

Министерство образования и науки Российской Федерации

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИМЕНИ Н.Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»**

Кафедра спортивных дисциплин

**«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В СИСТЕМЕ ЦЕННОСТЕЙ
СОВРЕМЕННОГО СТУДЕНЧЕСТВА»**

**АВТОРЕФЕРАТ МАГИСТЕРСКОЙ РАБОТЫ
студентки 3 курса 342 группы**

направление подготовки 49.04.01 Физическая культура
профиль «Физкультурно-оздоровительные технологии»

Института физической культуры и спорта

Рагулиной Марины Юрьевны

**Научный руководитель
Доцент**

_____ И.Ю. Водолагина
подпись, дата

**Зав. кафедрой
кандидат педагогических наук**

_____ В.Н. Мишагин
подпись, дата

Саратов 2018

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

Актуальность исследования. Создание условий для формирования человека, гармонически сочетающего в себе духовное богатство, моральную чистоту и физическое совершенство, является одной из актуальных проблем.

В процессе индивидуального развития у человека формируются определенные жизненные установки, которые в будущем определяются в некоторый набор ценностей. Любому человеку присущи ценностные ориентиры, которые позволяют наиболее устойчиво вести себя в жизнедеятельности. Ценности, приобретенные в процессе социализации личности, органично сочетаются с потребностями индивида в достижении финансового достатка, профессионального самоопределения и прочими благами. [34, 39, 40].

Достаточно активно изучаются ценности молодежи в области физической культуры и спорта. По мнению большинства авторов, которые занимались этим вопросом (Кишинского А. А., Гаськова А. В., и др.) в учебных учреждениях занятия физической культурой направлены на решение таких задач, которые отражают показатели физической подготовленности. Но, наряду с этим, в процессе занятий не решаются такие задачи, как развитие ценностно-мотивационного отношения молодых людей к физической культуре и необходимости использования регулярной физической нагрузки.

Системообразующим центральным фактором, который объединяет все компоненты физической культуры, является физкультурная (физкультурно-спортивная) деятельность, направленная на физиологическое становление человека.

Эмоционально-целостное отношение к физкультурной деятельности не наследуется и не формируется спонтанно, оно приобретается личностью в процессе самой жизнедеятельности и устойчиво развивается с освоением творческого опыта и знаниями, с выражением активности и инициативы в универсальном педагогическом процессе.

Большая часть современной молодежи, предпочитает пассивные развлечения, не приносящей пользы физиологическому развитию личности. Только малая часть молодых принадлежит к общности активно-отдыхающих людей, которые посвящают себя самопознанию и развитию личности в целом. Безусловно, амбиции молодых людей и стремление самосовершенствоваться в современном мире выступают главным мотивом к действию. На данный момент присущи расхождения в понимании движения развития с реальными действиями молодого поколения.

Анализируя труды авторов, которые перечислены выше, необходимо сопоставить данные, касающиеся определения места физической культуры в жизни молодого поколения, при этом разграничивая понятия спорта, здоровья и физической культуры. Для более подробного разъяснения ответа на этот вопрос было проведено исследование.

Объект исследования – физическая культура как ценность современных студентов.

Предмет исследования – роль физической культуры в формировании ценностей, ее место в повседневной жизни.

Гипотезой стало предположение: так как физическую культуру мы признаем частью общей культуры, формирование личности студента и его успешная профессиональная подготовка возможны при условии создания в вузе здоровьесберегающей среды, имеющей в том числе физкультурно-оздоровительную и профессионально-прикладную направленность.

Задачи: 1) дать характеристику системе ценностей и ценностных ориентаций, их регулятивную роль в поведении личности и содержанию ценностной сферы физической культуры человека; 2) определить уровень сформированности ценностной сферы студентов института физической культуры и спорта и место в ней физической культуры; 3) рассмотреть физическое воспитание как ценностный ориентир молодого поколения в рамках учебного процесса.

