Проект на тему: «Я выбираю спортивную профессию»

Введение

Актуальность. Спорт играет важную роль в жизни многих людей по всему миру. Он не только укрепляет здоровье, но и развивает такие качества, как выносливость, сила, координация, быстрота реакции и дисциплина. Люди по всему миру ежедневно сталкиваются со спортом и физической культурой. Мы посещаем спортивные состязания, ходим в спортивный зал, занимаемся физической культурой во время учебы в школе и ВУЗе. Но большинство людей не представляют насколько велико разнообразие спортивных профессий, помимо тренера, спортсмена и учителя физической культуры. В ходе опроса обучающихся лицея-интерната Лидер мы получили следующие данные:

Все опрошенные 45 человек назвали основные профессии учитель физкультуры, тренер и спортсмен. 12 человек знакомы с профессией спортивный врач. 15 человек – спортивный журналист. 3 человека знакомы с профессией врач ЛФК.

Проблема: Учащиеся лицея-интерната Лидер не знают разнообразия спортивных профессий и уверены в том что они не так востребованы.в современном мире.

Мы считаем эту проблему актуальной, так как в старшей школе обучающиеся совершают выбор будущей профессии и места обучения. Мы хотим чтобы ученики знали как можно больше различных вариантов профессий и сделали правильный выбор своего будущего.

Цель. Составить классификацию спортивных профессий и оформить ее в виде памятки.

Задачи:

1.Изучить спортивные профессии

2.Классифицировать профессии по направлениям

3.Составить таблицы о каждом разделе.

Классификация

Изучив профессии мы разработали следующую классификацию:

**Спорт- спорт**

1. Учитель физической культуры
2. Спортивный тренер
3. Спортсмен

**Спорт - медицина**

1. Массажист
2. Врач ЛФК
3. Спортивный врач

**Спорт - управление**

1. Спортивный менеджер
2. Организатор спортивных мероприятий

**Спорт – журналистика**

1. Спортивный журналист
2. Спортивный комментатор
3. Ведущий спортивных новостей

Мы хотим обратить ваше внимание на памятку, мы создали ее с целью ознакомления обучающихся со списком спортивных профессий, охватывающих различные сферы.

Памятку мы выполнили в виде таблицы в которой отразили основные моменты, интересующие обучающихся при выборе профессии, на обратной стороне памятки мы прописали номера телефонов приемной комиссии. В ней мы упомянули только волгоградские учебные учреждения, так как в нашем большое разообразие ВУЗов и СУЗов.

Наш выбор

Так как мы учимся на естественно-научном профиле для нас интересна биология и химия, но также мы любим спорт и хотим привлечь людей к занятиям физкультурой и следить за своим здоровьем. Поэтому для себя мы выбрали следующие профессии:

Врач ЛФК

Лечебная физкультура – это метод воздействия на человеческий организм с помощью физических упражнений в лечебных, профилактических и реабилитационных целях.

В чем состоит работа специалиста по ЛФК?

Обязанности специалистов можно условно разделить согласно медицинским должностям:

1.врач анализирует состояние пациента, дает оценку его функциональных возможностей исходя из полученной травмы или перенесенной болезни, дает рекомендации по назначению адекватных физических нагрузок, проводит контроль эффективности лечебной физкультуры, вносит, при необходимости, коррективы в лечебно-оздоровительный комплекс.

2.инструктор-методист является подчиненным врачу ЛФК и отвечает за разработку комплексов гигиенической и лечебной гимнастики, проводит групповые и индивидуальные занятия. Инструктор подчиняется врачу и занимается непосредственно подготовкой помещений и инвентаря, проведением назначенных комплексов и программ, контролем над состоянием пациента на всех этапах занятий, обеспечением необходимых правил организации работы.

Объем нагрузок врача и инструктора ЛФК также имеет свои отличия. Во-первых, предусмотрена разница во времени, отведенном на оформление документации: для врача – 2 часа и для инструктора – 1 час на протяжении рабочего дня. Во-вторых, в условиях 6,5 часового рабочего дня при шести рабочих днях в неделю нагрузка врача или инструктора-методиста составляет 27 единиц, а инструктора – 33 условных единицы.

Заниматься вопросами лечебной физкультуры должны специально подготовленные профессионалы, имеющие базу знаний в сфере как медицины, так и спорта. В зависимости от должностных обязанностей и прав специалистами по лечебной физкультуре могут быть люди с соответственным образованием:

1. врач по ЛФК: высшее медицинское по специализации «лечебное дело»/«педиатрия»;
2. инструктор-методист: высшее физкультурное с дополнительным прохождением подготовки по лечебной физкультуре;
3. инструктор: среднее медицинское с прохождением курсов по физической культуре.

Массажист

**Спортивный массаж** — это особый вид массажа, который применяется с целью увеличения выносливости, устранения травм, борьбы с усталостью, улучшения общего физического состояния спортсменов.

Чем отличается спортивный массаж от классического?

Спортивный массажист понимает устройство мышц и осознает, какие задачи перед ним стоят: подготовить к тренировкам, восстановить мышцы, придать нужный тонус.

Основные различия:

* При классическом прорабатывается все тело, при спортивном – зависит от целей (например, только ноги после пробежки);
* Отличаются цели. Классический расслабляет и тонизирует, спортивный может быть направлен на что-то конкретное или быть частью тренировки;
* В спортивном массаже есть более агрессивные техники;

Чтобы заниматься «серьезным» массажем, потребуется получить медицинское образование по одной из специальностей на выбор:

* «Медицинский массаж»;
* «Физическая реабилитация и рекреация»;
* «Лечебная физкультура»;
* «Сестринское дело»;
* «Медсестра по массажу».

Высшее образование необязательно – можно пойти учиться в медицинский или физкультурный техникум, либо медколледж.

Диплом позволит работать не только в массажном салоне, но и в лечебном учреждении: больнице, поликлинике, санатории.

Если начать обучение в колледже после 9 класса школы, то на получение профессии потребуется 4 года, если после 11 – приблизительно 2,5 года.

Вывод

Как мы знаем спорт является неотъемлемой частью нашей жизни. Проанализировав информацию мы убедились в том, что существует большое разнообразие спортивных профессий на любой вкус. Мы надеемся, что наш проект заинтересовал обучающихся и в будущем они обратятся к ней при выборе профессии или даже посвятят свою жизнь физкультуре.

И как говорится: «спортсменом можешь ты не быть, но физкультурником обязан!».