

ББК 75

П 88

ФОРМИРОВАНИЕ ОТНОШЕНИЯ К ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ КАК ЦЕННОСТИ

Сорокина В.М., Сорокин Д.Ю.

*Камышинский технологический институт (филиал)**Волгоградского государственного технического университета,**Камышин, Россия*

В статье раскрываются сущностные характеристики, определяется система педагогических средств формирования ценностного отношения к здоровому образу жизни у студентов ВУЗов.

В современной педагогической теории и практике проблема формирования здорового образа жизни занимает одно из приоритетных мест. Обеспечить высокое качество подготовки будущего инженера в современных условиях невозможно без повышения познавательной активности самих студентов. Возросшая дифференциация научных дисциплин, стремительное развитие самого знания приводят к тому, что с каждым годом возрастает значение интенсивности процесса обучения, мобилизации воли, духовных и физических сил студента для ускорения процесса познания. Воспитание у будущего инженера высокой требовательности к себе, желания и умения вести здоровый образ жизни, заботиться о своем здоровье – одна из задач высшей технической школы.

Многочисленными исследованиями установлено, что существует связь между здоровьем, образом жизни инженера и качеством его профессиональной деятельности. Поэтому важно дать будущему инженеру научные аргументы о сущности здоровья и здоровьесберегающих технологий, способах и методах укрепления своего здоровья и сослуживцев. Из вышесказанного следует вывод, что здоровье, образ жизни будущего инженера выступает как образовательная ценность, т. к. он сам должен показывать личный пример ведения здорового образа жизни: поддержание оптимальной физической формы,

избавление от вредных привычек, приобщение к активному отдыху и оздоровительным процедурам.

Выдающиеся представители отечественной физиологической и психологической науки обращались к разработке и апробации ряда важных в контексте проводимого исследования концепций здоровья: Н.А. Бернштейн, В.В. Белинович, М.М. Богон, Н.Е. Введенский, И.П. Павлов, И.М. Сеченов, А.А. Ухтомский, А.А. Крестовников.

Возникнув впервые в Греции, термин «здоровье, здоровый» первоначально означал «подобный дереву» по высоте и крепости, современная транскрипция этого слова – «обладающий здоровьем, не больной».

В последние годы активизировались исследования по проблемам здоровья представителей педагогической мысли (В.К. Бальсевич, Э.М. Казин, А.П. Лаптев, Л.И. Лубышева, В.В. Марков, М.А. Морозов, В.П. Петленко, С.В. Попов, А. Разумов, В.Ю. Салов). Ученые пришли к выводу, что заметно ухудшилось здоровье населения в целом, особенно студенческой молодежи, в связи с этим медицине необходима педагогическая помощь, которая бы проводила разъяснительную работу по образованию и воспитанию будущих инженеров.

Изучение проблемы здорового образа жизни студентов в широком социаль-

турном аспекте вузовского образования проводили: А.М. Гендин, К.Г. Габриелян, Р.Г. Узьянбаева, Л.Э. Пахомова, Ю.Л. Григорьева, Т.Н. Маляренко, А.Г. Щедрина, Э.А. Житницкой.

В контексте обсуждаемой проблемы в последние годы защищены ряд диссертационных работ:

– «Ориентирование студента на здоровый образ жизни в процессе профессионального становления» Н.А. Красноперов;

– «Формирование физической культуры и здорового образа жизни у студентов высших учебных заведений на основе их личностной самооценки» И.А. Герасимов;

– «Теоретические и методические основы формирования здорового образа жизни учащейся молодежи средствами физической культуры» В.Ю. Салов;

– «Педагогические условия формирования здорового образа жизни студентов в процессе физического воспитания» Э.В. Шелеспанская;

– «Формирование ценностного отношения к здоровому образу жизни у будущих педагогов» Л.Н. Овчинников;

– «Формирование здорового образа жизни студентов в процессе обучения в педагогическом университете» В.А. Околев.

Вместе с тем, как показывает анализ педагогической теории и практики высшей технической школы, проблема ценностного отношения к здоровью и ведению здорового образа жизни не стала объектом теоретико-методологического осознания и адекватного технического освоения многими педагогами высшей и средней школы. На протяжении ряда лет отмечается устойчивая тенденция снижения уровня физического здоровья абитуриентов и студентов высших технических учебных заведений.