В работе использовались такие методы, как анализ учебно-педагогической, психологической социологической литературы; системный анализ и обобщение информации; опрос и анкетирование.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ

В исследовании приняли участие студенты 1-4 курсов Института физической культуры и спорта ФГБОУ ВО «Саратовский государственный университет имени Н.Г. Чернышевского». Выбор данного возрастного диапазона продиктован максимальной концентрацией социальной активности молодых людей. Именно данный возраст характеризуется высоким уровнем участия молодежи вузовской спортивной жизни. Выборка разработана на основе половозрастных квот.

Предмет исследования: отношение студенческой молодёжи к спорту.

Для достижения обозначенной цели предполагается решить следующие задачи: 1) определить оценку молодыми людьми собственных способностей в сфере физической подготовки; 2) определить приоритетные формы поддержки в учебных заведениях молодых людей в области физической культуры; 3) выяснить мотивационную природу неучастия молодежи в спортивной деятельности; 5) определить место физической культуры в жизни молодого поколения.

Исходя из имеющихся целей и задач исследования, был использован количественный метод сбора информации - анкетирование.

В исследовании приняли участие 100 человек в возрасте 18-23 лет, Анкетирование проводилось анонимно в целях получения наиболее достоверной информации. Большинство респондентов пришлось на возрастную группу в возрасте 18-20 лет – 55 опрошенных из 100 возможных (55% из 100%). Молодые люди в возрасте 21-23 лет составили оставшиеся 45%.

Согласно данным проведенного исследования, значительное большинство опрошенных молодых людей, а именно 60%, занимаются спортом в свободное время на регулярной основе и регулярно посещают

физическую культуру в учебном заведении. Тридцать семь человек (37%) из количества всех опрошенных лишь иногда прибегают к физической активности, что позволяет нам сказать о прогулах на занятиях по физической подготовке. Лишь 3% всех опрошенных отрицательно высказались по поводу занятия спортом в свободное время, уделяется минимум времени на физическую подготовку (например, пешая прогулка). Такой же процент из всех ответов показал, что физическая культура не нужна для развития молодого поколения. Данный показатель пришелся на возрастную группу в рамках 22-23 года, что позволяет сказать о присутствии других интересов в повседневной жизни.

Анализ вопроса «Основные причины отсутствия на занятиях физической культуры» показал, что большинство посещает данную дисциплину по мере необходимости и нужности. Из 3%, которые отрицательно относятся к физической нагрузке, назвали основные причины: отсутствие интереса к предмету на основании устаревшего снаряжения и технического оснащения залов, плохая организация занятий и чрезмерная личная нагрузка. По данным исследований, доля молодежи, регулярно занимающейся спортом, относительно велика до 20-ти летнего возраста, после чего начинает сокращаться.

Весьма позитивными оказались результаты по вопросу о здоровье студентов, довольны ли они своим здоровьем. Абсолютное большинство, а именно 90% всех опрошенных, ответили, что довольны своим здоровьем, 10 человек из 100 весьма довольны состоянием своего физического здоровья и ответили «очень доволен».

Интересно обратить внимание на вопрос о здоровом образе жизни и отношение к нему студенчества. На вопрос «Что Вы вкладываете в понятие «вести здоровый образ жизни» ответы респондентов распределились таким образом, что главным критерием этого понятия выступают: отсутствие вредных привычек, здоровое питание и физическая нагрузка, 89% молодых людей выделили, что совокупность этих понятий определяет здоровое

отношение к жизни молодого поколения. Хотелось бы отметить, что 6% молодежи выделяют физическую культуру как обособленную единицу, основной критерий в определении понятия здорового образа жизни, что определяет спорт как ценность для студента в его жизнедеятельности.

Анализируя следующий вопрос «Соответствует ли Ваш образ жизни здоровому», выясняются противоречивые данные. Около половины всех опрошенных ответили, что их образ жизни соответствует не в полной мере здоровому. 42% респондентов признался, что в их жизни присутствуют запретные увлечения и вредные привычки. 53 человек (53%) подтвердили, что соответствие с понятием и их образом жизни стопроцентное и оно полностью соответствует с определением. Только 5% из 100% признались, что их образ жизни не соответствует общепризнанному понятию здорового образа жизни.

