

ОСОБЕННОСТИ ЦЕННОСТНЫХ ОРИЕНТАЦИЙ И ЦЕННОСТНОГО ОТНОШЕНИЯ К ЗДОРОВЬЮ И ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ СТУДЕНТОВ ПЕРВЫХ КУРСОВ ФФК

А.М. ЦЫГАНОВСКИЙ, А.И. КАЛОША,
БГУ, г. Брянск, Россия

Аннотация

В статье представлен анализ данных закрытого анкетирования трех групп студентов факультета физической культуры, обучающихся на первых курсах в 2018, 2021 и 2023 гг. Сравнительная оценка результатов 65 испытуемых была направлена на изучение особенностей ценностных ориентаций и отношения к здоровью и ЗОЖ у будущих специалистов в области физической культуры. Между исследуемыми группами студентов выявлены математически значимые различия в доминантности их ценностной ориентации на здоровье. Определена доля молодых людей, у которых здоровье не входит в ядро ценностей-целей. Дана характеристика исследуемых групп по интенсивности параметров (компонентов) ценностного отношения к здоровью и ЗОЖ. Корреляционный анализ позволил установить особенности взаимосвязи каждого из исследуемых компонентов с общей интенсивностью отношения к здоровью и ЗОЖ. Результаты исследования рекомендовано использовать с целью повышения качества подготовки будущих тренеров и преподавателей физической культуры.

Ключевые слова: студенческая молодежь, ценностные ориентации, здоровье, здоровый образ жизни.

PECULIARITIES OF VALUE ORIENTATIONS AND VALUE ATTITUDE TO HEALTH AND HEALTHY LIFESTYLE OF THE FIRST-YEAR STUDENTS OF THE FACULTY OF PHYSICAL EDUCATION

A.M. TSYGANOVSKIY, A.I. KALOSHA,
BSU, Bryansk city, Russia

Abstract

The article presents an analysis of data of a closed questionnaire of three groups of students of the Faculty of Physical Education studying at the first courses in 2018, 2021 and 2023. Comparative evaluation of the results of 65 examinees was aimed at the study of peculiarities of value orientations and attitudes to health and healthy lifestyle among future specialists in the field of Physical Education. Among the studied groups of students there were revealed mathematically significant differences in the dominance of their value orientation to health. The share of young people who do not include health in the core of values-goals was determined. The study groups are characterised by the intensity of the parameters (components) of the value attitude to health and healthy lifestyle. Correlation analysis allowed us to establish the features of the relationship of each of the studied components with the overall intensity of attitudes to health and healthy lifestyle. The results of the study are recommended to use to improve the quality of training of future coaches and Physical Education teachers.

Keywords: student youth, value orientations, health, healthy lifestyle.

Введение

Среди приоритетных государственных задач укрепление здоровья студенческой молодежи является одной из наиболее важных [7]. Формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни (ЗОЖ) является в последнее время предметом пристального внимания со стороны государства и ученого сообщества [3].

В настоящее время к основным причинам снижения уровня здоровья подрастающего поколения относят дефицит ценностного отношения к здоровью и ЗОЖ [4]. По мнению В.Н. Беленова (2000), развитие ценностного отношения к здоровью в качестве системообразующего фактора всей системы воспитательной работы должно

стать основной задачей по формированию ЗОЖ подрастающего поколения [2]. Данное положение согласуется со «Стратегией развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 г.», где указано, что «миссия государства заключается прежде всего в формировании культуры и ценностей здорового образа жизни как основы устойчивого развития общества и качества жизни населения» [6].

В работе А.А. Антоновой (2022) показано, что для большинства современных студентов соблюдение ЗОЖ не является нормой, а ценностные ориентации, связанные со здоровьем и ведением ЗОЖ, не занимают должного места в структуре их ценностей [1].



В ранее проведенном нами исследовании показано, что в ходе обучения на факультете физической культуры у студентов формируется устойчивое ценностное отношение к здоровью и ЗОЖ [8]. Однако для повышения качества управления этим процессом необходимо уточнить представление об особенностях ценностных ориентаций и ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни студентов первых курсов ФФК разных лет обучения.

