

УДК 37.037

Шестаков Артём Викторович

студент бакалавриата
Академия права и управления Федеральной
службы исполнения наказания
Рязань, Россия
Pc-ryazan@yandex.ru

Artyom V. Shestakov

Bachelor
Academy of Law and Management
of the Federal Penitentiary Service
Ryazan, Russia

Пожималин Вячеслав Николаевич

Доцент кафедры физической подготовки
и спорта
Академия права и управления Федеральной
службы исполнения наказания
Рязань, Россия
pozhimalin68@mail.ru

Vyacheslav N. Pozhalin

Associate Professor of the Department
of Physical Training and Sports
Academy of Law and Management
of the Federal Penitentiary Service
Ryazan, Russia

**ФОРМИРОВАНИЕ ЦЕННОСТНЫХ
ОРИЕНТАЦИЙ СТУДЕНТОВ НА
ФИЗИЧЕСКУЮ КУЛЬТУРУ И СПОРТ**

**FORMATION OF STUDENTS' VALUE
ORIENTATIONS FOR PHYSICAL
EDUCATION AND SPORTS**

Аннотация

В статье рассматриваются вопросы формирования ценностных ориентаций студентов на спорт и физическую культуру. Проводится анализ ценностных ориентаций современной молодежи. Результатами исследования являются методические рекомендации по формированию ориентаций на спорт у студентов. Сделан вывод о важности постоянного спорта в жизни современной молодежи.

Ключевые слова:

физическая культура, спорт, мотивация, ценностные ориентиры

Abstract

The article examines the issues of formation of students' value orientations towards sports and physical culture. The analysis of the value orientations of modern youth is carried out. The results of the study are methodological recommendations for the formation of sports orientations among students. The conclusion is made about the importance of constant sports in the life of modern youth.

Keywords:

physical culture, sports, motivation, value guidelines

Формирование ценностных ориентаций студентов на физическую культуру и спорт – актуальная проблема, требующая внимания и изучения. Современное общество сталкивается с рядом вызовов, таких как сидячий образ жизни, недостаточная физическая активность и распространение различных заболеваний, связанных с недостатком движения. В этом контексте ценности спорта и здорового образа жизни становятся все более важными для молодого поколения.

Студенты, как составная часть общества, имеют огромное влияние на его развитие и будущее. Именно поэтому важно обращать внимание на формирование у них правильных ценностных ориентаций, в том числе и на физическую культуру и спорт. Положительное отношение к занятиям спортом не только способствует

улучшению физического состояния, но и формирует привычку к здоровому образу жизни на долгосрочную перспективу.

Однако, многие студенты сталкиваются с проблемой недостатка времени, мотивации или доступности спортивных мероприятий. Поэтому важно проводить систематическую работу по привлечению студентов к физической активности, создавать условия для занятий спортом и вовлекать их в спортивные мероприятия и соревнования. Только таким образом можно сформировать у студентов ценностные ориентации, способствующие здоровому образу жизни и успешной карьере.

Ценности играют ключевую роль в жизни человека, определяя его цели, убеждения и поведение. Ценности могут быть различными: материальными, духовными, нравственными, культурными и другими. Они формируются в процессе воспитания, общения, обучения и опыта.

Ценности помогают человеку определить, что для него важно и что необходимо. Они помогают принимать решения, основанные на собственных убеждениях и принципах. Ценности также способствуют развитию самоопределения и самореализации.

Ценностные ориентации играют важную роль в формировании активности студентов в занятиях физкультурой и спортом. Исследования показывают, что студенты, ценности которых связаны с здоровым образом жизни, физической активностью и спортом, проявляют более высокий уровень участия в спортивных мероприятиях и тренировках.

Ценностные установки могут быть сформированы как в семье, так и в образовательной среде. Поддержка со стороны родителей, друзей и преподавателей способствует развитию позитивных ценностей, связанных с здоровым образом жизни. В свою очередь, участие в спортивных мероприятиях и тренировках способствует формированию здоровых ценностей и укреплению физического и психологического здоровья студентов.

Важно также отметить, что ценностные ориентации могут изменяться под воздействием различных факторов, таких как социальная среда, медийные образы, а также собственный опыт. Поэтому поддержка студентов в формировании позитивных ценностных установок и стимулирование интереса к здоровому образу жизни является важной задачей современной образовательной среды.

Методы работы с ценностными ориентациями студентов на занятиях по физической культуре и спорту играют важную роль в формировании их личности и поведения. Эти ориентации могут включать в себя такие ценности, как здоровье, дисциплина, соревновательность, командный дух и стремление к достижению целей. [1, с. 147]

Один из методов работы с ценностными ориентациями студентов на занятиях по физической культуре и спорту – это создание стимулирующей и поддерживающей атмосферы в группе. Это может быть достигнуто путем поощрения студентов за достижения в спорте, проведения мотивирующих бесед и тренингов, а также организации совместных мероприятий и соревнований.

Для работы с ценностными ориентациями студентов могут быть использованы педагогические игры, задачи и упражнения, которые способствуют формированию желаемых ценностей. Например, игры на развитие взаимопомощи, сотрудничества и командной работы могут помочь студентам осознать важность этих ценностей в спорте и в жизни.

