Культура физическая и здоровье. 2026. № 2 (98). С. 156-160.
Physical Culture and Health. 2026, 2 (98), 156-160.

Научная статья
УДК 378.17
DOI: 10.47438/1999-3455_2026_2_156

ОСОБЕННОСТИ СУБЪЕКТИВНОГО ОТНОШЕНИЯ К ЗДОРОВЬЮ У СТУДЕНТОВ РАЗНЫХ НАПРАВЛЕНИЙ ПОДГОТОВКИ





Александр Александрович Решетин [1], Алексей Сергеевич Земсков [2]

Самарский национальный исследовательский университет имени академика С. П. Королёва [1, 2]
Самара, Россия

[1] Кандидат педагогических наук, доцент кафедры физического воспитания
тел.: +7(909)323-33-25, e-mail: reshetin.aa@ssau.ru
ORCID:0009-0007-0234-4340
[2] Кандидат педагогических наук, доцент кафедры физического воспитания
тел.: +7(964)981-11-85, e-mail: a-zem@bk.ru
ORCID 0009-0001-2750-7739

Аннотация. Целью исследования было изучение влияния направления подготовки на субъективное отношение к здоровью у студентов. Для достижения цели применялась методика С. Дерябо, В. Ясвина «Индекс отношения к здоровью». Выборку составили 192 студента Самарского университета, обучающихся на гуманитарных и технических направлениях. В результате сравнительного анализа данных установлено, что среднегрупповые показатели отношения к собственному здоровью у студентов разных направлений различаются. Обучающиеся на гуманитарных специальностях более эмоциональны и чаще, чем студенты технических направлений, стремятся оказывать воздействие на других, побуждать их к здоровому образу жизни. Студенты же технических специальностей более предрасположены к освоению и практическому применению навыков сохранения здоровья. Полученные данные могут быть использованы при организации здоровьесберегающей среды в вузе, корректировки её содержания, совершенствования процесса физического воспитания.

Ключевые слова: здоровый образ жизни, здоровье, ценность, ценностное отношение, индекс отношения к здоровью, студенты, здоровьесбережение, вуз, профессиональное образование.

Для цитирования: *Решетин А. А., Земсков А. С.* Особенности субъективного отношения к здоровью у студентов разных направлений подготовки // Культура физическая и здоровье. 2026 № 2 С. 156-160. DOI: 10.47438/1999-3455_2026_2_156.

Введение

Здоровье человека выступает ведущим фактором, определяющим его жизненные и профессиональные цели. На основе представления о собственном здоровье, формируется оценка собственных возможностей, осознание «резервов» преодоления трудностей и выбор способов поведения и деятельности. Осознание здоровья как жизненной ценности и понимание необходимости ведения здорового образа жизни особое значение имеет в юношеском возрасте, в период активного формирования личности и профессионального самоопределения.

Известно, что в процессе обучения в вузе, на фоне влияния ряда неблагоприятных факторов и условий (высокие учебные нагрузки, изменения режима питания, сна и отдыха, гиподинамия), возможны нарушения в состоянии здоровья студентов, которые создают предпосылки для возникновения хронических заболеваний [7]. С целью предупреждения возможных отклонений в состоянии здоровья в вузах активно реализуют программы по созданию здоровьесберегающей среды, включая физкультурно-оздоровительную работу. Тем не менее, студенты не всегда придерживаются здорового образа жизни, что указывает на недостаточно осознанное ценностное отношение к собственному здоровью [2, 10].

Специалисты утверждают, что отношение к здоровью может формироваться на основе знаний [3], овладения практическими навыками сохранения здоровья [1],

© Решетин А.А., Земсков А.С., 2026

под влиянием социокультурных факторов [5] и гендерных стереотипов [9]. При этом важным условием ценностного отношения является осознанное переживание значимости здоровья для самореализации в разных жизненных сферах, в том числе в образовательном процессе, при овладении профессией [6, 8].

Цель исследования: изучить влияние направления профессиональной подготовки на субъективное отношение к здоровью у студентов.

Материалы и методы исследования

Основу авторского исследования, проведенного на базе Самарского университета им. академика С.П. Королева (г. Самара), составил сравнительный анализ показателей сформированности компонентов, характеризующих отношения студентов к своему здоровью и здоровому образу жизни. В исследовании приняли участие 192 студента (юноши) основной группы здоровья в возрасте от 18 до 20 лет, которые составили выборку 1 и 2. Участниками выборки № 1 стали 93 студента, обучающихся на гуманитарных направлениях (международные отношения, юриспруденция, математика, история, химия, физика, биология). Выборку №2 составили 99 студентов, обучающихся на технических направлениях (авиастроение, машиностроение, двигатели летательных аппаратов, проектирование авиационных и ракетных двигателей).