Методика и организация исследования

В исследовании приняли участие 65 студентов первых курсов ФФК БГУ им. акад. И.Г. Петровского, обучающихся в период с 2018 по 2023 г. Для достижения поставленной цели было выделено три группы испытуемых: 1-я – 16 чел. (2018 г.), 2-я – 30 чел. (2021 г.); 3-я – 19 чел. (2023 г.).

В целях исследования отношения к здоровью был использован тест «Индекс отношения к здоровью» (С. Дерябо, В. Ясвин). Методика анкетирования подробно описана в нашем предыдущем исследовании [8].

Статистический анализ результатов исследования проводили с использованием средств пакета программ

Microsoft Excel-2010. Оценка различий сравниваемых величин проводилась по t -критерию Стьюдента. Использовался уровень значимости различий $p < 0,05$, т.е. достоверность различий не менее 95%. Для определения взаимосвязи показателя суммарной интенсивности отношения к здоровью и ЗОЖ с его отдельными компонентами был произведен расчет коэффициента корреляции Пирсона [5].

Результаты исследования и их обсуждение

Проводя сравнительный анализ результатов анкетирования студентов первых курсов, поступивших на ФФК в 2018, 2021 и 2023 гг., установлено, что, несмотря на общность некоторых исследуемых характеристик, встречаются такие, которые свидетельствуют об их уникальности. В таблице 1 представлена сравнительная оценка доминантности ценностных ориентаций в исследуемых группах студентов. Чем ниже средние значения представленных ценностей, тем более высоким рангом они наделены. Так, важнейшей ценностью первокурсников 2018 и 2023 гг. является любовь, а для первокурсников 2021 г. (нынешний 3 курс) самой главной ценностью является здоровье.

Таблица 1

Особенности ценностных ориентаций студентов первых курсов ФФК

Ценности	2018 г. (n = 16)		2021 г. (n = 30)		2023 г. (n = 19)		Достоверность различий при $P < 0,05$
	Ранг	$M \pm m$	Ранг	$M \pm m$	Ранг	$M \pm m$	
Материальные	4	$3,38 \pm 0,4$	5	$4,10 \pm 0,3$	4	$3,47 \pm 0,4$	–
Общение	3	$3,13 \pm 0,4$	6	$4,20 \pm 0,3$	3	$3,37 \pm 0,4$	18 / 21
Любовь	1	$2,38 \pm 0,4$	2	$2,57 \pm 0,3$	1	$3,05 \pm 0,5$	–
Здоровье	2	$2,88 \pm 0,4$	1	$2,47 \pm 0,3$	2	$3,26 \pm 0,3$	21 / 23
Труд (учеба)	5	$4,63 \pm 0,3$	4	$3,87 \pm 0,3$	6	$4,16 \pm 0,3$	18 / 21
Духовность	5	$4,63 \pm 0,4$	3	$3,80 \pm 0,3$	5	$3,68 \pm 0,3$	18 / 23

Примечание (здесь и далее): n – объем выборки (чел.); M – среднее арифметическое значение; m – ошибка среднего значения; 18, 21, 23 – первокурсники 2018, 2021, 2023 гг.

Студенты 2023 г. в среднем ставят здоровье на второе место, однако, регистрируемые у них значения исследуемого параметра достоверно снижены по сравнению с группой 2021 г. Общение замыкает тройку важнейших ценностей в группах 2018 и 2023 гг., тогда как первокурсники ФФК 2021 г. на третье место ставят духовность. К ценностям, которые не вошли в число важнейших у студентов 2018 и 2023 гг., но сохранивших ощутимую значимость, прежде всего относится материальный достаток, тогда как первокурсники 2021 г. на первое место среди менее важных ценностей, ставят труд (учебу). Обращает на себя внимание низкая вариабельность средних значений ценностных ориентаций среди студентов 1 курса 2023 г. Установленный факт свидетельствует о том, что данная группа отличается наличием кардинально противоположных взглядов и отсутствием единого мнения в вопросе ценностных ориентаций. Для большей наглядности были построены диаграммы ценностных ориентаций первокурсников ФФК (рис. 1). Были использованы обратные значения средних величин (M), представленных в табл. 1. Чтобы перевести прямые значения в обратные, была выполнена простая математическая операция $10/M$.