Можно также использовать ролевые игры или симуляции, которые позволят им почувствовать на практике значимость определенных ценностей и принять решения в соответствии с ними. Такие педагогические методики способствуют не только осознанию ценностей, но и развитию навыков принятия ответственности за свои поступки и решения.

Организация обсуждений и дебатов по вопросам ценностей также может быть полезным инструментом для работы с студентами. Подобные формы работы способствуют развитию критического мышления, умения высказывать свою точку зрения и слушать мнение других. Это помогает студентам не только понять значение различных ценностей, но и научиться аргументировать свою позицию и уважать мнение других.

Создать благоприятную и поддерживающую атмосферу в обучающем процессе, где студенты могут свободно выражать свои мысли и чувства по поводу ценностей. Помимо этого, необходимо обеспечить студентам возможность самостоятельно определять свои ценностные приоритеты и развивать их в рамках учебного процесса. Такой индивидуальный подход позволяет студентам осознать свои ценностные ориентации и направить свои усилия на их развитие в соответствии с их желаниями и потребностями.

Также важным методом работы с ценностными ориентациями студентов на занятиях по физической культуре и спорту является личный пример преподавателя. Педагог должен быть самым воплощением ценностей, которые он хочет привить студентам, и быть готовым демонстрировать эти ценности в своем поведении и действиях. [3, с. 9]

Все эти методы помогают не только формировать у студентов правильные ценностные ориентации, но и способствуют развитию их личности, улучшению психологического состояния и повышению мотивации к занятиям физической культурой и спортом.

По результатам опросов приоритетной ценностью у студентов является здоровье – 68%, но занимаются спортом только 42% студентов, 58% не проявляют никакой спортивной активности. В связи с этим, можно сделать вывод, что студенты не видят связи между здоровьем и физкультурой, не задумываются о том, что физические упражнения являются основным фактором поддержания здоровья, поэтому достаточно пассивно относятся к занятиям физической культурой и спортом. [6, с. 58]

Вторым наиболее значимым фактором в жизни студентов является хорошее телосложение – 41,2%. Однако выяснилось, что из этих молодых людей занимаются спортом только 48,3%, остальные не видят в занятиях физической культуры и спортом того, что поможет овладеть хорошим телосложением и предпочитают изменения за счет диет – 23,9%, пластических операций – 27,8 %.

Значимость физической подготовленности к будущей профессии оценивают 36,4% студентов, среди них занимаются физической культурой и спортом 57,8%, не занимаются 22,1%, не занимаются по состоянию здоровья 20,1%.

По результатам опроса была выявлена роль занятий по физической культуре и спорта в жизни студентов. Между ключевых по значимости факторов, формирующих эффективность регулярных занятий физкультурой и спортом является укрепление здоровья 23,5%, физическое развитие 21,6%, моральное удовлетворение 17,3%, снижение психической нагрузки 12,8%, снижение общей утомляемости 11,6%, уверенность в себе 9,4%, повышение умственной работоспособности 3,8%. [4, с. 100]

Роль преподавателя в формировании ценностных ориентаций студентов является крайне важной. Преподаватель не только передает знания и умения, но и является образцом для подражания. Он влияет на мировоззрение студентов,

формирует их ценностные установки и нравственные принципы. Преподаватель выступает не только как наставник, но и как воспитатель, помогая студентам развивать критическое мышление, этические ценности и социальную ответственность. Роль преподавателя в формировании ценностных ориентаций студентов играет ключевую роль в их личностном и профессиональном развитии.

В современном мире все больше людей признают важность здорового образа жизни, физической активности и занятий спортом. Однако, не всегда у студентов сформированы ценностные ориентации, стимулирующие заниматься физической культурой и спортом. Для успешного формирования таких ценностей необходим комплексный подход.

Во-первых, важно создать комфортные условия для занятий спортом на учебном заведении. Необходимо обеспечить наличие спортивных площадок и залов, организовать удобное расписание занятий, а также привлечь квалифицированных тренеров для работы со студентами.

Во-вторых, студентов нужно мотивировать на занятия спортом. Это можно сделать через организацию спортивных мероприятий, соревнований, фитнес-программ и других инициатив, которые будут стимулировать студентов к активному образу жизни.

Для формирования ценностей спорта и здорового образа жизни у студентов рекомендуется проводить систематически профилактическую работу, направленную на осознание важности заботы о своем здоровье и физической форме.

Список использованных источников

1. Кайнова Э. Б. Общая педагогика физической культуры и спорта. М., 2021. - 208 с.

2. Барчуков И. С., Нестеров А. А. Физическая культура и спорт. Методология, теория, практика. М., 2019.-528 с.

3. Аكوпова М.А., Попова Н.В. Организационно-педагогические условия формирования культуры здоровья студентов гуманитарного профиля // Теория и практика физической культуры. 2022. № 2. С. 8 – 10.

4. Коновалова Г.М., Сердюкова Г.А. Вуз, здоровье и проблемы адаптации: монография. - Волгоград, 2021. - 158 с.

5. Ткаченко А.В., Калинина И.Ф. Занятия физической культурой как фактор укрепления здоровья студенческой молодежи. Педагогический журнал. 2020. Т.7. №2А. С. 443 – 448.

6. Евсеев С.П. Физическая культура в системе высшего профессионального образования: реалии и перспективы. СПб., 2019. - 144 с.