

Формирование ценностных ориентаций у студентов на занятиях по физической культуре и спорту

¹ Сибирский государственный университет геосистем и технологий,
г. Новосибирск, Российская Федерация
e-mail: tepluxin73@mail.ru

Аннотация. В статье рассмотрен вопрос формирования ценностных ориентаций студентов через занятия физической культурой и спортом (ФКиС) в вузах. Обосновывается важность физической культуры как средства воспитания не только физических, но и духовно-нравственных качеств. Теоретически рассмотрены аспекты формирования ценностей здоровья, нравственности, волевых качеств и эстетического восприятия через спортивную деятельность. На основе анкетирования студентов выявлены доминирующие ценности (здоровье) и определены направления для совершенствования воспитательной работы: усиление нравственного и волевого компонентов, повышение внутренней мотивации и преодоление формального подхода к занятиям. Предложены пути оптимизации процесса формирования ценностных ориентаций.

Ключевые слова: ценностные ориентации, студенты, физическая культура, спорт, здоровый образ жизни, мотивация, педагогический процесс

Е. И. Tepluhin¹✉

Formation of students' value orientations in physical education and sports classes

¹ Siberian State University of Geosystems and Technologies, Novosibirsk, Russian Federation
e-mail: tepluxin73@mail.ru

Annotation. The article is devoted to the problem of forming students' value orientations through physical education and sports in universities. The importance of physical education as a means of educating not only physical, but also spiritual and moral qualities is substantiated. Theoretically, aspects of the formation of values of health, morality, volitional qualities and aesthetic perception through sports activities are considered. Based on the survey of students, the dominant values (health) were identified and areas for improving educational work were identified: strengthening moral and moral components, increasing internal motivation and overcoming the formal approach to classes. The ways of optimizing the process of forming value orientations are proposed.

Keywords: value orientations, students, physical education, sports, healthy lifestyle, motivation, pedagogical process

Введение

Современное общество предъявляет высокие требования к личности, ее духовному миру, жизненным установкам и ценностным ориентациям. В системе высшего образования одной из ключевых задач становится не только подготовка высококвалифицированных специалистов, но и воспитание гармонично развитой личности, обладающей устойчивой системой ценностей. В этом контексте занятия ФКиС приобретают особое значение, выходя за рамки простого физического

развития и становясь мощным инструментом формирования ценностных ориентаций студентов [1].

Ценностные ориентации – это избирательное отношение человека к материальным и духовным ценностям, система его установок, убеждений, предпочтений, выражающаяся в поведении и определяющая направленность его жизнедеятельности. Они служат внутренним стержнем личности, регулируют ее поведение и мотивируют деятельность. ФКиС, обладая огромным воспитательным потенциалом, способны оказывать существенное влияние на формирование таких ценностей, как здоровье, целеустремленность, ответственность, коллективизм, уважение к сопернику, стремление к самосовершенствованию и др. [2].

Теоретические аспекты формирования ценностных ориентаций

Процесс формирования ценностных ориентаций является сложным и многогранным. Он включает в себя когнитивный (знание о ценностях), эмоциональный (переживание ценностей) и поведенческий (реализация ценностей в деятельности) компоненты. Занятия ФКиС дают возможность задействовать эти компоненты.

1. Ценность здоровья: принятие «здоровья» жизненно важной основой для формирования здорового образа жизни. Регулярные занятия способствуют укреплению физического состояния, появляется потребность в двигательной активности, наблюдается отказ от вредных привычек [3].

2. Нравственные ценности: занимаясь спортом приходится соблюдать правила, проявлять уважение к соперникам и судьям, состязаться честно. Это способствует формированию дисциплинированности, пунктуальности, ответственности. Игровые виды спорта развивают чувство коллективизма и взаимопомощи.

3. Волевые качества: для достижения высоких спортивных результатов необходимо проявление силы воли, настойчивости, терпения. Эти качества, формируемые в спорте, переносятся и на другие сферы жизнедеятельности, включая учебную и будущую профессиональную [4].

4. Эстетические ценности: Красота человеческого тела, грация движений, гармония физического развития также являются важными ценностями, которые могут быть усвоены через занятия ФКиС.

Методика и результаты исследования

С целью изучения текущего состояния и потенциала формирования ценностных ориентаций у студентов на занятиях ФКиС было проведено анкетирование среди 85 студентов 1 – 3 курсов СГУГиТ. Анкета включала вопросы, направленные на выявление доминирующих ценностей, связанных с физической культурой, и оценку влияния занятий на их формирование.