На рисунке 1 четко просматривается тот факт, что мировоззрение нынешних первокурсников ФФК сформировано таким образом, что для них в момент проведения исследования самое главное – любить и быть любимыми. Хорошо бы иметь неплохое здоровье, возможность общаться и быть материально независимыми. При этом духовное самосовершенствование и труд не те ценности, которые для них важны. Визуальный анализ диаграммы (рис. 1) позволил нам заметить их сходство со студентами, поступившими на ФФК в 2018 г. Разница лишь в степени значимости здоровья и любви в собственной жизни.

Результаты студентов, поступивших на факультет физической культуры в 2021 г., максимально приближены к тем, которые характерны для выпускников ФФК [8]. Сейчас они учатся на третьем курсе, и можно отметить высокий уровень их физической подготовленности и высокую активность в спортивной жизни факультета.

Дополнительные характеристики были установлены на основе анализа здоровья в структуре ценностных ориентаций студентов первых курсов ФФК (рис. 2).



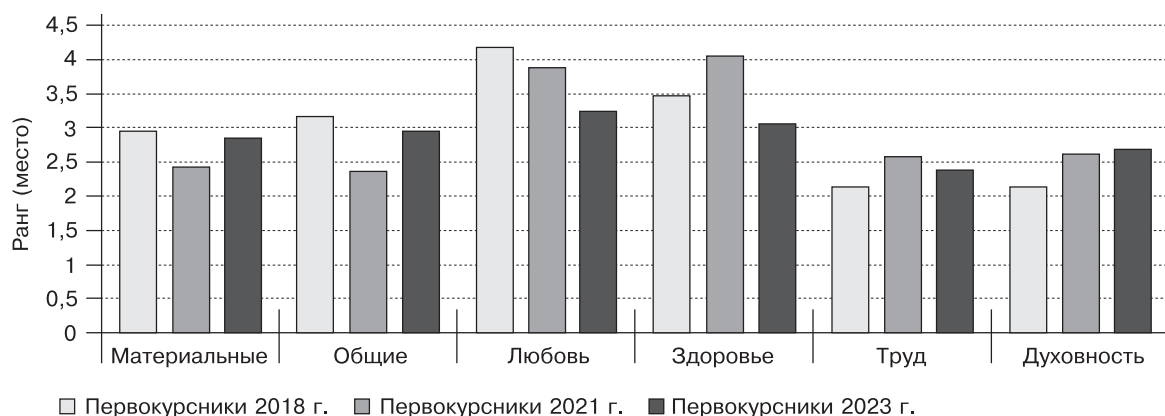


Рис. 1. Ценностные ориентации студентов-первокурсников ФФК

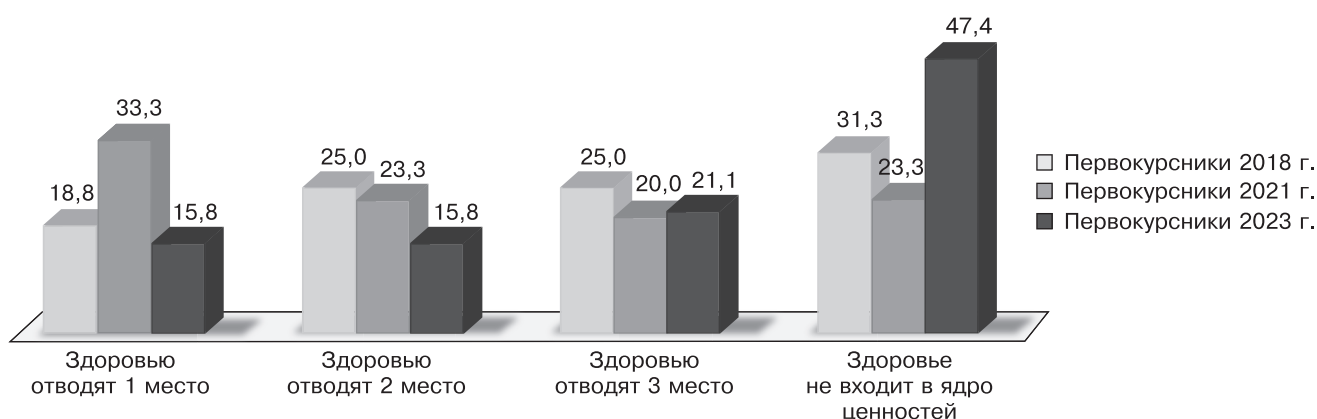


Рис. 2. Здоровье в структуре ценностных ориентаций студентов-первокурсников ФФК (результаты в %)

На представленной диаграмме видно, что практически для половины группы испытуемых (47,4%), поступивших на факультет в 2023 г., здоровье не является главной ценностью в жизни. Среди них только 15,8% понимают, что здоровье является важнейшей жизненной ценностью, без которой другие ценности не имеют смысла. Схожая ситуация наблюдалась и в группе студентов 1 курса в 2018 г. В прошлом уч.г. они завершили свое обучение по программе бакалавриата и можно отметить тот факт, что значительная часть учащихся не смогла завершить свое обучение и получить диплом. Вероятнее всего, среди них было много таких молодых людей, у которых изначально отсутствовало ценностное отношение к здоровью

и ЗОЖ, а выбор будущей профессии был осуществлен без учета склонностей и интересов. Обнадешивает тот факт, что среди студентов 2021 г. наблюдается прямо противоположная ситуация. В их группе большинство считает здоровье главной жизненной ценностью, что подтверждается высоким процентом лиц, у которых здоровье входит в ядро их ценностей-целей (76,6%).