Диагностический инструментарий был представлен психологическим тестом «Индекс отношения к здоровью», разработанным С. Дерябо и В. Ясвиным (1999), позволяющим оценивать такой важнейший параметр как интенсивность, который характеризует особенности субъективного отношения к своему здоровью [4]. Тест содержит 24 утверждения и выявляет выраженность как отдельных компонентов интенсивности, так и сформированность отношения к здоровью в целом («Общая шкала»). Компоненты интенсивности характеризуют проявление отношения человека к здоровью, здоровому образу жизни и отражены авторами методики в четырех шкалах (сферах):

– эмоциональная – указывает на степень эмоциональных переживаний и эстетическое удовольствие от ощущения здоровья;

– познавательная – оценивает интерес к поиску информации о здоровье и здоровом образе жизни;

– практическая – характеризует включенность в практическую деятельность, направленную на сохранение здоровья.

– поступочная – оценивает стремление к совершению поступков, направленных на изменение отношения к здоровью и здоровому образу жизни у окружающих.

Сумма баллов по всем четырем шкалам является общим показателем сформированности субъективного отношения к здоровью и здоровому образу жизни.

Для достижения поставленной цели все участники нашего исследования прошли психологическое тестирование, результаты которого были обработаны методами математической статистики.

Результаты и обсуждение

По итогам тестирования мы установили, что у студентов, обучающихся на гуманитарных направлениях, показатели эмоциональной шкалы выше, чем у студентов технических специальностей. Так, средний балл у студентов-«гуманитариев» по этой шкале составляет 11,3, в то время как в группе студентов технических направлений этот показатель равен 8,4 балла. Различия составляют 25,6% и являются достоверными ($t=2,05$; $n=192$; $p\leq0.05$).

Среднее значение по познавательной шкале у студентов-«гуманитариев» составило 6,8 балла, в группе студентов технических направлений это значение несколько выше и составляет 7,6 балла. Различия составляют 10,5%, но не являются достоверными. Показатели практической шкалы у студентов разных направлений подготовки также не выявили достоверных различий. В группе студентов гуманитарных направлений средний балл по этой шкале равен 9,2, у студентов технических направлений −11,0 баллов.

В показателях поступочной шкалы, измеряющей стремление повлиять на отношение к здоровью у окружающих, в результате сравнительного анализа средних значений групп мы выявили существенную разницу. Так, среднее значение у студентов-«гуманитариев» составило 9,7 балла, в то время как в группе студентов технических направлений – 3,9 балла. Разница показателей составляет 59,7% и является достоверной ($t=2,235$; $n=192$; $p\leq0.05$).

Показатель интенсивности, характеризующий индекс субъективного отношения к здоровью, получаемый путем суммирования баллов по четырем шкалам, у студентов, обучающихся на гуманитарных направлениях, оказался равен 37 баллам, что выше на 16,4%, чем у студентов технических направлений, у которых средний балл составил 30,9.

Для определения уровня интенсивности отношения к здоровью, полученные средние результаты по каждой шкале с помощью авторского ключа [4] были переведены в станайны (см. табл. 2). Согласно полученным данным, значения станайнов у студентов гуманитарных направлений выше по всем компонентам, чем у студентов, обучающихся на технических направлениях, даже в пределах одного уровня.

Таблица 1 – Средние баллы субъективного отношения к здоровью по шкалам у студентов разных направлений подготовки (n=192)

Шкалы	Средний показатель, балл		t Studenta	P ≤
	Гуманитарные специальности	Технические специальности		
Эмоциональная	11,3	8,4	2,052	0,05
Познавательная	6,8	7,6	-	-
Практическая	9,2	11,0	-	-
Поступочная	9,7	3,9	2,235	0,05
Общая шкала	37	30,9	-	-

Полученные результаты показали, что в группе студентов гуманитарных специальностей показатели эмоциональной шкалы соответствуют 5 станайну и отражают средний уровень. У студентов технических направлений этот показатель ниже и равен 3, что относится к низкому уровню.

Станайны познавательной шкалы и у студентов-«гуманитариев», и обучающихся на технических направлениях отражают средний уровень и составляют 5 и 6 соответственно.