Спорт является одним из самых доступных и эффективных способов поддержания и укрепления здоровья человека. Для определения приоритетных форм поддержки в учебных заведениях молодых людей для повышения заинтересованности в области физической культуры, необходимо исследовать следующий вопрос. По мнению студентов, учебное заведение всегда должно заинтересовывать молодое поколение различными способами. Анализируя ответы, которые подразумевали несколько вариантов, пришли к следующим количественным показателям (см. диаграмма 4). 60% молодых людей считают, что основным мотивом занятий спортом при университете могут служить увеличение различных спортивных соревнований, 49% респондентов в своих ответах также отметили важность обновленного спортивного оборудования. Примерно такое же количество студентов – 45% предпочитают вводить в занятия нетрадиционные методики физических нагрузок (таких как йога, пилатес и прочее). Также, 29% молодых людей признались, что организация поездок на природу могла бы положительно сказаться на тяге молодежи к занятию спортивной деятельностью. Весьма интересным были данные, включающие в себя свой

вариант ответа. Не могло оставить без внимания такие ответы как «поддержка студентов», «нормальное отношение к студентам», «искренний интерес педагогов к подопечным» и пр. Хотя такого рода ответов было всего 3%, не следует исключать из вида то факт, что студентам не хватает поддержки не только на физическом уровне, но и на психологическом.

Исследуя физическую культуру как одну из главных ценностей в жизни человека, необходимо обратить внимание на результаты анкетирования по нескольким главным вопросам анкетирования. Вопрос «Что для Вас значит физическая культура и спорт», который подразумевал возможность нескольких вариантов ответа, показал, что для 75% молодых людей спорт выступает единственным источником хорошей физической формы, главным источником бодрости и сил. Для 54% физическая культура выступает эффективным путем к самореализации и всего 5% опрошенных ответили, что для них физическая культура – это очень редкие занятия, как правило, проходящие по принуждению.

Таким образом, можно сказать, что для большинства молодых людей физическая культура выступает не только физической нагрузкой как таковой, а способом достижения результатов в жизни, некоторой ценностью среди основных действующих.

Анализ ответов основных ценностей человека показал, что доминирующую роль в иерархии жизненных ценностей заняли семья и дружба (88,3%), здоровье и здоровый образ жизни (84,5%). Менее значимые ценности - это: саморазвитие и творчество (42,7%); карьера, значимое положение в обществе (34%).

Исходя из этого, следует сказать, что среди молодого поколения здоровый образ жизни и физическая культура занимают существенное место в жизнедеятельности студентов. Данный факт подтверждается количеством положительных ответов на вопрос «Считаете ли Вы, что физическая активность должна быть одной из главных ценностей молодежи». Абсолютное большинство высказалось положительно – 94 человека, что

повышает место физической культуры в иерархии основных ценностей человека.

Итак, здоровье одной из главных ценностей жизни считают 84,5% опрошенных. Однако существует большая разница между осознаваемой ценностью здоровья и реальным поведением, которое направлено на его укрепление и сохранение. Так, доказательством активного физического поведения студентов учебного заведения выступает участие в различных видах спорта. Согласно ответам, среди доминирующих - футбол, волейбол, лёгкая атлетика и баскетбол. Реже встречаются силовой спорт, хоккей, лыжи, единоборства. Занятия физической культурой на регулярной основе зависят от ряда важных факторов, а именно ценностные ориентиры каждого человека и ценности в целом, которые связаны со спортом.

Необходимо разграничивать ценности провозглашенные и реальные, на которые человек ориентируется в своем поведении в жизни и которые пытается достичь. Самые высокие позиции среди ценностей, которые провозгласили люди, занимают физическое совершенствование и здоровье. Значительно более низкую роль здоровье и физическое совершенство играют в системах существующих ценностей людей.

По результатам исследования можно сделать вывод о том, что среди главных причин занятий спортом доминирует: во-первых, стремление улучшить телосложение, привести вес в норму (68,7%); желание улучшить здоровье (68,1%) и желание получить эмоциональную разрядку 50,1%. 34% ответивших занимаются того, чтобы быть в кругу друзей, 31% - чтобы повысить физическую привлекательность.