Результаты закрытого анкетирования, направленного на определение интенсивности ценностного отношения к здоровью и ЗОЖ представлены в табл. 2.

Используемая методика, помимо общей (суммарной) интенсивности отношения, позволяет определить интенсивность отдельно эмоционального, познавательного,

Таблица 2

Сравнительная оценка компонентов ценностного отношения к здоровью и ЗОЖ студентов первых курсов ФФК (балл)

Компонент (шкала)	2018 г. (n = 16)	2021 г. (n = 30)	2023 г. (n = 19)	Достоверность различий при P < 0,05
	M ± m			
Эмоциональная	11,13 ± 1,0	10,73 ± 0,5	10,74 ± 0,9	–
Познавательная	7,63 ± 0,9	8,23 ± 0,6	8,26 ± 1,0	–
Практическая	11,13 ± 1,0	12,67 ± 0,7	11,11 ± 0,9	–
Поступочная	7,88 ± 0,9	8,03 ± 0,7	8,00 ± 1,0	–
Общая шкала (интенсивность)	37,75 ± 3,0	39,67 ± 1,8	38,11 ± 3,2	–



практического и поступочного компонента. В ходе сравнительного анализа не было установлено математически значимых отличий между сравниваемыми группами студентов. Наряду с этим анализ тенденций может дать дополнительную информацию. Так, для студентов 2018 г. на фоне низкой суммарной интенсивности отношения к здоровью и ЗОЖ характерны максимальные значения интенсивности эмоциональной и минимальные величины познавательной и поступочной шкалы.

Среди студентов 2021 г. регистрируется максимальный средний показатель общей суммарной интенсивности, при этом, в отличие от предыдущей группы испытуемых, наблюдается снижение эмоционального и повышение познавательного, практического и поступочного компонентов. Первокурсники 2023 г. демонстрируют схожую интенсивность по исследуемым шкалам с тенденцией к снижению общей интенсивности отношения к здоро-

вью и ЗОЖ за счет минимальной величины практического компонента.

Для обеспечения наглядности были построены диаграммы интенсивности отношения первокурсников ФФК к здоровью и ЗОЖ (рис. 3). Данные табл. 2 были переведены в проценты по отношению к максимально возможному уровню данной шкалы, соответствующей 18 баллам. Показатель общей интенсивности делили на 72. Полученный результат умножался на 100%.

