

ПОЛИТИЧЕСКАЯ СОЦИОЛОГИЯ

DOI 10.35775/PSI.2026.127.3.013

УДК 316.7/ 316.334

В.В. ПЫЖ

доктор политических наук, профессор
«Национальный государственный Университет физической культуры,
спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта,
Россия, г. Санкт-Петербург

Р.Д. БОЛЬШАКОВ

аспирант кафедры социально-гуманитарных
дисциплин им. В.У. Агеевца НГУ им. П.Ф. Лесгафта
Россия, г. Санкт-Петербург

СОЦИАЛЬНАЯ РЕГУЛЯЦИЯ КУЛЬТУРНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СТУДЕНТОВ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО ВУЗА

В статье рассматривается спорт как культурное явление и сфера общественной жизни, его ценностный потенциал, социокультурные характеристики как факторы развития спортивной культуры личности, значимость физкультурно-спортивной деятельности для формирования личности в системе физкультурно-спортивного образования.

Ключевые слова: спорт, культура, спортивная культура личности, социальная регуляция.

Жизнь человека напрямую зависит от состояния здоровья его организма. В то время как здоровье представляет собой нормальное психосоматическое состояние человека, отражающее его полное физическое, психическое и социальное благополучие. На первый план, конечно, выходит физическое благополучие [2. С. 18-19].

Здоровье молодежи, как ценность, можно рассмотреть с 2 позиций: индивидуальная – мера возможности осуществления индивидом определенных действий без ухудшения своего состояния; социальная – выражает значение определенных социальных связей, места и роли человека в решении общественных задач, что обеспечивает личности достаточный уровень социальной активности и социальной адаптивности [3. С. 292-293].

Молодое поколение наиболее подвержено социальному воздействию ввиду стремления отслеживать актуальные тенденции в связи с чем значительную роль в распространении информации о здоровом образе жизни играет пропаганда, под которой подразумевается большой перечень мероприятий. Помимо

распространения информации с помощью СМИ и социальных сетей, существуют мероприятия, направленные на повышение интереса молодежи к здоровому образу жизни и, как следствие, внедрение его в их повседневную жизнь:

1. «Гиги за шаги» – оператор сотовой связи «Билайн» мотивирует людей больше двигаться, вознаграждая их дополнительным пакетом интернета за выполнение определенных условий.

2. «Проездной билет за 30 приседаний» – в 2017 году на станции «Выставочная» московского метрополитена заработал аппарат, позволяющий пассажирам получить одноразовый проездной билет бесплатно, выполнив 30 приседаний.

Конечно, данные мероприятия направлены на все население России, но целевой аудиторией все равно остается молодежь.

В целом, наблюдается положительная динамика приверженности молодого поколения к здоровому образу жизни, а самым эффективным каналом продвижения здорового образа жизни являются социальные сети и интернет-порталы. Большое количество современной молодежи просматривая социальные сети ЗОЖ-активистов сами мотивируются заниматься физической культурой и спортом, что говорит о актуальном отношении молодого поколения к формированию ценностей физического здоровья [4. С. 165-167].

Физическая культура как исторически сложившийся социальный феномен, в котором едино и взаимосвязанно решаются задачи образования, воспитания и оздоровления, оказывает влияние на все сферы жизнедеятельности. Однако она, как и любая другая область общественной жизни, нуждается в постоянном обновлении.

В последнее время проявилась тенденция к переориентации ценностей физической культуры, которая обусловлена потребностью общества в гармонично развитой личности

Физкультурно-спортивный вуз многое делает для обеспечения адаптированности молодежи к динамике общественной жизни. Но вполне обоснованно будет подчеркнуть, что этот процесс во многом спонтанен, он происходит опосредованно через систему учебных программ и действий. Непосредственно управлением процессом адаптации молодежи и его регуляцией вузовская наука занимается пока недостаточно: нет пока ни концепций регуляции управления социальной адаптацией учащихся физкультурно-спортивного вуза, ни наработанных механизмов, ни практики работы по обеспечению полностью комфортного и бесконфликтного вхождения молодых людей в поле высшего физкультурно-спортивного образования, а через него и в социодинамику общества.

Мы согласны с мнением, что формирование и развитие личности возможно только в пространстве культуры и ее ценностей и только через личность авторитетного педагога, носителя подлинных ценностей и идеалов. Более того, педагог должен хорошо представлять природу человека и знать гуманные и эффективные методы воздействия на него [См.: 7. С. 37-44].

