор, основанный прежде всего на эмоциональном воздействии.

Воздействие на человека извне с целью формирования мотивации составляет комплекс способов и методов.

На основании работ Ильина Е.П. по исследованиям мотивации можно выделить несколько основных целей занятий:

- мотив эмоционального удовольствия, отражающий радость движения и физических усилий;
- мотив физического самоутверждения, отражающий стремление к физическому развитию;
- мотив социального самоутверждения, который отражает желание проявить себя, достигнутые успехи рассматриваются с позиции уважения со стороны знакомых, зрителей, с позиции личного престижа;
- мотив достижения успеха, порождает стремление достигнуть определенного уровня, улучшения личных достижений и результатов, поддерживает желание тренироваться регулярно для достижения цели;

- социально-эмоциональный мотив, отражает стремление к спортивным событиям, где присутствует высокий эмоциональный фон и возможность неформального общения;
- рекреационный мотив, стремление заниматься физической культурой для профилактики гиподинамии с целью компенсации недостатка двигательной активности после рабочего дня.

Эффективными формами воздействия на субъект являются убеждения [47], метод воздействия на сознание личности через обращение к ее собственному критическому суждению.

В плане повышения мотивации в области физической культуры можно применить:

- фундаментальный метод убеждения – представляет собой прямое обращение к собеседнику, которого знакомят со всей информацией, составляющей основу доказательства правильности предлагаемого;
- метод «извлечения выводов» - аргументы излагаются постепенно, добиваясь согласия на каждом этапе;
- метод кажущейся поддержки, приводятся аргументы в поддержку аргументов собеседника.

Внутренняя конкуренция всегда является двигателем продвижения. Людям очень важно дать возможность почувствовать себя победителем. Поощрение достижений важно в формировании мотивации. Важно также осознание поощрения. Получающий награду должен понимать, за что она дается и какие инструменты использовались что приблизило его к победе.

3.2 Формирование проекта физкультурно-оздоровительных услуг

3.2.1 Обоснование возможности формирования и реализации физкультурно-оздоровительного проекта

Анализируя показатели загруженности спортивных залов комплекса, мы видим, что в 2022 году средняя недельная загруженность залов составляет от 10,71% до 40,95%. При этом, низкий коэффициент загруженности залов мы не рассматриваем как низкий показатель эффективности, а как имеющийся резерв для увеличения численности занимающихся. Другими словами, мы видим возможность проведения групповых и индивидуальных занятий, используя фитнес залы в общей программе нового проекта физкультурно-оздоровительных услуг.

По загруженности тренажерного зала также наблюдается наличие возможности реализации программ индивидуальных тренировок и тренировок малыми группами. Средняя недельная загруженность тренажерного зала по данным 2022 года составляла от 16% до 26,95%.

Теннисные корты также имеют резерв для увеличения численности клиентов. Наименьшая загруженность приходится на выходные дни – субботу и воскресенье. В эти дни минимальная загруженность и в течение 2022 года в среднем составляла от 53,33% до 62, 22%. В будни загруженность достигает до 91,11%.

Оценивая мнение потенциальных клиентов, можем сказать, что большее количество опрошенных указали в анкете, что в занятиях спортом привлекает возможность укрепления здоровья, коррекция фигуры и снижение веса, поддержание физической формы и возможность совершенствования собственного физического развития. Также респондентами были отмечены пункты, такие как эмоциональная атмосфера и смена деятельности после рабочих будней.

На вопрос «Занимаетесь ли Вы физической культурой, спортом?» 30,5% респондентов ответили отрицательно, что свидетельствует о необходимости вовлечения к занятиям и повышения уровня мотивации взрослого населения к активной физической деятельности.

Учитывая острую необходимость в повышении двигательной активности населения и активную позицию со стороны спортивного комплекса «Теннис Холл» в решении данного вопроса, мы пришли к выводу о необходимости создания нового проекта, который бы мог отвечать интересам клиентов, помог бы разнообразить физкультурно-оздоровительные занятия другими творческими направлениями, повышая интерес к занятиям, приобщая к ведению здорового образа жизни. Это послужило основной идеей формирования проекта физкультурно-оздоровительных услуг на базе универсального спортивного комплекса «Теннис Холл». Данный проект рекомендован для лиц любого возраста от 18 лет.

3.2.2 Характеристика проекта физкультурно-оздоровительных услуг для лиц молодого и среднего возраста.

Проект физкультурно-оздоровительных услуг представляет собой комплекс мероприятий, включающий беседы о здоровом образе жизни, фитнес программы различных направлений, возможность занятий индивидуально и малыми группами в тренажерном зале, медико-биологическое сопровождение (рис.18).

Занятия в проекте способствуют решению как отдельных задач, так и комплекс различных проблем, например: снижение веса, повышение подвижности суставов, пропаботка мускулатуры, укрепление сердечно-сосудистой системы, развитие гибкости, координационных способностей.

Используемые направления фитнес тренировок в проекте:

Йога. Стиль фитнеса основан на древнеиндийской практике. Техника доступна людям с любым уровнем подготовки и подходит для любого возраста. Тренировки представляют собой физических и духовных техник.



Рисунок 18 – Проект физкультурно-оздоровительных услуг

Занятия улучшают психо-эмоциональное состояние, нацелены на всестороннее развитие организма.

Пилатес. В комплекс упражнений включаются небольшие по амплитуде динамические движения, направленные на проработку каждой мышцы тела. Упражнения способствуют коррекции осанки, помогают в снижении веса, способствуют развитию эластичности связок, гибкости суставов. Подходят для лиц любого возраста. Первые занятия следует начинать под контролем инструктора, что позволит исключить возможность получения травм.

Танцевальная аэробика. Целью тренировок является укрепление мышц тела, снижение веса, положительные эмоции, снятие эмоционального напряжения.

Зумба. Тренировки проходят под зажигательную мелодию, включают движения популярных танцев самба, фламенко, сальса.

Степ-аэробика. Элементы имитируют подъем и спуск по лестнице. Для выполнения упражнений применяются степ-платформы (спортивный снаряд, представляет собой небольшую скамейку с регулируемым уровнем высоты). Техника выполнения упражнений заключается в выполнении связок шагов под ритмичную музыку. Используется для профилактики заболеваний опорно-двигательного аппарата, укрепляет связки и суставы.

Фитбол и босу. Упражнения выполняются на мячах (фитбол) и полусферах (босу). Комплекс упражнений для повышения выносливости, гибкости, улучшения координации движений.

Гимнастика в гамаках. Фитнес-программа, сочетающая в себе асаны и упражнения из пилатеса, воздушной гимнастики и акробатики. Для выполнения упражнений используется подвесное оборудование в виде гамаков.

Цель проекта:

- Формирование потребности к занятиям физической культурой.

Ожидаемый результат (для спортивного комплекса):

- привлечение новых клиентов;
- увеличение доходности предприятия;
- увеличение загруженности залов спортивного комплекса.

Ожидаемый результат (для клиентов):

- получение новых навыков в различных физкультурных направлениях;
- реализация творческих способностей занимающихся;
- возможность занятий в удобное время;
- возможность занятий в группе и индивидуально;
- развитие физических качеств;
- возможность отслеживания динамики уровня индивидуальных физических и физиологических показателей;
- снижение веса и коррекция фигуры;
- возможность достичь для каждого участника определенного уровня совершенства в зависимости от собственных усилий и желаний по выбранному направлению;
- объединение и сплочение коллектива;
- возможность интересного общения.

Ограничения проекта:

- возраст от 18 лет.

Характеристика проекта:

- Применение лучших практик от ранее проводимых проектов;

- обучение игры в сквош;
- обучение игры в теннис;
- посещение фитнес программ (гимнастика в гамаках, зумба, йога и др.);
- посещения бассейна;
- занятия в тренажерном зале;
- беседы о здоровом образе жизни;
- беседы о здоровом и правильном питании;
- медико-биологическое сопровождение.

Ожидаемые риски проекта и способы их предотвращения:

Риск 1. Нарушение коммуникации между сотрудниками.

Решение: координация деятельности, взаимозаменяемость, способствование открытому взаимодействию между сотрудниками.

Риск 2. Клиент оплатил участие в проекте, но занятия не может посещать по определенным причинам.

Решение: ситуаций рассматриваются в соответствии с действующими правилами посещения УСК «Теннис Холл», при наличии уважительных причин вопрос решается в пользу клиента.

Затраты на реализацию проекта:

Проект реализуется за счет взносов участников проекта по стоимости абонеента в групповых занятиях.

Социальная значимость проекта:

- пропаганда здорового образа жизни;
- привлечение населения к занятиям физической культурой;
- снижение заболеваемости;
- повышение мотивации к ведению здорового образа жизни;
- активация населения к занятиям физической культурой;

Практическая значимость проекта:

Индивидуальная комплексная программа развития является многосторонним компонентом в реализации проектной деятельности физкультурно-оздоровительных услуг.

Использование разносторонних творческих программ, включенных в проект, позволит повысить интерес к занятиям, позволит раскрыть и совершенствовать творческие способности занимающихся.

Увлекательные занятия помогут испытать свои силы в различных направлениях, выявить личные способности, что способствует повышению заинтересованности к занятиям, повышению личной мотивации, позволит посмотреть на свой образ жизни с другого ракурса.

Различные танцевальные направления помогут развить координационные способности, реакцию и внимание, способствуют благоприятному эмоциональному фону и доброжелательной атмосфере.

Медико-биологическое сопровождение клиентов позволяет оценить уровень состояние здоровья, выявить динамику показателей физического развития, скорректировать нагрузки на различные системы организма.

Данный проект позволяет применять новый подход в сфере создания проектов физкультурно-оздоровительных услуг в спортивных комплексах сочетая в себе комплекс различных физкультурно-оздоровительных программ, учитывая возможности клиентов заниматься в определенные дни и согласованное время.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Результатом нашей работы является проект физкультурно-оздоровительных услуг для лиц молодого и среднего возраста. Теоретической базой нашего исследования послужили труды российских и зарубежных исследователей. Изучили научную литературу по реализации социальных проектов в области физической культуры в России и за рубежом. В настоящее время реализуется большое количество различных социальных проектов по вовлечению населения всех возрастных категорий к занятиям физической культурой, повышению роли массового спорта и продвижение в обществе ценностей физического здоровья нации.