В результате корреляционного анализа установлено, что показатель общей суммарной интенсивности отношения к здоровью и ЗОЖ у всех испытуемых связан прежде всего с познавательным и практическим компонентами. Студенты 2023 г. отличаются среди сравниваемых групп тем, что у них высокая степень взаимосвязи общей интенсивности отношения к здоровью и ЗОЖ с показателями эмоциональной шкалы (табл. 3).

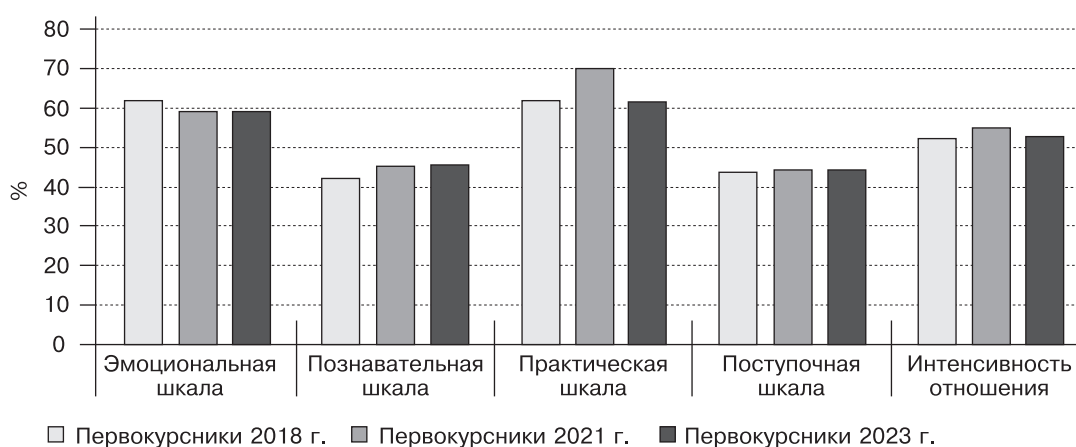


Рис. 3. Отношение к здоровью студентов первых курсов ФФК

Таблица 3
**Особенности взаимосвязи
 компонентов отношения к здоровью и ЗОЖ
 с общей его интенсивностью
 среди первокурсников ФФК**

Компонент (шкала)	2018 г. (n = 16)	2021 г. (n = 30)	2023 г. (n = 19)
	Суммарная интенсивность		
Эмоциональная	0,66	0,57	0,86
Познавательная	0,76	0,76	0,89
Практическая	0,87	0,79	0,88
Поступочная	0,88	0,66	0,80

Заключение

Проведенное исследование позволило определить ценностные ориентации и отношение студентов к здоровью и ЗОЖ у студентов первых курсов, поступивших на факультет физической культуры в различные годы. Набор 2021 г. с точки зрения анализа представленных данных был наиболее подготовлен для обучения на спортивном факультете. Вероятнее всего, еще в годы обучения в общеобразовательной школе молодые люди были включены в такую образовательно-воспитательную

деятельность, которая привила им любовь к занятиям спортом и способствовала формированию ценностного отношения к здоровью и ЗОЖ. В настоящее время они обучаются на 3 курсе и демонстрируют хорошую физическую форму и проявляют повышенную активность в спортивной жизни университета.

В ходе настоящего исследования были получены результаты, свидетельствующие о низком уровне ценностного отношения к здоровью и ЗОЖ среди первокурсников ФФК 2023 г. По сравнению с прошлыми годами набора, у нынешних первокурсников выявлена высокая доля студентов с несвойственными для спортивного факультета установками на здоровый образ жизни.

Проведенное исследование позволило нам получить дополнительную ценную информацию, которая должна быть использована с целью повышения качества подготовки будущих специалистов. Педагогическому коллективу факультета физической культуры необходимо скоординировать усилия в вопросах формирования мировоззрения у студентов 1 курса 2023 г., основанного на принятии ими идеи здоровья как ведущей ценности. Очень важно продолжить работу по отслеживанию динамики исследуемых характеристик в группе студентов 1 курса ФФК 2023 г. Своевременная помощь, уместная и адекват-



ватная выявленному состоянию исследуемых параметров, будет способствовать формированию личности современного учителя физической культуры, способного

взять на себя ответственность быть примером для будущего поколения молодых людей, вдохновлять их на здоровый и активный образ жизни.