В русле культуротворческой образовательной парадигмы представляется возможной переориентация образования на значимость культуры для развития личности, ее самореализации, умения самостоятельно исследовать проблемы, критически мыслить и работать творчески.

Профессор Л.И. Лубышева рассматривает спортивную культуру как составную часть общей культуры, включающую спортивную деятельность и ее результат, связанные с высокими спортивными достижениями и подготовкой к ним, а также совокупность материальных благ, социальных и личностных ценностей спорта, освоение которых способствует формированию гармонически развитой личности [5].

На наш взгляд можно выделить некоторые аспекты социальной регуляции культурной деятельности студентов физкультурно-спортивного вуза:

- преобразовательно-созидательная функция. Обеспечивает достижение необходимого уровня физического развития, подготовленности и совершенствования личности, укрепление ее здоровья, подготовку к профессиональной деятельности;

- интегративно-организационная функция. Характеризует возможности объединения молодежи в коллективы, команды, клубы, организации, союзы для совместной физкультурно-спортивной деятельности;

- проективно-творческая функция. Определяет возможности физкультурно-спортивной деятельности, в процессе которой создаются модели профессионально-личностного развития человека, стимулируются его творческие способности, осуществляются процессы самопознания, самоутверждения, саморазвития, обеспечивается развитие индивидуальных способностей;

- проективно-прогностическая функция. Позволяет расширить эрудицию студентов в сфере физической культуры, активно использовать знания в физкультурно-спортивной деятельности и соотносить эту деятельность с профессиональными намерениями;

- ценностно-ориентационная функция. В процессе ее реализации формируются профессионально- и личностно-ценностные ориентации, их использование обеспечивает профессиональное саморазвитие и личностное самосовершенствование;

- коммуникативно-регулятивная функция. Отражает процесс культурного поведения, общения, взаимодействия участников физкультурно-спортивной деятельности, организации содержательного досуга, оказывающую влияние на коллективные настроения, переживания, удовлетворение социально-этических и эмоционально-эстетических потребностей, сохранение и восстановление психического равновесия, отвлечение от курения, алкоголя, токсикомании;

- социализация. В процессе которой происходит включение индивида в систему общественных отношений для освоения социокультурного опыта, формирования социально ценных качеств.

По нашему мнению, в системе высшего образования необходимо реализовать гуманистические функции физической культуры и спорта и их воздействие на личность. Гуманистические функции физической культуры и спорта заключаются в актуализации того огромного культурного потенциала, который несут в себе спорт и физкультурно-спортивная деятельность в воздействии на формирование спортивной культуры личности: образовательный потенциал, воспитательный, оздоровительный и развивающий.

Для того чтобы наиболее полно реализовать гуманистический потенциал физической культуры и спорта, необходимо создать педагогическую систему физкультурно-спортивного образования студентов, направленную на формирование спортивной культуры личности.

Педагогическая система физкультурно-спортивного образования студентов должна быть направлена на формирование физической культуры личности студента с учетом индивидуальных потребностей и интересов.

Для оценки ценности физического здоровья для молодежи нами был проведен опрос среди людей в возрасте от 14 до 35 лет. В опросе приняли участие 98 человек из 14 городов России, среди которых 77,1% женщины, 22,9% мужчины. Преобладающее большинство опрошенных в возрасте от 18 до 22 лет (72,9%), 16,7% – в возрасте от 22 до 27, 5,2% – от 14 до 18 и 5,2% – от 27 до 35 лет.

Перейдем к анализу полученных результатов. Почти все респонденты положительно относятся к физической культуре (96,9%), остальные заняли нейтральную позицию по отношению к физической культуре (3,1%).

В процессе синтеза литературных источников и ответов респондентов мы создали представление о физической культуре для современной молодежи. Физическая культура – это способ поддержания здоровья, разностороннее развитие личности и всех физических качеств человека, а также развитие умений и навыков. В основном респонденты придерживались позиции, что физическая культура – это способ поддержания здоровья [См., например: 1. С. 390-395; 5; 6. С. 17-24 и др.].

Все опрошенные (100%) согласились с мнением, что заниматься физической культурой необходимо в любом возрасте. При этом регулярно занимаются 72,9% респондентов, иногда занимаются 26% и совершенной не занимается лишь 1% от всех опрошенных.