Показатели практической шкалы имеют отличия в обследуемых группах. В группе студентов, обучающихся на технических направлениях станайн соответствует высокому уровню и равен 7. У студентов гуманитарного профиля значение станайна 5, что соответствует среднему уровню.

Наиболее выражены различия в показателях поступочной шкалы, оценивающей стремление повлиять на отношение к здоровью у окружающих. В группе студентов гуманитарных специальностей величина станайна составляет 8, что соответствует высокому уровню. В группе студентов технического направления показатель по этой шкале равен 3 и указывает на низкий уровень.

Станайн индекса отношения к здоровью у студентов-«гуманитариев» равен 7 и соответствует уровню выше среднего. У обучающихся на технических направлениях станайн равен 5 и соответствует среднему уровню.

Таблица 2 – Уровень интенсивности отношения к здоровью по шкалам у студентов разных направлений подготовки

Шкалы	Станайн	
	Гуманитарные направления	Технические направления
Эмоциональная	5	3
Познавательная	5	6
Практическая	5	7
Поступочная	8	3
Индекс отношения к здоровью	7	5

Анализ полученных данных указывает на то, что субъективное отношение к здоровью у студентов, обучающихся на разных направлениях подготовки, проявляется с разной интенсивностью. Студенты, обучающиеся на гуманитарных направлениях, более эмоциональны в отношении и оценке собственного здоровья. Они чаще склонны, чем студенты технических специальностей, к эмоциональному удовольствию от ведения здорового образа жизни. Студенты технических направлений более прагматичны в отношении здоровья и забота о нем рассматривается ими как необходимость, переживаемая без ярких эмоциональных состояний. Наблюдаемые различия можно объяснить тем, что обучение на гуманитарных направлениях содействует более эмоциональному восприятию действительности, развитию эмоциональной сферы, в отличие от технических специальностей, где условия профессиональной деятельности требуют эмоциональной сдержанности и самоконтроля.

Кроме того, студенты-«гуманитарии» склонны демонстрировать свое мнение в вопросах сохранения здоровья и оказывать влияние на свое окружение. Можно предположить, что активность в этой сфере, обусловлена спецификой образовательного процесса на гуманитарных направлениях, которая оказывает влияние на самоотношение и способствует развитию личностных качеств, определяющих эффективность взаимодействия с другими людьми, совместной деятельности, формирует стремление к коммуникации и взаимовлиянию.

У студентов, осваивающих технические специальности, учебная деятельность не связана с активной коммуникацией, а достижение результата часто предполагает индивидуальный характер работы и требует проявления таких качеств как самостоятельность, независимость, сосредоточенность. Формируемые личностные качества и способности, а также формы поведения в той или иной ситуации, определяют у студентов отношение к окружающим, в том числе, и в вопросах сохранения здоровья. Они не стремятся оказывать воздействие на других, побуждать их к здоровому образу жизни, считая это индивидуальной ценностью.

Следует заметить, что познавательная активность и интерес к вопросам сохранения здоровья у студентов как гуманитарного, так и технического профиля проявляется на среднем уровне. Активности в поиске информации о способах профилактики заболеваний и здоровом образе жизни студенты не проявляют, но готовы ее воспринимать, если этому способствуют условия и ситуация.

Практические действия, направленные на сохранение здоровья, лучше сформированы у студентов технического профиля. Они более предрасположены к освоению и применению навыков сохранения здоровья и здоровьесберегающей активности, чем студенты гуманитарных направлений, которые готовы участвовать в оздоровительных мероприятиях, вести здоровый образ жизни, но не проявляют в этом особой инициативы и целеустремленности.

Выводы

Результаты исследования свидетельствуют о различиях в показателях индекса отношения к здоровью у студентов, обучающихся на гуманитарных и технических направлениях подготовки. Это позволяет говорить о том, что на интенсивность субъективного отношения к здоровью оказывает влияние представление о будущей профессиональной деятельности, условиях труда, факторах риска для здоровья. Кроме того, разные направления подготовки не только отличаются содержанием и условиями образовательного процесса, но и требованиями к личностным характеристикам студентов, включая ценностные ориентации, самооценку и самоотношение, на основе которых реализуется и отношение к здоровью и здоровому образу жизни. Обучение на гуманитарных направлениях способствует более эмоциональному восприятию здоровья и стремлению к взаимодействию с другими людьми в вопросах здоровьесбережения, в то время как студенты технических специальностей эмоционально сдержано воспринимают изменения в состоянии здоровья, более практичны в выборе средств его сохранения, не стремятся к активному приобщению других к здоровому образу жизни, считая эту форму поведения индивидуальным выбором.