Определили факторы, побуждающие население к ведению здорового образа жизни. Согласно результатам анкетного опроса, проведенного нами среди потенциальных клиентов, жителей Ленинского района г. Красноярска в феврале-марте 2022 года, что в занятиях спортом привлекает возможность укрепления здоровья, коррекция фигуры и снижение веса, поддержание физической формы и возможность совершенствования собственного физического развития. Также респондентами были отмечены пункты, такие как эмоциональная атмосфера и смена деятельности после рабочих будней. На вопрос «Занимаетесь ли Вы физической культурой, спортом?» 30,5% респондентов ответили отрицательно, что свидетельствует о необходимости вовлечения к занятиям и повышения уровня мотивации взрослого населения к активной физической деятельности.

Учитывая острую необходимость в повышении двигательной активности населения, а также активную позицию со стороны спортивного комплекса «Теннис Холл» в решении данного вопроса, мы пришли к выводу о необходимости создания нового проекта, который бы отвечал интересам клиентов молодого и среднего возраста, теоретической и практической направленности. Теоретическое направление оздоровительного проекта заключается в проведении различных бесед о принципах здорового образа

жизни. Практическое направление проекта заключается в регулярных занятиях на базе спортивного комплекса «Теннис Холл», игровые программы сквош и теннис, занятия в тренажерном зале и фитнес залах.

Сформированы практические рекомендации по реализации физкультурно-оздоровительного проекта.

Научная новизна связана с тем, что наш проект является одной из моделей физической подготовки лиц молодого и среднего возраста, включающий медико-биологическое сопровождение и индивидуальную комплексную программу развития.

Используя разработанный нами проект физкультурно-оздоровительных услуг, можно сформировать потребность к занятиям физической культурой и спортом, осуществить профилактику заболеваний и, как следствие, увеличить численность занимающихся физической культурой и спортом, что, в итоге подтверждает нашу рабочую гипотезу.

ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

При реализации проекта физкультурно-оздоровительных услуг рекомендуется:

1. Осуществлять реализацию проекта для профилактики различных заболеваний сердечно-сосудистой, дыхательной систем, опорно-двигательного аппарата, развития подвижности суставов, укрепления связочного аппарата; для поддержания общей физической формы и совершенствования физического развития.

2. Для поддержания уровня мотивации занимающихся, необходимо периодически (1 раз в месяц) обновлять состав программ, путем включения новых интересных и актуальных направлений, проводить анкетирование действующих клиентов на предмет заинтересованности в программах, оценке уровня обслуживания, комфорта и удобства посещений.

3. Для сохранения лояльности клиентов необходима открытая форма обратной связи, например, создание группы в социальных сетях, где можно общаться, делиться впечатлениями, оставить отзыв, пожелание, поделиться информацией.

4. Проведение медицинского сопровождения тренировочного процесса с целью определения состояния здоровья и динамики показателей физического развития клиентов.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Актуальные проблемы, современные тенденции развития физической культуры и спорта с учетом реализации национальных проектов : материалы III Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. 22–23 апреля 2021 г. / под науч. ред. Л. Б. Андриющенко, С. И. Филимоновой. – Москва : ФГБОУ ВО «РЭУ им. Г. В. Плеханова», 2021. – 1351 с.
2. Андриюхина, Т. В. Организация обслуживания в физкультурно-оздоровительном сервисе [Электронный ресурс]: учебное пособие / Т. В. Андриюхина, Н. В. Третьякова, Е. В. Кетриш. Екатеринбург: Изд-во Рос. гос. проф.-пед. ун-та, 2018. – 218 с. – URL: <http://elar.rsvpu.ru/978-5-8050-0661-7> (дата обращения 15.12.2022).
3. Аристотель. Сочинения : в 4-х томах. Т. 4. – Москва : Мысль, 1983. – С. 608-609.
4. Бальсевич, В. К. Двигательная активность как феномен кинезиологического потенциала человека [Электронный ресурс] // Берегиня. 777. Сова. — 2013. — № 1. — С. 173. — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/dvigatel'naya-aktivnost-kak-fenomen-kineziologicheskogo-potentsiala-cheloveka/viewer/> (Дата обращения: 20.11.2022).
5. Безопасный спорт – 2021 / Материалы VIII Международной научно-практической конференции. – СПб. : Изд-во СЗГМУ им. И. И. Мечникова, 2021. – 364 с.
6. Бекирова, М. Г. Теоретические основы финансового менеджмента в сфере спорта: монография / М.Г. Бекирова, Е. М. Голубина – Волгоград : ФГБОУ ВО «ВГАФК», 2016. – 391 с.
7. Бондин, В. И. Проектирование физкультурно-оздоровительных программ в сфере физического воспитания студентов бакалавриата. Монография / В. И. Бондин, О. Н. Толстокора. – М. : Мир науки, 2020. – Сетевое издание. – URL: <https://izd-mn.com/PDF/64MNNPM20.pdf>

8. Бородунова, М. В. Формирование и реализация физкультурно-оздоровительных услуг : дис. ... канд. эконом. наук : 08.00.05 / Бородунова М. В. – Санкт-Петербург, 2017. – 163 с.

9. Бородунова, М. В. Формирование и реализация модели физкультурно-оздоровительной услуги / Известия Санкт-Петербургского государственного экономического университета, 2017. – С. 101-104. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/formirovanie-i-realizatsiya-modeli-fizkulturno-ozdorovitelnoy-uslugi/viewer>

10. Благотворительный фонд Владимира Потанина. Спорт на благо развития и мира. Обзор зарубежных спортивных социальных проектов. – М. : ДПК Пресс, 2020. – 70 с.

11. Букурова, А. В. Концепция ценностей А. Маслоу и возможности ее применения // Интеллект. Инновации. Инвестиции. – 2021. – № 1. – С. 97–106. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/kontseptsiya-tsennostey-a-maslou-i-vozmozhnosti-ee-primeneniya/viewer>

12 Вапнярская, О. И. Зарубежный опыт развития массового спорта / Интернет журнал The Real Science 20.11.2020. – URL: <https://s-nawuka.nethouse.me/articles/massovyj-sport-za-rubezhom>

13. Вершловский, С. Г. Контент-анализ в педагогическом исследовании : учебное пособие / С. Г. Вершловский, М. Д. Матюшкина. – СПб. : СанктПетербургская Академия Постдипломного Педагогического Образования, 2006. – 61 с.

14. ВОЗ. Физическая активность. <https://www.who.int/ru/news-room/factsheets/detail/physical-activity> [Электронный ресурс] (дата обращения 10.01.2023)

15. Войнич, А. Л. Форма организации массового спорта на базе физкультурно-спортивных сооружений муниципальных общеобразовательных учреждений : магист. дис. : 49.04.01.05 / Войнич Александр Леонидович. – Красноярск, 2019. – 100 с.

16. Всемирные студенческие игры: история, современность и тенденции развития : материалы I Междунар. науч.-практ. конф. по физической культуре,

спорту и туризму. Красноярск, 16–17 сентября 2022 г. : в 2 ч. Ч. 1 / отв. ред. М.А. Ермакова. – Красноярск : Сиб. федер. ун-т, 2022. – 636 с.

17. Всемирные студенческие игры: история, современность и тенденции развития : материалы I Междунар. науч.-практ. конф. по физической культуре, спорту и туризму. Красноярск, 16–17 сентября 2022 г. : в 2 ч. Ч. 2 / отв. ред. М. А. Ермакова. – Красноярск : Сиб. федер. ун-т, 2022. – 584 с.

18. Гаврилюк, В. В. Динамика ценностей ориентаций в период социальной трансформации / В. В. Гаврилюк, Н. А. Трикоз // Социологические исследования. – 2002. – № 1. – С. 96-105.

19. ГОСТ Р 50646-2012. Национальный Стандарт Российской Федерации. Услуги населению. Термины и определения. Дата введения 2014.01.01. Утвержден и введен в действие Приказом Федерального агентства по техническому регулированию и метрологии от 19.11. 2012 г. № 1612-ст. [Электронный ресурс]. – URL: <https://docs.cntd.ru/document/1200102288> (дата обращения 15.12.2022).

20. ГОСТ Р 52024-2003. Национальный Стандарт Российской Федерации. Услуги физкультурно-оздоровительные и спортивные. Общие требования. Дата введения 2003.07.01. [Электронный ресурс]. – URL: <https://docs.cntd.ru/document/1200031619> (дата обращения 15.12.2022).

21. ГОСТ ISO 9001-2015. Межгосударственный стандарт системы менеджмента качества. Основные положения и словарь. Дата введения 2015.11.01. [Электронный ресурс]. – URL: <https://docs.cntd.ru/document/1200124394> (Дата обращения 15.12.2022).

22. Гуров, В. А. Хронобиология. Возрастная периодизация // Universum : Химия и биология : электрон. научн. журн. – 2018. № 4 (46). – С. 4. – URL: <http://7universum.com/ru/nature/archive/item/5703> (дата обращения: 31.05.2022).

23. Данилова, Е. Н. Современные тенденции развития оздоровительной тренировки / Е. Н. Данилова, А. И. Завьялов, А. А. Власенко // Учёные записки ун-та им. П. Ф. Лесгафта. – 2020. – № 4 (182). – С. 133-137.

24. Дериволкова, А. П. Социальные сети как мощный маркетинговый инструмент // Научные записки. – Орел : ГИЭТ, 2020. – № 2 (34). – С. 54-58.
25. Жук, С. С. Проекты в сфере физической культуры и спорта и оценка их эффективности / С. С. Жук, О. Н. Панкова. – Журнал Science Time. Выпуск № 4, 2015 год. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/proekty-v-sfere-fizicheskoy-kultury-i-sporta-i-otsenka-ih-effektivnosti/viewer>
26. Завыдивская, Н. Н. Социализация в физкультурно-оздоровительном образовании: трактовка понятий, проблемы, перспективы /Н. Н. Завыдивская, И. В. Ополонец // Педагогика, психология и медико-биологические проблемы физического воспитания и спорта. – 2010. – № 12. – С. 48-51.
27. Заренков, В. А. Управление проектами: учеб.пособие / В. А. Заренков. – 2 –е изд. – М. : АСВ, 2021. – 315 с. ISBN 978-5-6045175-2-9
28. Здравоохранение в России. 2021 : Стат. сб. / Росстат. – М., 3-46 2021. – 171 с. – URL: <https://rosstat.gov.ru/storage/mediabank/Zdravooohran-2021.pdf>
29. Иванова, С. С. Проблемы реализации здоровьесформирующей технологии в поликультурном образовательном пространстве / С. С. Иванова, Е. Л. Григорьева // Теория и практика физической культуры. – 2016. – № 11. – С. 44-45.
30. Ильин, Е. П. Мотивация и мотивы / Е. П. Ильин. – Санкт-Петербург : Питер, 2011. – 512 с.
31. Как написать социальный проект. – URL: <http://permsovet.ru/assets/files/kak-napisat-soc-proekt.pdf>
32. Карпова, С. Н. Использование средств оздоровительной физической культуры для повышения эффективности занятий со студентами специальных медицинских групп / С. Н. Карпова // Научный журнал «Известия Российской Военно-медицинской академии». – 2019. – Т. 38. – № 3, Прил. 1. – С. 80-84.
33. Кирушин, К. Р. Исследование отношения обучающихся к занятиям физической культурой / К. Р. Кирушин, Л. Е. Школьникова // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2017. – Т. 2. – С. 410–415. – URL: <http://e-koncept.ru/2017/570080.htm>.