Основные вопросы анкеты (примерные формулировки):

- Что для Вас является наиболее важным результатом занятий физической культурой? (выбор нескольких вариантов: укрепление здоровья, развитие физических качеств, снятие стресса, общение с одногруппниками, получение зачета, формирование характера, другое)

- Считаете ли Вы, что занятия спортом помогают воспитывать такие качества, как целеустремленность и сила воли? (да/нет/затрудняюсь ответить)

- Насколько важна для Вас атмосфера взаимного уважения и поддержки на занятиях? (очень важна/важна/не очень важна/совсем не важна)

- Помогают ли Вам занятия физической культурой лучше организовать свое время и быть более дисциплинированным? (да/нет/затрудняюсь ответить)

- Согласны ли Вы с утверждением, что спорт учит честной борьбе и уважению к правилам? (полностью согласен/скорее согласен/скорее не согласен/полностью не согласен)

Анализ результатов

Обработка полученных данных (85 анкет) позволила сделать следующие выводы:

1. Доминирующая ценность – здоровье: Абсолютное большинство опрошенных (72 студента, или 84,7 %) отметили "укрепление здоровья" как наиболее важный результат занятий. На втором месте – "развитие физических качеств" (58 студентов, 68,2 %). "Снятие стресса" выбрали 45 студентов (52,9 %), а "формирование характера" – 38 студентов (44,7 %).

2. Осознание роли в формировании волевых качеств: 65 студентов (76,5 %) считают, что занятия спортом помогают воспитывать целеустремленность и силу воли. Однако 12 студентов (14,1 %) затруднились с ответом, что указывает на необходимость акцентирования внимания на этом аспекте.

3. Значимость социально-нравственных аспектов: для 69 студентов (81,2 %) "очень важна" или "важна" атмосфера взаимного уважения и поддержки. Это подчеркивает потенциал занятий для формирования коммуникативных навыков и коллективизма. При этом 55 студентов (64,7 %) "полностью согласны" или "скорее согласны", что спорт учит честной борьбе и уважению к правилам.

4. Влияние на самоорганизацию: 51 студент (60 %) отметил, что занятия помогают лучше организовать свое время и быть дисциплинированнее. Однако 25 студентов (29,4 %) не видят такой связи, что может указывать на недостаточную интеграцию принципов самодисциплины, получаемых на занятиях, в общую жизнедеятельность.

5. Формальное отношение: к сожалению, для 18 студентов (21,2 %) основной мотивацией является "получение зачета". "Общение с одногруппниками" как

важный результат отметили 30 студентов (35,3 %). Это тревожный сигнал, указывающий на то, что для части студентов ценностный потенциал физической культуры остается нераскрытым.

Пути оптимизации процесса формирования ценностных ориентаций

На основе анализа результатов и теоретических положений можно предложить следующие направления работы для преподавателей физической культуры:

- **Акцентирование на ценностном содержании:** не просто проводить занятия, а объяснять студентам, какие именно качества и ценности они развивают, выполняя те или иные упражнения или участвуя в играх. Использовать методы убеждения, дискуссии на темы здорового образа жизни, этики спорта [5].

- **Разнообразие форм и методов:** применение широкого спектра средств физического воспитания (подвижные и спортивные игры, элементы различных видов спорта, ОФП) с учетом интересов и возможностей студентов, чтобы повысить их вовлеченность и внутреннюю мотивацию.

- **Создание воспитывающих ситуаций:** моделирование на занятиях ситуаций, требующих проявления волевых усилий, взаимопомощи, ответственности, честности. Например, организация соревнований с четкими правилами и акцентом на уважительное отношение к соперникам.

- **Личный пример преподавателя:** преподаватель физической культуры должен сам быть носителем тех ценностей, которые он стремится привить студентам (приверженность здоровому образу жизни, справедливость, требовательность к себе и другим, оптимизм).

- **Интеграция с другими дисциплинами:** по возможности устанавливать междисциплинарные связи, показывая, как ценности, формируемые на занятиях физической культурой (например, целеустремленность, работоспособность), важны для успешной учебы и будущей карьеры.

- **Вовлечение студентов в организацию:** привлекать студентов к планированию и проведению спортивно-массовых мероприятий, судейству, что способствует развитию ответственности и организаторских способностей.

Заключение

Занятия ФКиС в вузе обладают значительным потенциалом для формирования системы ценностных ориентаций студентов. Это не автоматический процесс, а результат целенаправленной педагогической деятельности. Как показали результаты анкетирования, несмотря на общее признание ценности здоровья, другие важные аспекты, такие как формирование волевых качеств, нравственных устоев и самодисциплины, требуют большего внимания со стороны преподавателей.

Превращение занятий физической культурой из формальной обязанности в осознанную потребность и средство личностного роста – ключевая задача, решение которой будет способствовать воспитанию гармонично развитых, социально активных и ответственных граждан. Систематическая и грамотно выстроенная работа в этом направлении позволит в полной мере реализовать воспитательный потенциал физической культуры и спорта в системе высшего образования.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Пономарев Г.Н., Филиппова С.О., Абзалов Р.А. Физическая культура в высшем образовании: учебник. – М.: КНОРУС, 2018. – 366 с.
2. Лубышева Л.И. Социология физической культуры и спорта: учеб. пособие. – М.: Академия, 2010. – 272 с.
3. Виленский М.Я., Горшков А.Г. Физическая культура и здоровый образ жизни студента: учебное пособие. – М.: КноРус, 2018. – 240 с.
4. Ильин Е.П. Психология спорта. – СПб.: Питер, 2016. – 352 с.
5. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: учебник для студ. высш. учеб. заведений. – 12-е изд., испр. и доп. – М.: Издательский центр «Академия», 2014. – 496 с.

© Е. И. Теплухин, 2025