Большее количество опрошенной молодежи выделяют на физическую культуру по 1 часу 2-3 раза в неделю, что составляет 29,6% от общего числа опрошенных, 23,1% выделяют ежедневно по 15-20 минут, 13,9% занимаются по 1 часу 1-2 раза в неделю, есть респонденты, которые выделяют 1,5-2 часа 1 раз в неделю – 2,8%, не выделяют времени на физическую активность 1,9% опрошенных. Также 22,2% молодежи дали свои ответы о количестве времени, выделяемом на занятия физической культурой: каждый день по 1,5 часа, каждое утро по 10-15 минут, 5-6 раз в неделю по 1,5-3 часа, 3-4 раза в неделю по 1,5-2 часа, 2 раза в день по 1-2 часа.

Также были выявлены причины, препятствующие регулярным занятиям физической культурой. Первоочередной причиной стала собственная лень, так ответили 24% опрошенных респондентов. Не менее весомой причиной становится отсутствие времени, так считают 21% от общего числа опрошенной молодежи. Следующей по важности причиной становится отсутствие дисциплины – 18,5%. Также респонденты отметили такие причины как: отсутствие желания, отсутствие мотивации, отсутствие условий для занятий, отсутствие поддержки ближайшего окружения. Всего 1,3% отметили, что никаких препятствий для занятий у них нет.

Самыми популярными видами активности для современной молодежи стали йога (пилатес или растяжка) – 22,5%, а также функциональные тренировки – 18,4%. Не менее популярными стали силовые тренировки в спортивном зале – 17,6%. Также в качестве активности респонденты выделяют: игровые виды спорта, бег, плавание. 0,7% заняли бокс и танцы.

Главными причинами, побуждающими современную молодежь заниматься физической культурой стали желание совершенствовать свое тело (25,7%), внутренняя мотивация (22,5%) и повышение уровня здоровья (18,7%). Немаловажными причинами стали дисциплинированность (14,4%), комфортный, хорошо оборудованный спортивный зал (8,8%) и занятия с друзьями (6,7%). Причины, менее всего влияющие на побуждение к занятию физической культурой и спортом – просмотр спортивных рекламных роликов (1,4%) и желание соответствовать общепринятым нормам (1,1%).

Почти половина опрошенных респондентов указали, что занимаются в хорошо оборудованном помещении – 47,7%, для 21,5% не имеет значения место тренировок, а 15% устраивает, но не в полной мере. 10,3% хотели бы улучшить условия, в которых они занимаются и только 5,6% полностью не довольны условиями, в которых они проводят свои тренировки.

Респондентам был предложен вопрос: «что помогло бы вам чаще заниматься физической культурой», на что 21,7% ответили – доступные спортивные залы, а 18,7% – комфортные, хорошо оборудованные залы. Такие ответы свидетельствуют о необходимости создания бюджетных общественных спортивных залов. 17,7% опрошенных отметили, что чаще заниматься физической культурой им помогла бы организация интересных тренировочных занятий в школе/вузе/на работе. Немаловажными аспектами стали: подбор подходящей нагрузки под особенности организма (16,7%), внедрение в учебный/рабочий процесс мастер классов/открытых уроков от опытных фитнес-тренеров (14,3%), организация современных спортивных мероприятий (8,4%). 2,5% указали, что наличие свободного времени помогло бы им чаще тренироваться.

Далее респонденты оценили степень важности некоторых факторов, которые могут повысить число занимающихся физической культурой. Перейдем к анализу полученных результатов. Опрашиваемым было предложено оставить свою оценку в соответствии с тем, что 5 – это очень важно, а 1 – совсем не важно.

Более половины опрошиваемых посчитали, что хорошо оборудованные спортивные помещения очень важны для увеличения числа занимающихся физической культурой (53,1%), и всего 2% посчитали данный фактор совсем не важным. Качественная реклама стала очень важной для увеличения числа занимающихся по мнению 43,9% опрошенных. В основном респонденты оценили рекламу на 3 и 4 балла, что свидетельствует о том, что она не носит первостепенный характер. Также отмечается, что ни один респондент не посчитал рекламу как совсем не важной. Необходимость внедрения в рабочий/учебный процесс современных тренировочных занятий с элементами фитнеса посчитали очень важным 48% респондентов. Всего 1% отметили данный фактор совсем не важным.