Полученные данные указывают на важность учета направления профессиональной подготовки при организации целевой работы в вузе, направленной на создание педагогических условий, позволяющие целенаправленно воздействовать на те компоненты личности студентов, которые формируют субъективного отношения к здоровью, устойчивое активное поведение, направленное на сохранение здоровья как обязательного условия профессионального становления.

Библиографический список

1. *Аганов, С. С. Семенова, С. С., Стрижков, А. П.* Ценностные ориентации студентов на здоровый образ жизни и их реализация в физкультурно-спортивной деятельности // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2018. № 4(158). С. 11-15.

2. *Барабаш, В. Г., Литош, Н. Л.* Отношение студентов к своему здоровью и здоровому образу жизни // Современные вопросы биомедицины. 2022. Т. 6. № 3. С. 21-25. DOI: 10.51871/2588-0500_2022_06_03_2

3. *Гареева, И. А., Конобейская, А. В.* Здоровый образ жизни студенческой молодежи как социальная ценность и реальная практика (по материалам социологического исследования) // Власть и управление на Востоке России. 2020. № 4 (93). С. 178-190.

4. *Дерябо, С., Ясвин, В.* Отношение к здоровью и здоровому образу жизни: методика измерения // Директор школы. 1999. № 2. С. 7-16.

5. *Ермолаев, Б. В., Ермолаева, М. В., Лубовский, Д. В.* Представления студентов об индивидуальном здоровье на протяжении жизни [Электронный ресурс] // Психолого-педагогические исследования. 2018. Том10. № 1. С. 42-50 DOI: 10.17759/psyedu .2018100105

6. *Земсков, А. С. Решетин. А. А.* Исследование особенностей поведения, направленного на сохранение здоровья у студентов гуманитарных и технических специальностей // Учёные записки университета имени П. Ф. Лесгафта. 2025. № 8 (246). С. 230-236. DOI: 10.5930/1994-4683-2025-230-236.

7. *Коданева, Л. Н., Кетлерова, Е. С.* Образ жизни и отношение к здоровью студенческой молодёжи // Учёные записки университета им. П. Ф. Лесгафта. 2019. 3 (169). С.152-156.

8. *Мархакова, Е. Д.* Особенности формирования у студентов ценностного отношения к здоровому образу жизни // Вестник Воронежского государственного университета. Серия: Проблемы высшего образования. 2021. № 4. С. 58-61.

9. *Ретивина, В. В.* Отношение современных студентов к проблеме сохранения здоровья: гендерный аспект // Вестник Майкопского государственного технологического университета. 2022. Том 14, № 4. С. 174-180. DOI: 10.47370/2078-1024-2022-14-4-174-180.

10. *Чуфарова, Л. И., Теткина, Е. А.* Психологическое отношение студентов педагогического вуза к физической культуре и здоровому образу жизни // Наука-2020. 2023. № 6 (67). С. 58-65.

References

1. Aganov, S. S., Semenova, S. S., Strizhkov, A. P. (2018) Tsennostnyye oriyentatsii studentov na zdorovyy obraz zhizni i ikh realizatsiya v fizkul'turno-sportivnoy deyatel'nosti. [Value orientations of students on a healthy lifestyle and their realization in physical culture and sports activities] *Scientific notes of P.F. Lesgaft University*. 4 (158). 11-15. (in Russian)

2. Barabash, V. G., Litosh, N. L. (2022) Otnosheniye studentov k svoyemu zdorov'yu i zdorovomu obrazu zhizni. [Students' attitude to their health and a healthy lifestyle]. *Modern Issues of Biomedicine.* Vol. 6, 3. 21-25 (in Russian) Available from: doi: 10.51871/2588-0500_2022_06_03_2

3. Gareeva, I. A., Konobeyskaya, A. V. (2020) Zdorovyy obraz zhizni studencheskoy molodezhi kak sotsial'naya tsennost' i real'naya praktika (po materialam sotsiologicheskogo issledovaniya). [Healthy lifestyle of student youth as a social value and real practice (based on sociological research)]. *Authorities and management in the East of Russia*. 4 (93). 178-190. (in Russian)

4. Deryabo S., Yasvin V. (1999). Otnoshenie k zdorov'yu i zdorovomu obrazu zhizni: metodika izmereniya [Attitude to health and a healthy lifestyle: measurement methodology]. *The headmaster of the school*. 2, 7-16. (in Russian)

