**Заявка**

1. Кадыков Вадим Викторович, факультет физической культуры и спорта, 4 курс, 44.03.01, направление подготовки «Педагогическое образование», профиль «Физическая культура», т.89874458379, [kadykov.vadim@psga.ru](https://vk.com/write?email=kadykov.vadim@psga.ru)
2. Земсков Алексей Сергеевич, кандидат педагогических наук, доцент кафедры «Теоретических основ физического воспитания», факультет физической культуры и спорта, 89277076012, zemskov@pgsga.ru
3. «Роль здорового образа жизни и физической культуры в системе ценностей у школьников разных возрастных групп».
4. Аннотация. В статье рассматривается проблема формирования здорового образа жизни и формирования мотивации к занятиям физической культурой у школьников разных возрастных групп. Представлены результаты опытно-экспериментальной работы по изучению и анализу здорового образа жизни в системе ценностей современных школьников.
5. Ключевые слова: здоровый образ жизни, система ценностей, физическая культура, ценностные ориентации, мотивация.

**Роль здорового образа жизни и физической культуры в системе ценностей у школьников разных возрастных групп**

Проблема привлечения школьников к здоровому образу жизни и занятиям физической культурой остается одной из ключевых проблем воспитания, решение которой предполагает изучение мотивационной сферы детей, представлений о здоровье, факторах влияющих на него и значении физической культуры для его укрепления [Ильин Е.П.,2000:245; Седых О.И.,2008:45]. На основании теоретического анализа проблемы нами была сформулирована цель работы: изучить особенности формирования ценности здорового образа жизни и физической культуры в системе ценностей у учащихся разных возрастных групп.[Авдеева Н.Н., 2000: 71].

Для решения поставленных задач учащиеся были подвергнуты психодиагностическому тестированию, анкетированию, а также опросу. Затем полученные данные были обработаны методами математической статистики, подвергнуты сравнительному анализу и обсуждению. В результате проведенной опытно-экспериментальной работы нами были выявлены основные факторы определяющие влияние на формирование ценности занятий ФК и здоровому образу жизни у учащихся разного возраста и пола. Рассмотрим полученные результаты подробнее:

Анализ данных тестирования по методике Масаловой [Масалова О.Ю., 2011: 156] показал, что учащиеся по разному понимают термин здоровье и по разному оценивают факторы влияющие на него. При этом различия наблюдаются как у учащихся разного возраста так и разного пола. У девочек учащихся в пятых классах понятие здоровье в 100% случаев означает отсутствие заболевания, в 98% хорошее психологическое состояние в 67% возможность самореализоваться, в 33% случаев умение приспосабливаться к обстоятельствам.

Анализ результатов исследования мальчиков показал, что для 85% учащихся понятие здоровья - это отсутствие заболеваний, также 85% считают, что здоровье определяет активность, 57% испытуемых связывают здоровье с хорошим психологическим состоянием.

При опросе учащихся 5-х классов связанном с факторами, влияющими ,на здоровье человека нами были получены следующие результаты: в 75% случаев от личной гигиены, в 50% от условий жизни и отсутствия вредных привычек.

Анализ данных тестирования девочек в 7 классе показал, что в 88% случаев здоровье - это отсутствие заболеваний, 86% считают, что здоровье обуславливает активный образ жизни, 63% испытуемых связывают понятие здоровья с хорошим психологическим состоянием. Анализ результатов тестирования мальчиков 7 класса показал, что для 86% понятие здоровье означает отсутствие заболеваний, 88% опрошенных связывают здоровье с активным образом жизни, 50% испытуемых обуславливают здоровье с хорошим психологическим состоянием

При опросе учащихся 7-х классов связанном с факторами, влияющими на здоровье человека нами были получены следующие результаты: в 55% случаев это личная гигиена, в 43% уровень личностного развития.

Анализ результатов тестирования в 11-ом классе среди мальчиков показал, что в 80% случаев здоровье – это отсутствие заболеваний, 40% опрошенных связывают здоровье с активным образом жизни, хорошим психологическим состоянием и умением приспосабливаться к обстоятельствам 60% испытуемых обуславливают здоровье со способностью решать ежедневные задачи.

Анализ результатов тестирования девочек в 11 классе показал, что 75% испытуемых обуславливают здоровье с отсутствием заболеваний, 70% опрошенных связывают здоровье с активным образом жизни.

При опросе учащихся 11-х классов направленном на выявление факторов, влияющих на здоровье нами были получены следующие результаты: в 69% случаев здоровье зависит от отсутствия вредных привычек; в 54% от экологии, условий жизни и гигиены.

Анализ результатов анкетирования 5-ых классов направленного на выявление ценности ЗОЖ и физической культуры в системе других жизненных ценностей показал, что физическая культура в системе других жизненных ценностей занимает 5 место у девочек и 4 место у мальчиков. Здоровый образ жизни в системе ценностей мальчиков на 2 месте, а у девочек на третьем.

Анализ анкетирования в 7-ых классах показал, что физическая культура у мальчиков в системе жизненных ценностей занимает 5 место, а у девочек последнее. Здоровый образ жизни мальчики расположили на второе место ,а девочки на третье место.

Анализ результатов анкетирования учащихся 11-ых классов показал, что в системе жизненных ценностей мальчиков физическая культура занимает второе место, а у девочек пятое место. Здоровый образ жизни в системе жизненных ценностей мальчиков расположился на четвертом месте, а у девочек на втором.

Таким образом, результаты теоретического анализа проблемы и данные опытно-экспериментальной работы показали, что формирование ценности здоровья у учащихся разных возрастных групп происходит неодинаково и определяется представлением о здоровье, условиях и факторах его определяющих и выбора физических упражнений для поддержания здоровья.

**Список использованных источников**

1. Авдеева Н.Н. Здоровье как ценность и предмет научного знания / Н.Н. Авдеева, И.И. Ашмарин, Г.Б. Степанова // Мир психологии, 2000. - № 1. – С. 68-75
2. Ильин Е.П. Мотивация и мотивы / Е.П. Ильин. – СПб: Изд-во «Питер», 2000. – 512 с.
3. Масалова О.Ю. Физическая культура. Педагогические основы ценностного отношения к здоровью / О.Ю. Масалова: учеб.-метод. пособие для студ. высш. учеб. заведений; под ред. д-ра пед. наук, проф. М.Я. Виленского. – М.: КноРус, 2011. – 184 с.
4. Седых О.И. Ценность «здоровье» для становления личности подростка / О.И. Седых // Культура физическая и здоровье. – 2008. - № 2. - С. 42-47.