34. Князева, С. П. Ценность двигательной активности в молодом и среднем возрасте / С. П. Князева. – Текст : непосредственный // Молодой ученый. – 2022. – № 49 (444). – С. 253-258. – URL: <https://moluch.ru/archive/444/97387/> (дата обращения: 14.01.2023).

35. Кобяков, Ю. П. Концепция норм двигательной активности человека / Ю. П. Кобяков // Теория и практика физической культуры. Научно-теоретический журнал. – 2003. – № 11. – С. 20-23. – URL: <http://lib.sportedu.ru/press/tpfk/2003n11/p20-23.htm> (дата обращения 20.12.2022).

36. Колпакова, Е. М. Двигательная активность и её влияние на здоровье человека / Научно-периодический журнал «Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта». – 2018. – № 1 (8). – С. 94-108.

37. Куприянов, Г. В. Особенности физкультурно-оздоровительных и спортивных услуг как основного вида продукта отрасли физическая культура и спорт / Г. В. Куприянов, И. И. Новикова // Наука, Образование, Инновации : Апробация результатов исследований. – Краснодар, 2018. – С. 220-223.

38. Курбатов, В. И. Социальное проектирование : Учебное пособие / В. И. Курбатов, О. В. Курбатова. – Ростов н/Д : «Феникс», 2001. – 416 с.

39. Кузнецов, В. С. Теория и история физической культуры / В. С. Кузнецов, Г. А. Колодницкий. – Москва : КноРус, 2020. – 448 с.

39. Луков, В. А. Социальное проектирование : учеб. пособие. – 7-е изд., – М. : Изд-во Московского гуманитарного университета : Флинта, 2007. – 240 с.

40. Лукьяненко, В. П. Физическая культура : основы знаний : учебное пособие. – Ставрополь : Изд-во СГУ. – 2001. – 246 с.

41. Леньшина, М. В. Глоссарий по теории и методике физической культуры : учеб. пособие / Авт.-сост. М. В. Леньшина. – Воронеж : ВГИФК, 2018. – 260 с.

42. Листкова, М. Л. Программно-методическое обеспечение самостоятельных занятий по физической культуре студентов в вузе : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Листкова Марина Леонидовна. – Красноярск, 2019. – 23 с.

43. Лубышева, Л. И. Диверсификация понятий в методологии спортизированного физического воспитания / Л. И. Лубышева // Теория и практика физической культуры и спорта. – 2019. – № 3. – С. 3-7.

44. Мазур, И. И. Управление проектами : учебное пособие / И. И. Мазур, В. Д. Шапиро, Н. Г. Ольдерогге ; под общ. ред. И. И. Мазура. – 2-е изд. – М. : Омега-Л, 2004. – С. 664.

45. Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры (введение в теорию физической культуры; общая теория и методика физического воспитания) : учеб. для высш. учеб. заведений физкультурного профиля / Л. П. Матвеев. – 4-е изд. – Москва : Спорт, 2021. – 520 с.

46. Маслоу А. Психология бытия. Пер. с англ. – М. : «Рефл-бук», К. : «Ваклер», 1997. – 304 с.

47. Маслоу, А. Г. Мотивация и личность / Маслоу Абрахам Гарольд ; Maslow Abraham Harold ; перевод с английского А. М. Татлыбаевой. – СПб. : Евразия, 1999. – 480 с.

48. Методика расчета фактической загруженности и мощность спортивных сооружений. – М. : Министерство спорта Российской Федерации, 2012. – 14 с.

49. Муромцев, Д. Ю. Методы оптимизации и принятие проектных решений : учебное пособие для магистрантов по направлению 11.04.03 / Д. Ю. Муромцев, В. Н. Шамкин. – Тамбов : Изд-во ФГБОУ ВПО «ТГТУ», 2015. – 80 с.

50. Набиев, Р. А. Управление развитием физкультурно-оздоровительной деятельности в современных экономических условиях / Р. А. Набиев, В. В. Зверев // Вестник АГТУ. – Серия : Экономика. – 2018. – № 3. – С. 48-56. ISSN 2073-5537

51. Новиков, Д. А. Методология управления. – М. : Либроком, 2011. – 128 с.

52. Немова, О. А. Социокультурные механизмы трансляции ценностей (на примере приобщения молодежи Нижнего Новгорода к здоровому образу

жизни) / О. А. Немова, М. М. Кутепов, Л. И. Кутепова и др. // Теория и практика физической культуры. – 2016. – № 11. – С.48-50.

53. Ногуманов, Р. У. Управление инфраструктурой сферы спортивных услуг : автореф. дис. ... канд. экон. наук : 08.00.05 / Ногуманов Равиль Уелович. – Казань, 2019. – 24 с.

54. Обожина, Д. А. Особенности маркетинга в спорте : учеб. пособие / Д. А. Обожина ; М-во образования и науки Рос. Федерации, Урал. Федер. ун-т. – Екатеринбург : Изд-во Урал. ун-та, 2017. – 75 с.

55. Об утверждении формы федерального статистического наблюдения с указаниями по ее заполнению для организации Министерством спорта Российской Федерации федерального статистического наблюдения в сфере физической культуры и спорта [Электронный ресурс] : Приказ Росстата от 27.03.2019 № 172 // Справочная система «Консультант Плюс», 2019. – URL: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_321222

56. Об утверждении Единой всероссийской спортивной классификации : приказ Минспорта России от 20.12.2021 г. № 999. – 762 с. // Справочная правовая система «КонсультантПлюс». – URL: <http://www.consultant.ru>.

57. Плескачёва, О. Н. Основы здорового образа / О. Н. Плескачёва, В. Б. Чикризова // Актуальные проблемы, современные тенденции развития физической культуры и спорта с учетом реализации национальных проектов : материалы III Всероссийской научно-практической конференции (22–23 апреля 2021 г.). – Москва : ФГБОУ ВО «РЭУ им. Г.В. Плеханова», 2021. – С. 1102.

58. Пономарев, А. Е. Педагогические условия индивидуализации оздоровительных программ по физическому воспитанию студентов : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Пономарев Алексей Евгеньевич. – Ростов-на-Дону, 2021. – 29 с.

59. Попова, Н. В. К разработке должных норм физической подготовленности студенческой молодежи / Н. В. Попова // Известия ТулГУ. Физическая культура. Спорт. – 2020. – № 12. – С. 50-55.

60. Починкин, А. В. Менеджмент в сфере физической культуры и спорта. Учебное пособие / А. В. Починкин. – «Спорт», 2016. – 278 с. ISBN 978-5-906839-55-8

61. Распоряжение Правительства РФ от 06.09.2021 № 2466-р «Об утверждении перечня видов физкультурно-оздоровительных услуг». [Электронный ресурс]. – URL: <https://media.75.ru/minsport/documents/107560/2466-r-perechen-vidov-uslug.pdf> (дата обращения 20.12.2022).

62. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 24.11.2020 № 3081-р Текст. – URL: <http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/000120> (дата обращения 15.12.2022)

63. Ромашин, О. В. Система управления целенаправленным процессом оздоровления человека / О. В. Ромашин. – 2-е изд. – СПб : Лань, 2019. – 100 с.

64. Российская социологическая энциклопедия / под общ. ред. академика РАН Г. В. Осипова. – М. : Издательская группа НОРМА ИНФА, 1998. – 672 с.

65. Россия в цифрах. 2020 : крат. стат. сб. / Росстат. – М., 2020 – 550 с. – URL: https://rosstat.gov.ru/storage/mediabank/GOyirKPV/Rus_2020.pdf

66. Сергеев, А. А. Роль предпринимательства в системе государственного спорта России / А. А. Сергеев // Вестник РЭУ им. Г. В. Плеханова. Экономика предпринимательства / Российский экономический университет им. Г. В. Плеханова. 2020. – Т.17 – № 4. – С. 129.

67. СЕТА. Официальный веб-сайт. – URL: <http://www.cetafoundation.org> (дата обращения 15.12.2022)

68. Скопин, О. В. Место и роль проектного управления в сфере физкультурно-оздоровительных услуг / О. В. Скопин. // Современные технологии управления. – 2012. – № 3. – URL : <https://sovman.ru/article/1507> (дата обращения 20.12.2022)

69. Советский энциклопедический словарь / Под ред. А. М. Прохорова. Издание 3-е. – Москва : Советская энциклопедия, 1985. – 1590 с.

70. Спортивный маркетинг : учебник для вузов / В. Б. Мяконьков, Т. В. Копылова, Н. М. Егорова; под общей редакцией В. Б. Мяконькова. – Москва : Издательство Юрайт, 2020. – 284 с.

71. Стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года : Распоряжение Правительства Российской Федерации от 24.11.2020 г. № 3081-р. – 40 с. – URL: <https://minsport.gov.ru/activities/proekt-strategii-2030/> (дата обращения: 10.05.2022).

72. Таршис, Е. Я. Контент-анализ : Принципы методологии / Е. Я. Таршис. – М. : Книжный Дом «Либроком», 2013. – 176 с.

73. Трофимов, В. В. Управление проектами : учебное пособие / В. В. Трофимов. – 2-е изд. испр. и доп. – СПб. : Изд-во СПбГЭУ, 2019. – 174 с.

74. Углов, Ф. Г. Советы столетнего хирурга / Ф. Г. Углов. – Москва : АСТ, 2014. – 320 с.