5. Ermolaev, B. V., Ermolaeva, M. V., Lubovsky, D. V. (2018) Predstavleniya studentov ob individual'nom zdorov'ye na protyazhenii zhizni. [Students' perceptions of individual health at different stages of life]. *Psychological- Educational Studi.* 10, 1. 42-50 (in Russian) Available from: doi: 10.17759/psyedu .2018100105

6. Zemskov A. S., Reshetin A. A. (2025) Issledovaniye osobennostey povedeniya, napravlennogo na sokhraneniye zdorov'ya u studentov gumanitarnykh i tekhnicheskikh spetsial'nostey. [The study of behavioral characteristics aimed at maintaining health among students of humanities and technical specialties]. *Scientific notes of the P.F. Lesgaft University.* 8 (246). 230-236. (in Russian) Available from: doi: 10.5930/1994-4683-2025-230-236.

7. Kodaneva, L. N., Ketlerova, E. S. (2019) Obraz zhizni i otnosheniye k zdorov'y u studencheskoy molodezhi. [Lifestyle and attitude to the health of students]. *Scientific notes of the P.F. Lesgaf t University.* 3 (169). 152-156. (in Russian)

8. Marhakova E.D. (2021) Osobennosti formirovaniya u studentov tsennostnogo otnosheniya k zdorovomu obrazu zhizni [Features of formation in students value attitude to a healthy lifestyle]. Proceedings of Voronezh State University. Series: Problems of higher education 4. 58-61. (in Russian)

9. Retivina V. V. (2022) Otnosheniye sovremennykh studentov k problem sokhraneniya zdorov'ya: gendernyy aspekt. [The attitude of modern students to the problem of health preservation: a gender aspect]. *Bulletin of the Maykop State Technological University*. Vol.14, 4, 174-180. (in Russian) Available from: doi:10.47370/2078-1024-2022-14-4-174-180.

10. Chufarova L. I., Tetkina E. A. (2022) Psikhologicheskoye otnosheniye studentov pedagogicheskogo vuza k fizicheskoy kul'ture i zdorovomu obrazu zhizni. [Psychological attitude of pedagogical university students to physical culture and healthy lifestyle]. *Science 2020*. 2023. 6 (67).58-65 (in Russian)

Поступила в редакцию 14.04.2026
Подписана в печать 30.06.2026

Original article
UDC 378.17
DOI: 10.47438/1999-3455_2026_2_156

FEATURES OF SUBJECTIVE ATTITUDE TOWARDS HEALTH IN STUDENTS OF DIFFERENT FIELDS OF TRAINING

Alexander A. Reshetin [1], Aleksey S. Zemskov [2]

Samara National Research University [1, 2]
Samara, Russia

[1] PhD in Pedagogy, Associate Professor of the Department of Physical Education
ph.: +7(846)9093233325, e-mail: reshetin.aa@ssau.ru
ORCID:0009-0007-0234-4340
[2]PhD in Pedagogy, Associate Professor of the Department of Physical Education
ph.: +7(846)9649811185, e-mail: a-zem@bk.ru
ORCID: 0009-0001-2750-7739

Abstract. The aim of the study was to identify the characteristics of subjective attitudes toward health in students studying in the humanities and technical fields. To achieve this goal, we used S. Deryabo and V. Yasvin's "Health Attitude Index" method, which assesses the intensity of attitudes toward health across emotional, cognitive, practical, and actionable dimensions, as well as an overall indicator of the development of a subjective attitude toward health and a healthy lifestyle. The sample consisted of 192 students from Samara University. A comparative analysis of the data revealed that average group indicators of attitudes toward one's own health differ among students in different fields. Students in the humanities are more emotional and more likely than students in technical fields to strive to influence others and encourage them to adopt a healthy lifestyle. Students in technical fields, on the other hand, are more likely to master and apply health skills. The data obtained can be used to organize a health-promoting environment at the university, adjust its content, and improve physical education.

Keywords: healthy lifestyle, health, value, value attitude, health attitude index, students, health care, university, vocational education.

Cite as: *Reshetin A.A., Zemskov A.S.* Features of subjective attitudes toward health in students of different fields of study // Physical Culture and Health. 2026. No. 2. P. 156-160. DOI: 10.47438/1999-3455_2026_2_156.

Received 14.04.2026
Accepted 30.06.2026