Литература

1. Антонова, А.А. Здоровый образ жизни и здоровье современных студентов / А.А. Антонова, Г.А. Яманова // Международный научно-исследовательский журнал. – 2022. – № 7-2 (121). – С. 7–9.
2. Беленов, В.Н. Формирование ценностного отношения к здоровью в процессе физического воспитания: автореферат дис. ... канд. педагог, наук / В.Н. Беленов. – Самара, 2000. – С. 18.
3. Жилина, Н.М. Студенты и здоровый образ жизни / Н.М. Жилина, А.О. Серая // Педагогика профессионального медицинского образования. – 2018. – № 3. – С. 23–32.
4. Пашин, А.А. Исследование отношения школьников к здоровому образу жизни / А.А. Пашин // Вестник спортивной науки. – 2008. – № 3. – С. 49–51.
5. Петров, П.К. Математико-статистическая обработка и графическое представление результатов педагогических исследований с использованием информационных технологий: учеб. пособие / П.К. Петров. – Ижевск: ФГБОУ ВПО «Удмуртский госуниверситет», 2013. – 178 с.
6. Распоряжение Правительства РФ от 24 ноября 2020 г. № 3081-р «Об утверждении Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 г.» [Электронный ресурс]. – URL: <http://static.government.ru/media/files/Rr4JTrKDQ5nANTR1Oj29BM7zJBHXM05d.pdf> (дата обращения 08.11.2023).
7. Система здоровьесбережения студенческой молодежи: XXI век: Монография / под редакцией В.И. Стародубова, В.А. Тутельяна. – Москва: Издательско-полиграфический центр «Научная книга», 2021. – 348 с.
8. Цыгановский, А.М. Исследование особенностей отношения к здоровью и здоровому образу жизни у студентов факультета физической культуры / А.М. Цыгановский, Е.А. Цыбина, Н.В. Пешкова // Успехи гуманитарных наук. – 2020. – № 6. – С. 58–64.

References

1. Antonova, A.A. and Yamanova, G.A. (2022), Healthy lifestyle and health of modern students, *International scientific research journal*, no. 7-2 (121), pp. 7–9.
2. Belenov, V.N. (2000), *Formation of a value attitude towards health in the process of physical education: abstract of thesis. ... Ph.D. (Pedagogics)*, Samara, 18 p.
3. Zhilina, N.M. and Seraya, A.O. (2018) Students and healthy lifestyle, *Pedagoika professional'nogo medicinskogo obrazovaniya*, no. 3, pp. 23–32.
4. Pashin, A.A. (2008), Study of schoolchildren's attitude to a healthy lifestyle, *Vestnik sportivnoy nauki*, no. 3, pp. 49–51.
5. Petrov, P.K. (2013), *Mathematical and statistical processing and graphical presentation of the results of pedagogical research using information technologies: textbook*, Izhevsk: Federal State Budgetary Educational Institution of Higher Professional Education "Udmurt State University", 178 p.
6. Government of the Russian Federation (2020), *Order of the Government of the Russian Federation of November 24, 2020 No. 3081-r "On approval of the Strategy for the development of physical culture and sports in the Russian Federation for the period until 2030"*, [Online] URL: <http://static.government.ru/media/files/Rr4JTrKDQ5nANTR1Oj29BM7zJBHXM05d.pdf> (access date 08.11.2023).
7. Starodubov, V.I. and Tutelyan, V.A. (Eds.) (2021), *Health preservation system for student youth: XXI century: Monograph*, Moscow: Publishing and Printing Center "Scientific Book", 348 p.
8. Tsyganovskiy, A.M., Tsybina, E.A. and Peshkova, N.V. (2020), Study of the characteristics of attitudes towards health and a healthy lifestyle among students of the Faculty of Physical Culture, *Uspekhi gumanitarnykh nauk*, no. 6, pp. 58–64.