75. Федеральный закон от 05.04.2021 № 87-ФЗ «О внесении изменений в статьи 2 и 10 Федерального закона «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» <http://www.consultant.ru/law/hotdocs/68474.html> КонсультантПлюс, 1992-2022 (дата обращения 15.12.2022).

76. Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 04.12.2007 № 329-ФЗ. [Электронный ресурс] – URL: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_73038/b819c620a8c698de35861ad4c9d9696ee0c3ee7a (дата обращения 15.12.2022.)

77. Федоренко, А. О. Исследование рынка спортивно-оздоровительных услуг / А. О. Федоренко // Экономика и управление : анализ тенденций и перспектив развития. – 2015. – № 20. – С. 55–58.

78. Филип Котлер. Основы маркетинга / Перевод с английского В. Б. Боброва. – Москва : Издательство «Прогресс», 1991. – 651 с.

79. Физкультурно-оздоровительная работа с разными возрастными группами населения : учебно-методическое пособие / Т. С. Гришина, М. Е. Ретюнских. – Воронеж : ФГБОУ ВО «ВГИФК», 2020. – 109 с.

80. Чедов, К. В. Физическая культура. Здоровый образ жизни : учеб. пособие / К. В. Чедов, Г. А. Гавроница, Т. И. Чедова; Пермский гос. нац. исследовательский ун-т. – Пермь, 2020. – 128 с. – URL: <http://www.psu.ru/files/docs/science/books/uchebnie-posobiya/fizicheskaya-kultura-zdorovuj-obraz-zhizni.pdf>.

81. Чикуров, А. И. Анализ эффективности использования муниципальных физкультурно-спортивных сооружений / А. И. Чикуров, А. Л. Войнич, Д. И. Шараев, А. Ю. Озерских, Е. Н. Царев // Проблемы социально-экономического развития Сибири, 2019. – № 3. – С. 57-64.

82. Шукшина, Л. В. Психологическое здоровье как основа формирования здорового образа жизни у современной студенческой молодежи вузе / Л. В. Шукшина // Теория и практика физической культуры. – 2017. – № 9. – С. 56-58.

83. <https://www.sports.ru/tribuna/blogs/allresp/3057005.html> [Электронный ресурс]. (дата обращения 15.12.2022 г.)

84. Джонс, Д. К. Методы проектирования / Д. К. Джонс ; пер. с англ. – 2-е изд. доп. – М. : «Мир», 1986. – 326 с.

85. Клиффорд Ф- Грей, Эрик У. Ларсон Управление проектами: Практическое руководство / Пер с англ — М. : Издательство «Дело и Сервис», 2003. – 528 с.

86. Nayhurst L. The power to shape policy: charting sport for development and peace policy discourses. International Journal of Sport Policy and Politics, 1:2, 2009, 203-227.

87. Kidd B. A new social movement: Sport for development and peace/ Sport in Society, 11 (4), 2008, 370-380.

88. The Change Foundation. Официальный веб-сайт. – URL: <http://www.thechangefoundation.org> (дата обращения 15.12.2022).

ПРИЛОЖЕНИЕ А

АНКЕТА

«Мотивация лиц молодого и среднего возраста к ведению здорового образа жизни»

Здравствуйте! Нам очень важно Ваше мнение! Просим Вас принять участие в опросе и ответить на несколько вопросов нашей анкеты.

Вопрос 1. Ваш пол?

- а) М
- б) Ж

Вопрос 2. Ваш возраст?

- а) 18-44 лет
- б) 45-60 лет

Вопрос 3. Как Вы проводите свободное время?

- а) в компании друзей
- б) дома, с компьютером, с семьей
- в) спорт, физическая активность
- г) нет свободного времени
- д) другой ответ

Вопрос 4. Считаете ли Вы необходимым придерживаться здорового образа жизни?

- а) да
- б) нет
- в) наверное
- г) не задумывался (-лась)
- д) другой ответ

Вопрос 5. Какие вредные привычки имеют место в Вашей жизни?

- а) курение
- б) алкоголь
- в) курение и алкоголь
- г) нет вредных привычек
- д) другой ответ

Вопрос 6. Занимаетесь ли Вы физической культурой, спортом?

- а) 1-2 раза в месяц
- б) 1 раз в неделю
- в) регулярно 2-3 раза в неделю
- г) по настроению
- д) не занимаюсь (перейти к вопросу 10)
- е) другой ответ

Вопрос 7. Какие виды физической активности предпочитаете?

- а) плавание
- б) тренажерный зал
- в) фитнес направления
- г) лыжи, горные лыжи, сноуборд
- д) велоспорт
- е) легкая атлетика, бег
- ж) другой ответ

Вопрос 8. Где предпочитаете заниматься физической культурой?

- а) спортивный зал
- б) на улице
- в) в парке

- г) во дворе
- д) по настроению
- е) другой ответ

Вопрос 9. Что привлекает Вас в занятиях физической культурой?

- а) укрепление здоровья
- б) поддержание хорошей физической формы
- в) коррекция фигуры и снижение веса
- г) установление новых знакомств
- д) совершенствование своих результатов и достижений
- е) эмоциональная атмосфера
- ж) смена сфер деятельности
- з) соперничество
- и) другой ответ

Вопрос 10. Что препятствует Вам в занятиях физической активностью?

- а) недостаток времени
- б) лень
- в) материальные трудности
- г) семейные обстоятельства
- г) отсутствие мотивации
- д) удаленность объектов спорта
- е) отсутствие единомышленников
- ж) не нравится
- з) другой ответ

Благодарим Вас за участие в опросе!

ПРИЛОЖЕНИЕ Б

АНКЕТА

Результаты опроса

Вопрос 1. Укажите Ваш пол?

Таблица Б1 – Ответы на вопрос «Укажите Ваш пол?»

Наименование	Количество, чел.	%
Мужской	56	47,5 %
Женский	62	52,5 %
Итого	118	100 %

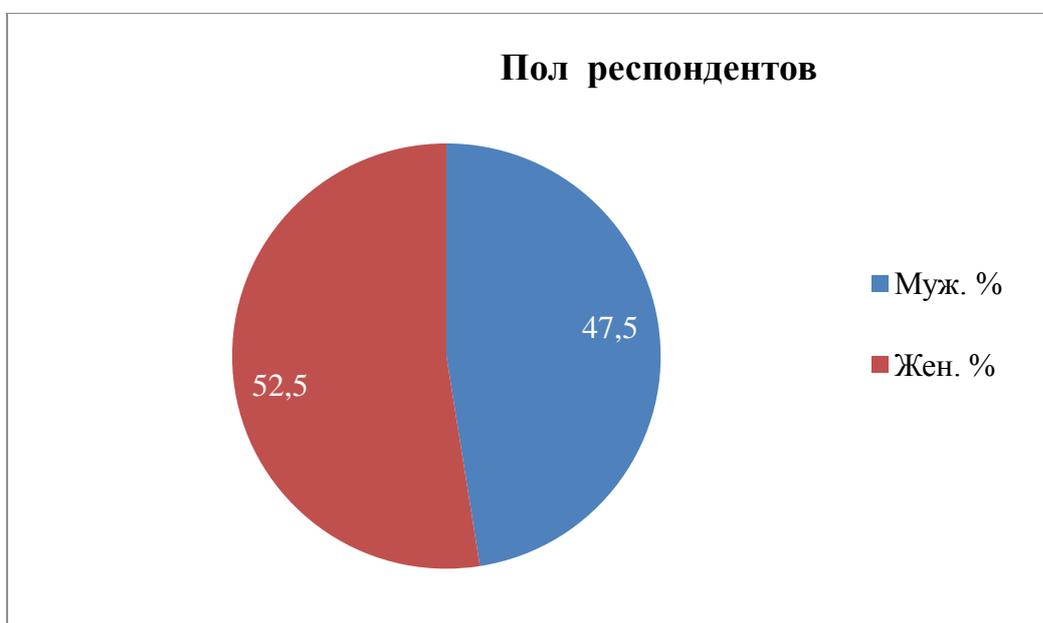


Рисунок Б1 – Ответы на вопрос «Укажите Ваш пол?»

Вопрос 2. Укажите Ваш возраст?

Таблица Б2 – Ответ на вопрос «Укажите Ваш возраст?»

Возраст, лет	Количество, чел.	%
18-44	77	65,3 %
45-60	41	34,7 %
Итого	118	100 %



Рисунок Б2 – Ответ на вопрос «Укажите Ваш возраст?»

Таблица Б3 - Распределение респондентов по возрасту

Наименование	Количество, чел.	%	Категория 18-44 лет, чел	Доля от общего числа респондентов, %	Категория 45-60 лет, чел.	Доля от общего числа респондентов, %
Мужской	56	47,5 %	34	28,9 %	22	18,6 %
Женский	62	52,5 %	43	36,4 %	19	16,1 %
Итого	118	100 %	77	65,3 %	41	34,7 %

Вопрос 3. Как Вы проводите свободное время?

Таблица Б4 – Ответ на вопрос «Как Вы проводите свободное время?»

Варианты ответов	Всего		Категория 18-44 лет		Категория 45-60 лет	
	Кол-во ответов	%	Кол-во ответов	Доля от общего числа респондентов, %	Кол-во ответов	Доля от общего числа респондентов, %
В компании друзей	26	22 %	16	13,6 %	10	8,4 %
Дома, с компьютером, с семьей	50	42,4 %	31	26,3 %	19	16,1 %
Спорт, физическая активность	27	22,9 %	19	16,1 %	8	6,8 %
Нет свободного времени	15	12,7 %	11	9,3 %	4	3,4
Другой ответ	0	-	0	-	0	-
Итого	118	100	77	65,3 %	41	34,7 %



Рисунок Б3 – Ответы на вопрос «Как Вы проводите свободное время?» (все респонденты)



 - категория 45-60 лет

 - категория 18-44 лет

Рисунок Б4 – Ответы респондентов (по категориям) на вопрос «Как Вы проводите свободное время?»

Вопрос 4. Считаете ли Вы необходимым придерживаться здорового образа жизни?

Таблица Б5 – Ответы на вопрос «Считаете ли Вы необходимым придерживаться здорового образа жизни?»