Анализ гендерного аспекта показывает расхождения в главных причинах занятий: девушки занимаются в основном для того, чтобы улучшить телосложение, оптимизировать вес, а юноши - для укрепления здоровья. Поэтому, в целом, физические упражнения и занятия спортом для респондентов являются элементом бережного отношения к своему здоровью.

Результаты исследования ценности физической культуры и ее роли в жизни современного студенчества можно посмотреть в таблице.

Таблица - Положительные результаты исследования ценности физической культуры в системе ценностей современного студенчества

	% положительных результатов
занимаетесь ли вы спортом	60
ходите ли вы на физическую культуру	60
довольны ли вы здоровьем	90
соответствует ли ваш образ жизни ЗОЖ	53
считаете ли вы, что физическая активность – главная ценность молодежи	94
ценность здоровья/ЗОЖ/спорта	84,5
отношение к курению	0
отношение к алкоголю	0

Таким образом, значительная доля молодых людей определяет здоровье как степень физического благосостояния. Главным условием сохранения физического благополучия, по мнению студентов, является отказ от вредных привычек, соблюдение правильного питания и поддержание двигательного режима. Физическая культура в жизни молодых людей занимает не последнее место. Однако, выявлена несформированность отношения молодежи к здоровью как к главному объекту сохранения сил и энергии, и спорту, как к одному из наиболее значимых ценностей.

ВЫВОДЫ

Ценности личности организуются в определенные системы, которые выполняют регулятивную функцию, придавая смысл жизнедеятельности человека.

Физическая культура принадлежит к одной из всевозможных ценностных ориентиров человека и выступает как составная часть профессиональной и общей культуры индивида. Являясь одной из главных динамичных характеристик развития личности, физическая культура представляет собой фундаментальную ценность и для становления личности, она определяет его начало социокультурного бытия, меру и способ осуществления сущностных способностей и сил человека.

По результатам исследования можно сделать вывод о том, что среди главных причин занятий доминирует: во-первых стремление улучшить телосложение, привести вес в норму (68,7%); желание улучшить здоровье (68,1%) и желание получить эмоциональную разрядку 50,1%. 34% ответивших занимаются того, чтобы быть в кругу друзей, 31% - чтобы повысить физическую привлекательность. Анализ гендерного аспекта показывает расхождения в главных причинах занятий: девушки занимаются в основном для того, чтобы улучшить телосложение, оптимизировать вес, а для юноши -для укрепления здоровья. Поэтому, в целом, физические упражнения и занятия спортом для респондентов являются элементом бережного отношения к своему здоровью.

Итак, мы выяснили, что большая часть молодых людей воспринимает здоровье на уровне физического благополучия, и считает основным условием его сохранения отказ от вредных привычек, двигательный режим и правильное питание. Однако в их сознании еще не сформировано отношение к здоровью и одному из главных путей его сохранения - спорту как к одним из наиболее значимых ценностей. В ценностном мире молодёжи спорт занимает невысокое положение. В целом же, количество молодых людей, занимающихся спортом довольно большое.

Основываясь на результатах исследования, можно предложить некоторые рекомендации по развитию интереса молодежи к физической культуре и спорту. Необходимо разработать больше методов для мотивации молодых людей к занятиям спортом. Примером может служить: фильмы, сериалы, в которых здоровье и занятия спортом — неотъемлемая часть жизнедеятельности молодых успешных людей. Телевидение и интернет на сегодняшний день мощнейшие инструменты управления сознанием людей. Программы поддержки на государственном уровне должны быть не «сухими» документами, а реальными, практически подтвержденными методами. Спортивные сооружения желательно сделать более доступными, ведь молодежь, в основном, не удовлетворена своим материальным положением. Необходимо совместить спортивные новости с обычными выпусками. Возможно, хорошей рекомендацией будет сократить рекламу лекарств и увеличить социальную рекламу о пользе спорта, физической культуры и здорового образа жизни, связывая эти компоненты как важные для успешного человека. Все хотят быть успешными, поэтому показывая успешных людей — спортсменов, больше рассказывая и показывая различные видеоролики или снимая фильмы о них, постепенно у людей будет появляться мотивация к занятиям спортом, и спорт и успех станут неразрывными понятиями.