В основном респонденты оценивали данный фактор на 3 и 4 балла, что считается средним по важности. В завершении оценивалась степень важности доступных спортивных залов для увеличения числа занимающихся физической культурой. Более половины опрошенных (73,5%) оценили данный фактор как очень важный. 17,3% посчитали его менее важным, но имеющим влияние. Меньшая часть респондентов посчитали доступные спортивные залы не важным фактором.

Выводы. По результатам исследования можно сделать вывод, что современная молодежь активно включает в свою жизнь физическую культуру и спорт, тем самым поддерживая высокий уровень физического здоровья. Также в России организуются мероприятия, направленные на вовлечение населения, в том числе молодежи в здоровый образ жизни, что, в свою очередь, дает положительную динамику.

Анализируя результаты, полученные в ходе опроса респондентов, можно отметить, что молодежь осознанно выделяет время на занятия физической культурой и спортом, а главными причинами, побуждающими к таким занятиям, являются желание совершенствовать свое тело и внутренняя мотивация молодежи. Все это говорит о том, что физическое здоровье имеет высокую ценность для современной молодежи.

В ходе данного исследования были выделены факторы, которые помогут молодежи заниматься физической культурой чаще. Основным фактором становятся доступные и хорошо оборудованные спортивные залы, что говорит о необходимости их создания. Не менее важными факторами становятся качественная реклама, а также внедрение в учебный/рабочий процесс современных тренировочных занятий с элементами фитнеса.

Практические рекомендации. Опираясь на сформированные выводы, были составлены практические рекомендации, направленные на увеличение числа занимающихся физической культурой и спортом и соответственно, повышать ценность физического здоровья молодежи.

1. Создание доступных, хорошо оборудованных спортивных залов, в которых представители молодежной части населения могли бы заниматься физической культурой и спортом.

2. Проведение качественных рекламных компаний, побуждающих к занятиям физической культурой и спортом, в целях поддержания физического здоровья.

3. Организация мероприятий (мастер-классов, открытых уроков) в учебный/рабочий процесс, содержащие тренировочные занятия с элементами фитнеса. Такие мероприятия будут положительно влиять на физическое здоровье молодежи и формировать к нему положительный интерес.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК:

1. Арутюнян Т.Г., Пыж В.В. Интеграция физического и патриотического воспитания в ракурсе идеологического вызова русской цивилизации / В сборнике: Физическое воспитание, спорт, физическая реабилитация и рекреация: проблемы и перспективы развития. Материалы XIV Международной научно-практической конференции. Красноярск, 2024.
2. Байшугурова А.У., Шамсутдинов Ш.А. Здоровый образ жизни студента // Теория и практика современной науки. 2024.
3. Гайфуллин А.Ю. Здоровье в системе ценностей молодежи: социологический анализ // Уфимский гуманитарный научный форум. 2024.
4. Гурьянова А.А. Отношение современной молодежи к формированию ценностей здорового образа жизни // Наука и спорт: современные тенденции. 2024.
5. Лубышева Л.И., Романович В.А. Спортивная культура в старших классах общеобразовательной школы. М., 2011.
6. Оганян К.М., Оганян К.К. Социологическое исследование некоторых ценностных ориентаций студентов спортивно-физкультурного ВУЗа // Социология и право. 2023. Т. 15. № 1.
7. Синюк А.И. Применение метода пирамид в педагогическом процессе // Новые технологии преподавания социально-философских наук: сб. метод. работ преподавателей и аспирантов кафедры философии и социологии ЕГПУ. Елабуга: Изд-во Елабужск. гос. пед. ун-та, 2004.

V.V. PYZH

Doctor of Political Sciences, Professor,
P.F. Lesgaft National State University of Physical Culture,
Sports and Health, St. Petersburg, Russia

R.D. BOLSHAKOV

Postgraduate student of the Department
of Social and Humanitarian Disciplines named after V.U. Ageevets
P.F. Lesgaft National State University,
St. Petersburg, Russia

SOCIAL REGULATION OF CULTURAL ACTIVITIES OF STUDENTS OF A PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS UNIVERSITY

The article examines sport as a cultural phenomenon and a sphere of public life, its value potential, socio-cultural characteristics as factors of personal sports culture development, the importance of physical culture and sports activities for personality formation in the system of physical culture and sports education.

Key words: sport, culture, sports culture of personality, social regulation.