Варианты ответов	Всего		Категория 18-44 лет		Категория 45-60 лет	
	Кол-во ответов	%	Кол-во ответов	Доля от общего числа респондентов, %	Кол-во ответов	Доля от общего числа респондентов, %
Да	74	62,7 %	46	39,0 %	28	23,7 %
Нет	4	3,4 %	4	3,4 %	0	0
Наверное	28	23,7 %	17	14,4 %	11	9,3 %
Не задумывался	12	10,2 %	10	8,5 %	2	1,7 %
Другой ответ	0	-	0	-	0	-
Итого	118	100 %	77	65,3	41	34,7

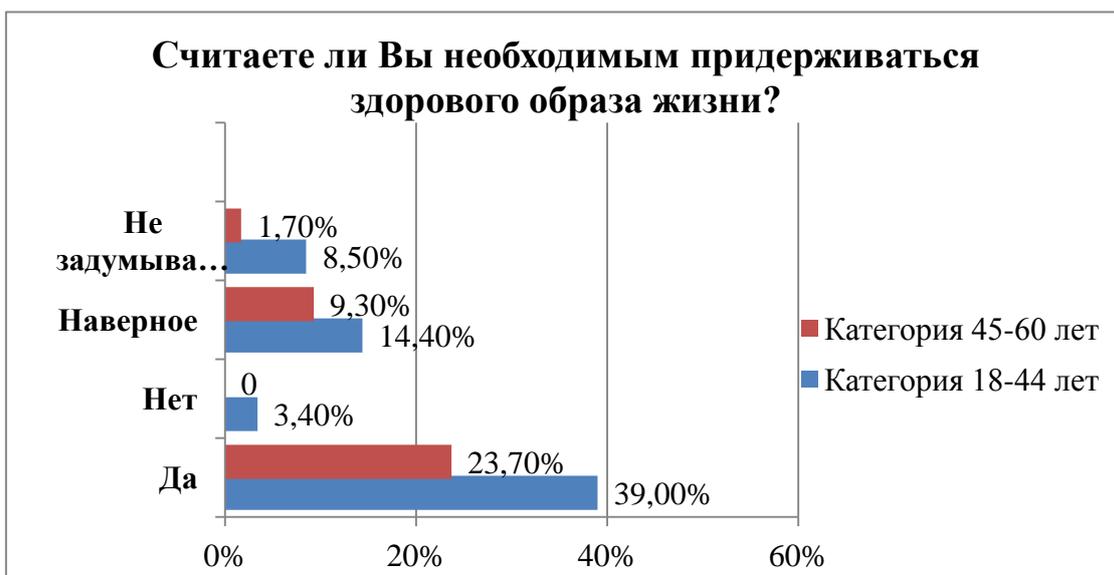


Рисунок Б5 – Ответы на вопрос «Считаете ли Вы необходимым придерживаться здорового образа жизни?» (все респонденты)



Рисунок Б6 – Ответы на вопрос «Считаете ли Вы необходимым придерживаться здорового образа жизни?» (по категориям)

Вопрос 5. Какие вредные привычки имеют место в Вашей жизни?

Таблица Б6 – Ответы на вопрос «Какие вредные привычки имеют место в Вашей жизни?»

Варианты ответов	Всего		Категория 18-44 лет		Категория 45-60 лет	
	Кол-во ответов	%	Кол-во ответов	Доля от общего числа респондентов, %	Кол-во ответов	Доля от общего числа респондентов, %
Курение	51	43,2 %	40	33,9 %	11	9,3 % %
Алкоголь	7	6,0 %	5	4,3 %	2	1,7 %
Курение и алкоголь	19	16,1%	16	13,6 %	3	2,5 % %
Нет вредных привычек	24	20,3 %	14	11,8 %	10	8,5 %
Другой ответ	17	14,4 %	2	1,7	15	12,7 %
Итого	118	100 %	77	65,3	41	34,7



Рисунок Б7 – Ответы на вопрос «Какие вредные привычки имеют место в Вашей жизни?» (все респонденты)

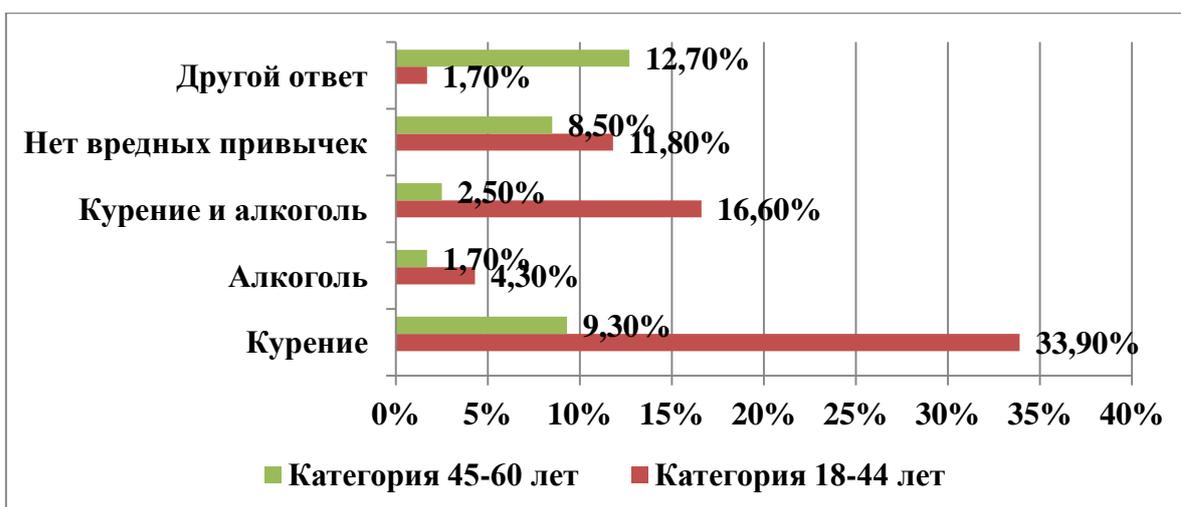


Рисунок Б8 – Ответы на вопрос «Какие вредные привычки имеют место в Вашей жизни?» (по категориям)

В качестве ответа «Другой ответ» респонденты называли следующие варианты: плотное питание перед сном, увлечение сдобой, шоколадом, тортами и пр.

Вопрос 6. Занимаетесь ли Вы физической культурой, спортом?

Таблица Б7 – Ответы на вопрос «Занимаетесь ли Вы физической культурой, спортом?»

Варианты ответов	Всего		Категория 18-44 лет		Категория 45-60 лет	
	Кол-во ответов	%	Кол-во ответов	Доля от общего числа респондентов, %	Кол-во ответов	Доля от общего числа респондентов, %
1-2 раза в месяц	14	11,9 %	6	5,1 %	8	6,8 %
1 раз в неделю	25	21,2 %	15	12,7 %	10	8,4 %
Регулярно 2-3 раза в неделю	19	16,1 %	11	9,3 %	8	6,8 %
По настроению	24	20,3 %	18	15,3 %	6	5,1 %
Не занимаюсь	36	30,5 %	27	22,9 %	9	7,6 %
Другой ответ	0	-	0	-	0	-
Итого	118	100 %	77	65,3 %	41	34,7 %

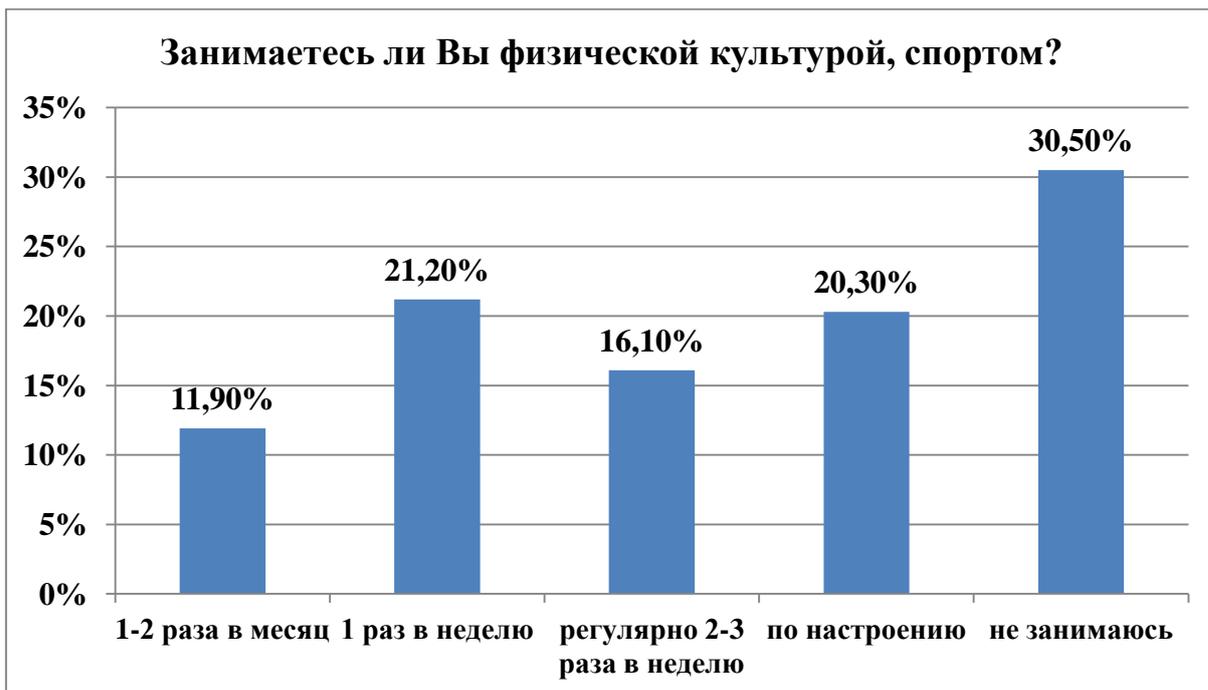


Рисунок Б9 – Ответы на вопрос «Занимаетесь ли Вы физической культурой, спортом?» (все респонденты)

