

СЕКЦИЯ 1
ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ И ПРАКТИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ
ФОРМИРОВАНИЯ, УКРЕПЛЕНИЯ И СОХРАНЕНИЯ
ЗДОРОВЬЯ СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ,
СПОРТА И ТУРИЗМА

УДК 796.011

АНАЛИЗ МОТИВАЦИИ ЦЕННОСТЕЙ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ
В СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖНОЙ СРЕДЕ

С. М. Блоцкий, Н. Н. Ничипорко
(МГПУ имени И. П. Шамякина, Мозырь, Беларусь)

В статье изучены представления студенческой молодежи о значении физической культуры и спорта в иерархии системы ценностей личности. Установлены основные виды деятельности студентов в свободное от учебы время, обозначены основные мотивы студенческой молодежи к занятиям физической культурой и спортом. Предложены пути решения проблемы.

Физическая культура (ФК) в современном мире выполняет важные социально значимые функции и является одним из важнейших средств ведения здорового образа жизни (ЗОЖ), фактором, обеспечивающим гармоничное развитие личности. Правильно подобранная физическая активность оказывает положительное влияние на развитие человека, поддержание хорошей физической формы, является фактором, способствующим формированию социальной активности и здорового стиля жизнедеятельности молодого человека [1, 2].

В современной системе образования существуют различные подходы к решению задачи формирования ЗОЖ обучающихся. Они включают широкий спектр организационных мер по созданию условий для ведения коррекционной и реабилитационных образовательных программ и систем воспитательной работы с целью формирования здорового образа жизни и ценностного отношения к здоровью. Двигательная активность студентов является одним из основных факторов ЗОЖ, развития основных двигательных качеств, а также организма в целом. Занятия ФК и спортом в различных формах еще недостаточно внедряются в повседневно-

ный быт студентов. Средние затраты времени на физическую культуру в структуре свободного времени большинства студентов не превышают 8-10%. Основные причины этому – не хватает свободного времени у 11%, не могут организовать свое свободное время 50%, нет желания и интереса у 39%, в собственной пассивности признаются 49%.

Цель нашего исследования – выявить роль ФК и ЗОЖ в иерархии ценностей учащейся молодежи.

В анкетировании приняли участие студенты непрофильных факультетов, занимающиеся в группах спортивного совершенствования УО МГПУ имени И.П. Шамякина. Все респонденты занимались в спортивных секциях по различным видам спорта и большую часть свободного времени отдавали занятиям в группах спортивного совершенствования (ГСС). 82,5% опрошенных планировали заниматься физическими упражнениями и в дальнейшем после завершения учебы, что свидетельствует об их устойчивом интересе к спортивной деятельности. Позитивным являлось их отношение и к другим видам спорта и формам двигательной активности. Так, 30% из числа опрошенных молодых людей используют в свободное время оздоровительный бег и кросс, 22% – ходьбу на лыжах, 35% занимаются игровыми видами спорта, 15% – атлетической гимнастикой (гиревой спорт). Ответы определенных студентов свидетельствуют об устойчивом интересе к физической культуре и ЗОЖ. Они регулярно бывают на спортивных площадках и в спортивных залах в качестве участников соревнований и зрителей.

Студентам был предложен список из девяти видов деятельности, и они должны были указать те из них (не более трех), которые они считают наиболее важными и полезными для каждого человека. Наибольшее число респондентов (70%) выбрали занятия ФК и спортом. Это, бесспорно, положительный факт, свидетельствующий о понимании значимости ФК в жизни человека. Но вызывает настороженность тот факт, что к наиболее важным и значимым видам деятельности общественную работу отнесли лишь 5% опрошенных, учебу и самообразование – только 30%.

Для понимания места физкультурно-оздоровительной деятельности в системе ценностей студентов, посещающих занятия ГСС, важное значение имели их ответы на вопросы о том, какие черты и особенности человека они, в первую очередь, учитывают при оценке уровня культуры человека. Опрос показал, что и в этом плане большинство респондентов не забывают о занятиях физическими упражнениями. Однако

есть студенты, которые явно недооценивают культурную ценность других качеств и особенностей человека: его умственных способностей, интеллекта (эту черту отметило только 14,5%), увлеченность музыкой, литературой и искусством (только 22,5%) и т.д.

Несмотря на отмеченные выше сложности, интерес студентов к спорту не утрачен. В свободное время многие занимаются самостоятельно и успешно участвуют в студенческих соревнованиях между факультетами. Данные анкетного опроса показали, что из 500 студентов 150 отдают предпочтение игровым видам спорта, 40 – легкой атлетике, 25 – различным видам единоборств, 23 – шахматам и шашкам, и т.д. Это говорит о широком спектре интересов в выборе любимого вида спорта.

Анализ результатов опроса показал, что в сознании большинства студентов ГСС сложилось довольно устойчивое представление о ценности занятий ФК и спортом для того, чтобы человек поддерживал хорошую физическую форму, самочувствие и здоровье, повышал свои физические кондиции. Это следует, прежде всего, из того, что большинство (77,5%) опрошенных студентов включают систематическое использование физических упражнений в число важнейших средств, необходимых для сохранения и укрепления здоровья. 94% опрошенных придерживаются мнения, что нельзя в течение длительного времени сохранять хорошую физическую форму, самочувствие и здоровье, не занимаясь физкультурой и спортом. Вместе с тем, следует отметить ограниченное представление респондентов о ценности физкультурно-оздоровительной деятельности. Так, например, по мнению небольшой части студентов (12%), занятия ФК и спортом менее эффективны с точки зрения положительного воздействия на физическое состояние человека, нежели другие виды деятельности. Выявлены и другие данные, которые, с одной стороны, свидетельствуют о некоторой ограниченности представлений о ценности ФК, а с другой стороны, о том, что и в реальной жизни ценность занятий спортом ограничивается лишь позитивным воздействием на физическое состояние человека.

Проведенное исследование позволяет сделать вывод о том, что отношение студентов ГСС к физкультурно-спортивной деятельности в целом, и к избранному виду спорта, в частности, во многом связано с общей системой тех ценностей, на которые они ориентируются в своей жизни и деятельности. Занятия ФК являются важнейшим фактором формирования у подрастающего поколения установок на ЗОЖ. При этом не-

обходима дальнейшая разработка новых эффективных образовательных технологий по привлечению молодого поколения к занятиям физической культурой и формированию у них потребности в ЗОЖ. По результатам проведенного исследования можно заключить, что в целом, несмотря на разносторонние ответы, вопросы мотивации студентов групп спортивно-совершенствования на двигательную активность остаются актуальными и требуют особого внимания. Анализ полученных данных о ценностных ориентациях учащейся молодежи позволяет эффективнее проводить физкультурно-оздоровительную и воспитательную работу с ними.

Список использованной литературы

1. Беяничева, В. В. Формирование мотивации занятий физической культурой у студентов: учебник / В. В. Беяничева. – 2-е изд., перераб. и доп. – Воронеж : ГИУСТ, 2013. – 163 с.
2. Подоляк, Ю.Г. Проблема мотивации студентов к занятиям физической культурой / Ю. Г. Подоляк. – СПб.: Юрид. центр Пресс, 2014. – 131 с.