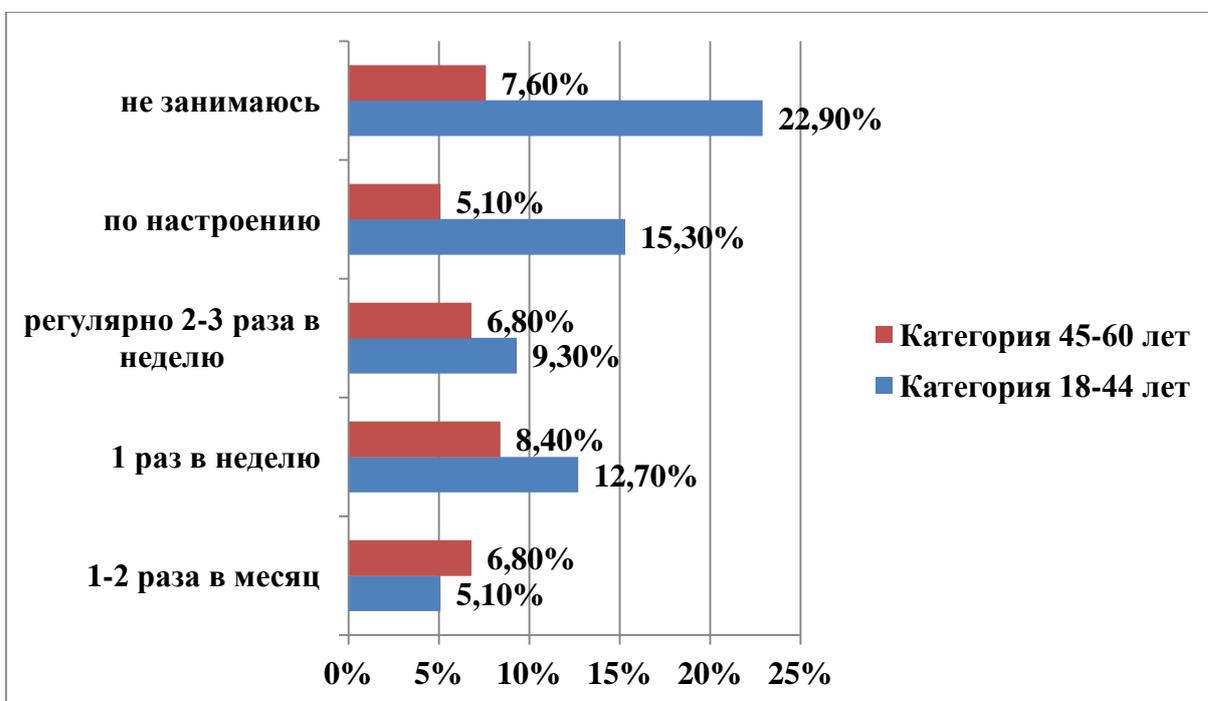


Рисунок Б10 – Ответы на вопрос «Занимаетесь ли Вы спортом?» (по категориям)

Вопрос 7. Какие виды физической активности предпочитаете?

Ответ: (принимались во внимание ответы респондентов, которые в анкете указали активную позицию по отношению к физической культуре)

Таблица Б8 – Ответы на вопрос «Какие виды физической активности предпочитаете?»

Варианты ответов	Всего		Категория 18-44 лет		Категория 45-60 лет	
	Кол-во ответов	%	Кол-во ответов	Доля от общего числа респондентов в выборке, %	Кол-во ответов	Доля от общего числа респондентов в выборке, %
Плавание	7	8,5 %	3	3,8 %	4	4,8%
Тренажерный зал	13	15,9 %	8	9,7 %	5	6,1 %
Фитнес	13	15,9 %	4	4,8 %	9	11 %
Лыжи	12	14,6 %	8	9,7 %	4	4,8 %
Велоспорт	5	6,1 %	4	4,8 %	1	1,3 %
Легкая атлетика, бег	17	20,7 %	9	11%	8	9,8 %
Другой ответ	15	18,3 %	14	17,1%	1	1,3 %
Итого	82	100 %	50	60,9 %	32	39,1 %



Рисунок Б11 – Ответы на вопрос «Какие виды физической активности предпочитаете?» (все категории)

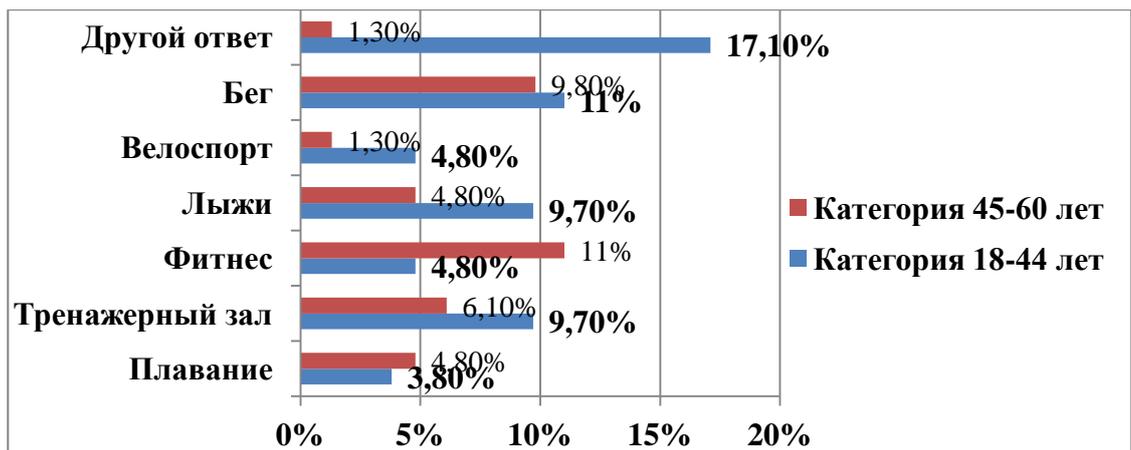


Рисунок Б12 – Ответы на вопрос «Какие виды физической активности предпочитаете?» (по категориям)

В качестве ответа «Другой ответ» респонденты указывали следующие варианты: фигурное катание, шахматы, бокс, игровые виды спорта.

Вопрос 8. Где предпочитаете заниматься физической культурой?

Таблица Б9 – Ответы на вопрос «Где предпочитаете заниматься физической культурой?»

Варианты ответов	Всего		Категория 18-44 лет		Категория 45-60 лет	
	Кол-во ответов	%	Кол-во ответов	Доля от общего числа респондентов в выборке, %	Кол-во ответов	Доля от общего числа респондентов в выборке, %
Спортивный зал	23	28 %	10	12,2 %	13	15,9 %
На улице	9	11 %	5	6 %	4	5 %
В парке	17	20,7%	10	12,2 %	7	8,5 %
Во дворе	8	9,8%	8	9,8 %	0	0%
По настроению	16	19,5%	10	12,2 %	6	7,3 %
Другой ответ	9	11 %	7	8,5%	2	2,4 %
Итого	82	100 %	50	60,9 %	32	39,1 %

(принимались во внимание ответы респондентов, которые в анкете указали активную позицию по отношению к физической культуре)

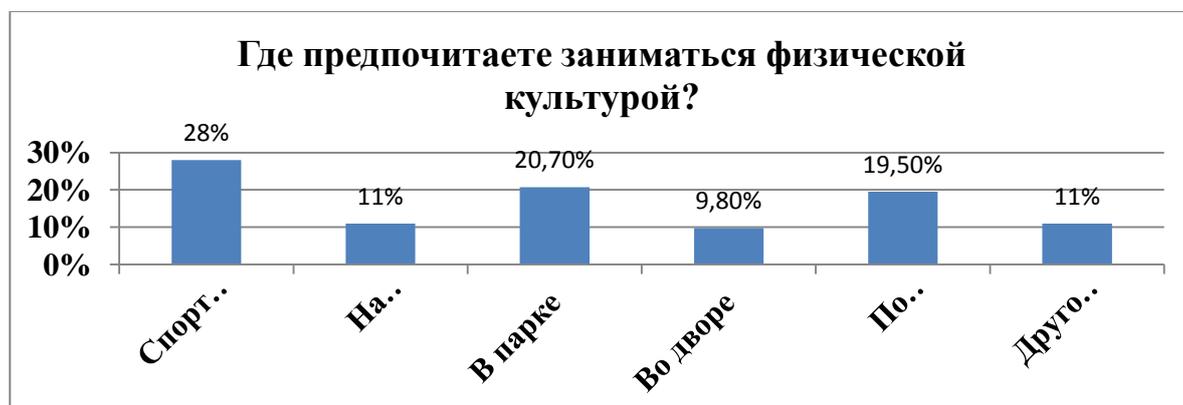


Рисунок Б13 – Ответы на вопрос «Где предпочитаете заниматься физической культурой?» (все респонденты)

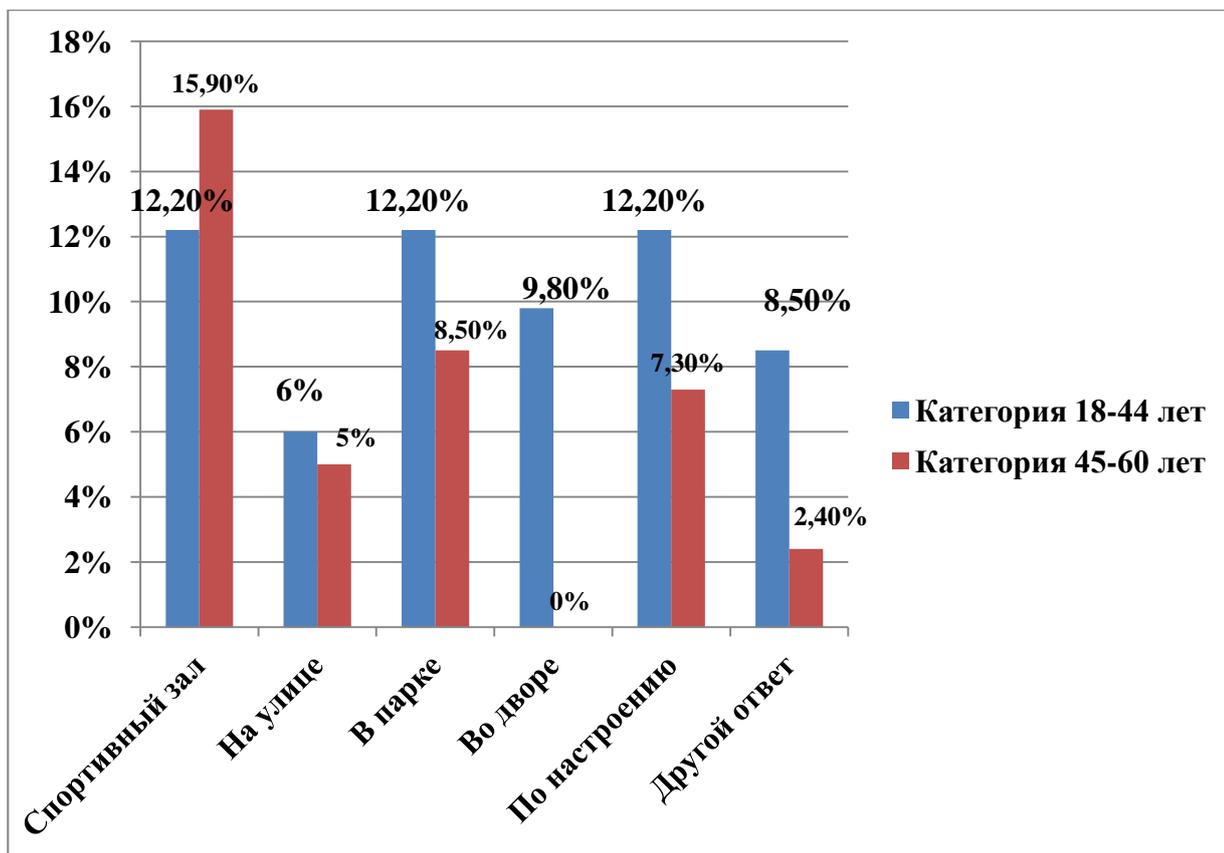


Рисунок Б14 – Ответы на вопрос «Где предпочитаете заниматься физической культурой?» (по категориям)

В качестве ответа «Другой ответ» многие респонденты указывали занятия в спокойной домашней обстановке, в летний период берег реки или озера.

Вопрос 9. Что привлекает Вас в занятиях физической культурой?

Таблица Б10 – Ответы на вопрос «Что привлекает Вас в занятиях физической культурой?»

Варианты ответов	Всего		Категория 18-44 лет		Категория 45-60 лет	
	Кол-во ответов	%	Кол-во ответов	Доля от общего числа респондентов в выборке, %	Кол-во ответов	Доля от общего числа респондентов в выборке, %
Укрепление здоровья	34	41,5%	16	19,5%	18	22%
Поддержание хорошей физической формы	12	14,6%	8	9,7%	4	4,9%
Коррекция фигуры и снижение веса	21	25,6%	13	15,9%	8	9,7%
Установление новых знакомств	3	3,7%	3	3,7%	0	0%
Совершенствование своих результатов и достижений	6	7,3%	5	6,1%	1	1,2%
Эмоциональн. атмосфера	3	3,7 %	2	2,4%	1	1,2%
Смена сфер деятельности	2	2,4%	2	2,4%	0	0%
Соперничество	1	1,2%	1	1,2%	0	0%
Другой ответ	0	0%	0	0%	0	0%
Итого	82	100 %	50	60,9 %	32	39,1 %

Ответы респондентов (все категории):

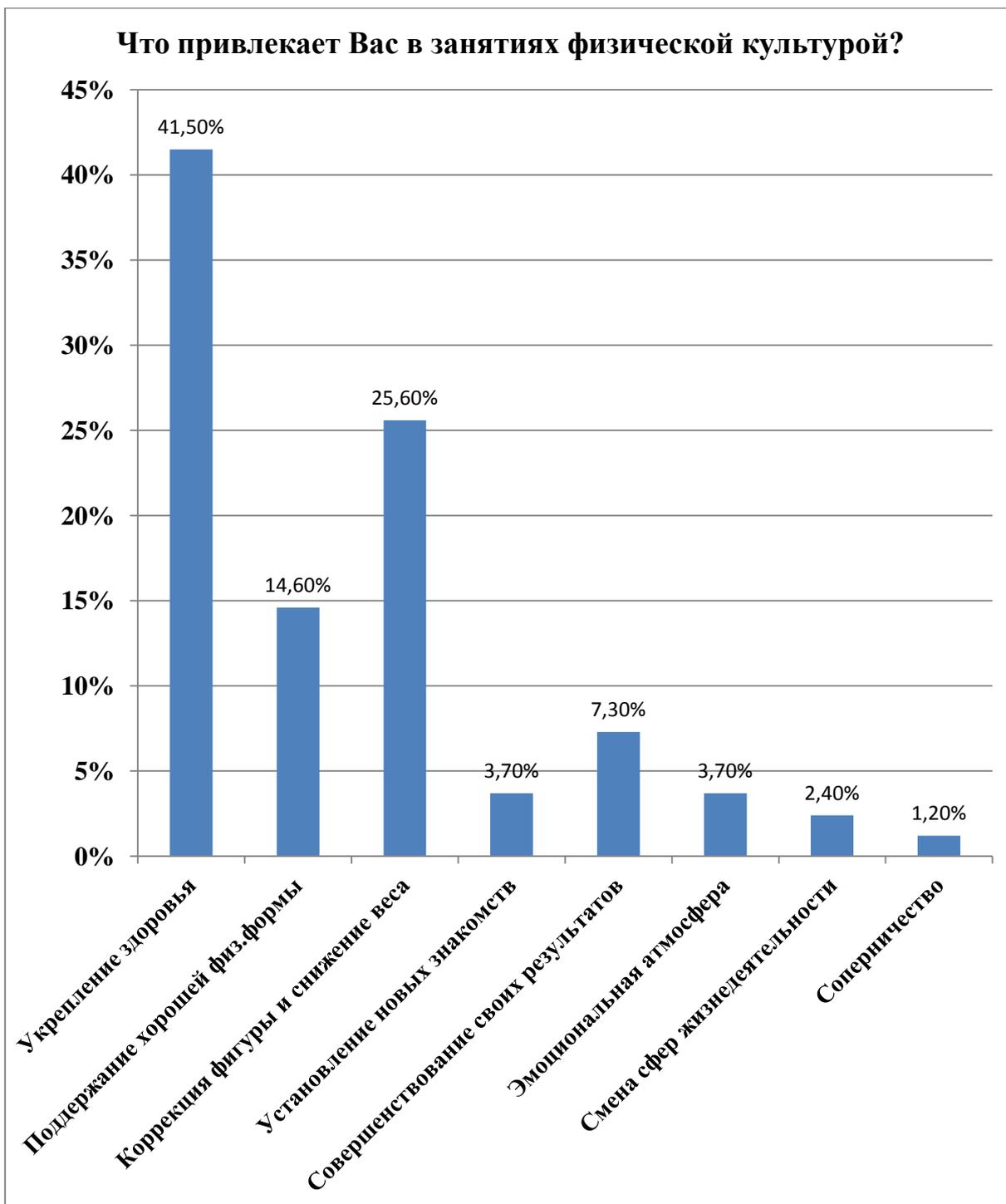


Рисунок Б15 – Ответы на вопрос «Что привлекает Вас в занятиях физической культурой?» (все категории)

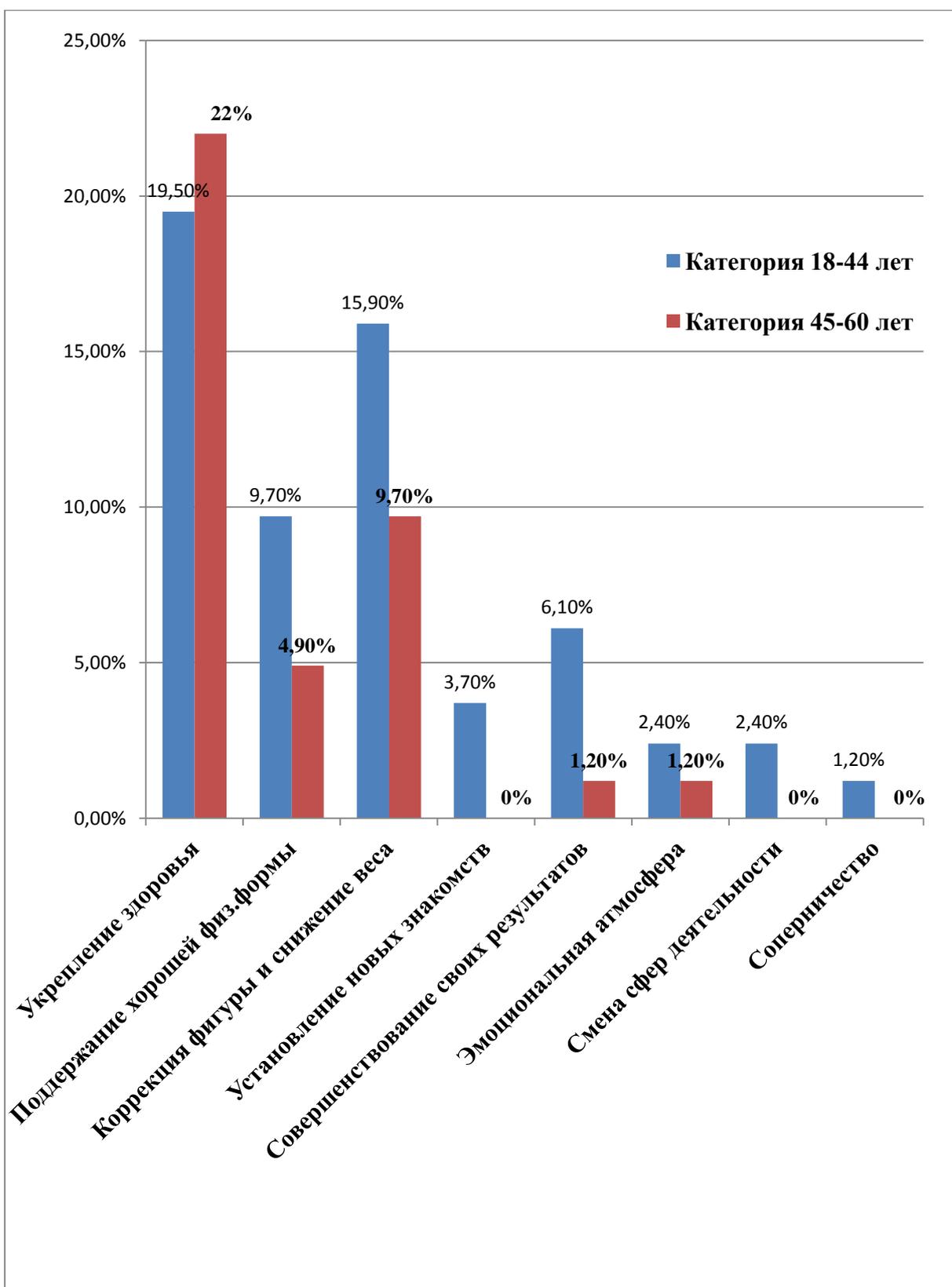


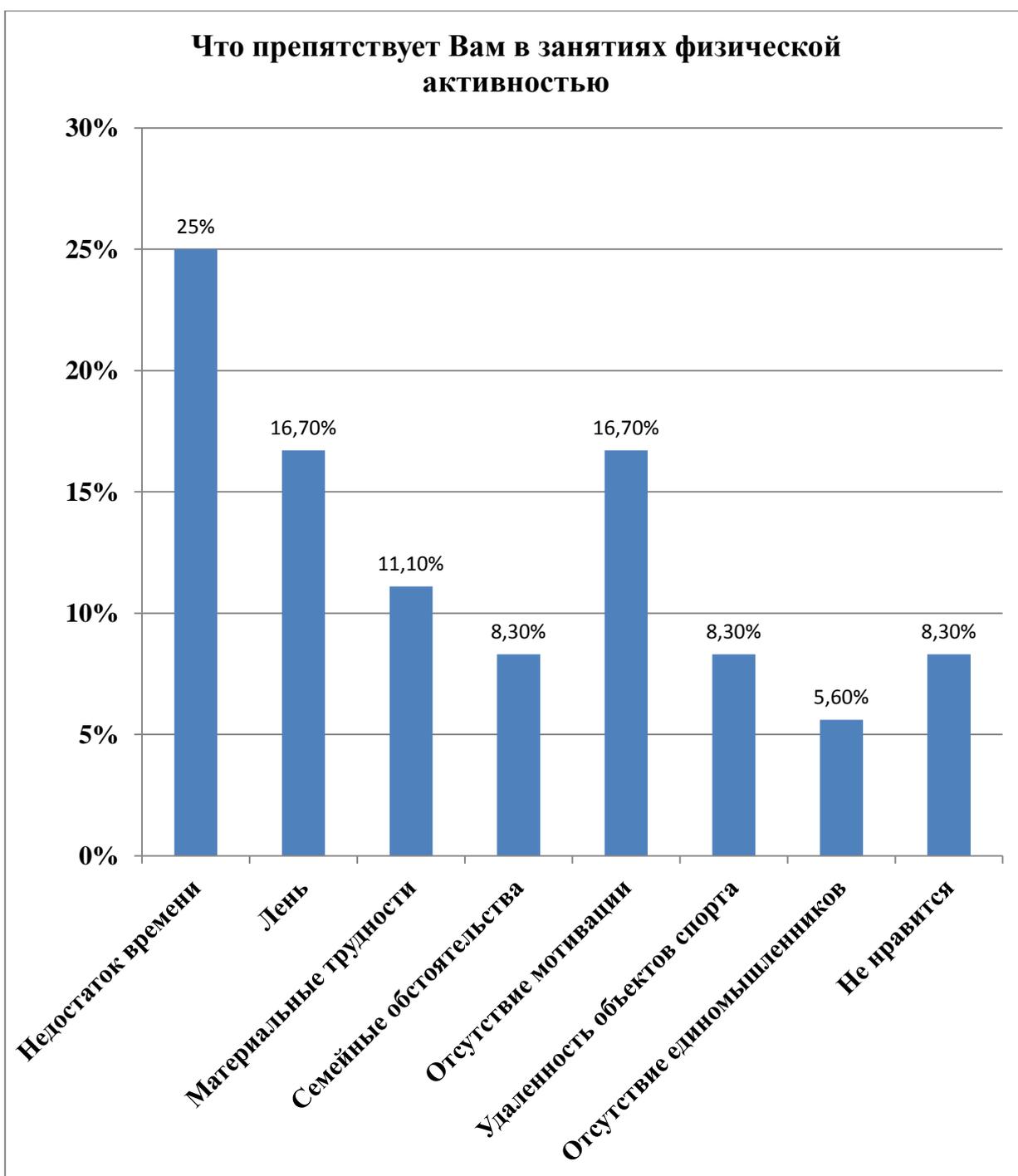
Рисунок Б16 – Ответы на вопрос «Что привлекает Вас в занятиях физической культурой?» (по категориям)

Вопрос 10. Что препятствует Вам в занятиях физической активностью?

Ответ: (принимались во внимание ответы респондентов, которые выразили пассивную позицию по отношению к физической культуре).

Таблица Б11 – Ответы на вопрос «Что препятствует Вам в занятиях физической активностью?»

Варианты ответов	Всего		Категория 18-44 лет		Категория 45-60 лет	
	Кол-во ответов	%	Кол-во ответов	Доля от общего числа респондентов в выборке, %	Кол-во ответов	Доля от общего числа респондентов в выборке, %
Недостаток времени	9	25%	5	13,9%	4	11,1%
Лень	6	16,7%	5	13,9%	1	2,8%
Материальные трудности	4	11,1%	4	11,1%	0	0%
Семейные обстоятельства	3	8,3%	2	5,5%	1	2,8%
Отсутствие мотивации	6	16,7%	6	16,7%	0	0%
Удаленность объектов спорта	3	8,3%	1	2,8%	2	5,5%
Отсутствие единомышленников	2	5,6%	1	2,8%	1	2,8%
Не нравится	3	8,3%	3	8,3%	0	0%
Другой ответ	0	0%	0	0%	0	0%
Итого	36	100 %	27	75%	9	25%



Риунок Б17 – Ответы на вопрос «Что препятствует Вам в занятиях физической активностью?» (все категории)

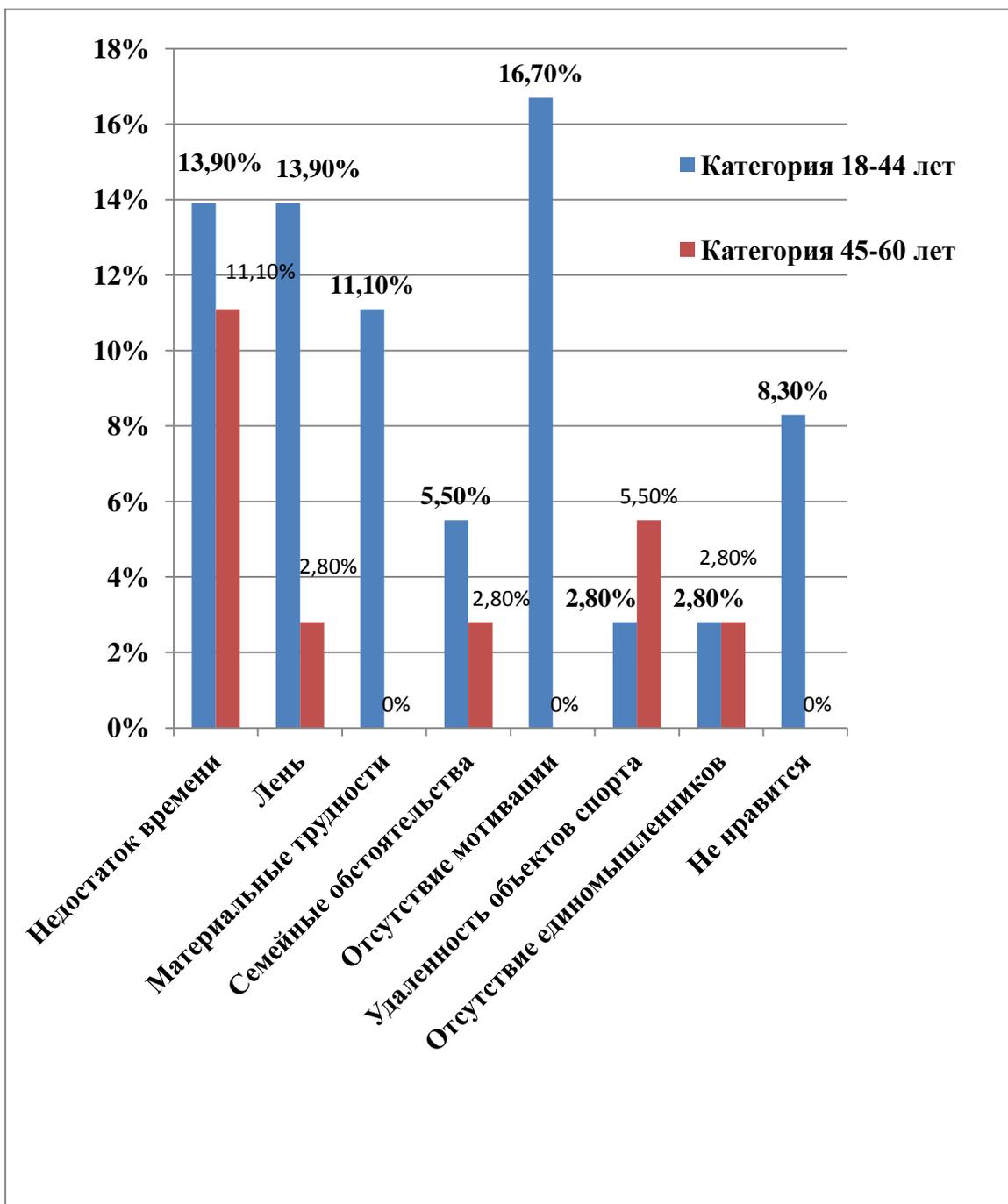


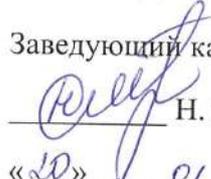
Рисунок Б18 – Ответы на вопрос «Что препятствует Вам в занятиях физической активностью?» (по категориям)

Министерство науки и высшего образования РФ
Федеральное государственное автономное
образовательное учреждение высшего образования
«СИБИРСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Институт физической культуры, спорта и туризма
Кафедра теоретических основ менеджмента
физической культуры и туризма

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий кафедрой

 Н. В. Соболева

«10» 01 2023 г.

МАГИСТЕРСКАЯ ДИССЕРТАЦИЯ

ФОРМИРОВАНИЕ ПРОЕКТА ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ
УСЛУГ ДЛЯ ЛИЦ МОЛОДОГО И СРЕДНЕГО ВОЗРАСТА НА БАЗЕ
УНИВЕРСАЛЬНОГО СПОРТИВНОГО КОМПЛЕКСА «ТЕННИС ХОЛЛ»

49.04.01 Физическая культура

49.04.01.03 Менеджмент в физической культуре и спорте

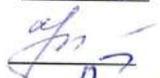
Научный руководитель



к.п.н., доцент

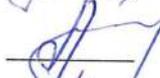
В.А. Грошев

Выпускник



С.П. Князева

Рецензент



д.п.н., профессор

А.Ю. Близневский

Нормоконтролер



Т. И. Рожина

Красноярск 2023