Отмеченные факты связаны не только с ухудшением социально-бытовых и материальных условий жизни студентов, но и с потерей четких социально-культурных ориентиров в здоровом образе жизни. Не-

достаточно полное теоретическое осмысление такого феномена, как ценностное отношение к здоровому образу жизни, является следствием слабой разработанности методик, адекватных для внедрения в практику высшего технического образования. К числу проблем, требующих своего теоретического осмысления и практической апробации в существующей практике подготовки студентов, относятся: разработка теоретического и технологического аспекта здорового образа жизни студентов технического вуза, выявление психолого-педагогических условий для его успешного становления, создание учебно-методических комплексов, включающих авторские курсы, учебно-методические пособия, рекомендации для студентов и преподавателей, способствующие совершенствованию их здоровья.

Актуальность предпринятого исследования определяется противоречиями между:

– объективными потребностями современного общества в высоком уровне психического и физического здоровья инженера, его образа жизни, и недостаточным вниманием высшей технической школы к данной проблеме;

– важностью исследования существенных характеристик феномена «здоровый образ жизни» и недостаточностью их теоретической разработанности;

– насущной необходимостью подготовки будущего инженера к ценностному отношению к здоровому образу жизни и слабой разработанностью соответствующих педагогических средств.

Данные противоречия обусловили выбор темы исследования: «Формирование у будущих инженеров ценностного отношения к здоровому образу жизни».

Цель исследования – теоретическая разработка, экспериментальная проверка научно-методического и технологического обеспечения формирования ценностного отношения к здоровому образу жизни у студентов.

С учетом состояния проблемы в педагогической теории и практике была определена следующая гипотеза исследования: процесс формирования ценностного отношения к здоровому образу жизни будет протекать успешно, если:

– здоровый образ жизни будет рассматриваться как сложное интегративное образование, фактор социокультурного бытия, обеспечивающий биологический потенциал жизнедеятельности, физического совершенствования личности студента для выполнения социальных обязанностей;

– в учебно-воспитательный процесс будет внедрена эффективная педагогическая технология, ориентированная на формирование ценностного отношения к здоровому образу жизни, качественное освоение базового и курсов по выбору на основе государственных образовательных стандартов;

– будет разработана методика диагностики уровней сформированности здорового образа жизни с помощью комплекса тестов, психолого-педагогических и медико-биологических методов исследования.

Методологическую основу исследования составили философские, социологические, психологические и педагогические представления о многоаспективности ценностного отношения к здоровому образу жизни, как социальному феномену, и сложному многофакторному процессу. В работе реализованы междисциплинарные и системно-деятельные подходы к анализу объекта исследования, предполагающему синтез философского, социального, культурологического, психофизиологического и педагогического аспектов проблемы.

Методы исследования определились гипотезой и задачами заявленной проблемы. В работе в соответствии с логикой исследования применялся комплекс взаимодополняемых методов: теоретико-методологический анализ философской, психолого-педагогической, методической

литературы; изучение нормативных документов; сравнительно-сопоставительный анализ учебного процесса в различных режимах его функционирования. Педагогическому эксперименту в работе отведена ведущая роль, в ходе него применялись: наблюдения, анкетирование, анализ продуктов учебной деятельности и документации, тестирование, методы математической статистики в обработке итоговых данных. Физические качества студентов изучались с помощью медико-биологических и психологических методов и методик.

Процесс формирования у студентов отношения к здоровому образу жизни как ценности осуществлялся на материале дисциплин «Физическая культура» (раздела «Общие гуманитарные и социально-экономические дисциплины») и «Экология», «Безопасность жизнедеятельности» (раздел «Общие математические и естественнонаучные дисциплины»), использовались авторские учебные пособия.

Если раньше педагоги этих дисциплин боролись с этой проблемой в «недрах» преподаваемых дисциплин, то теперь мы решили объединить усилия в достижении главной цели – вывести здоровье в ценностные приоритеты студентов и сформировать у них идеологию здорового образа жизни.

Ведущим средством формирования у студентов отношения к здоровому образу жизни как ценности на всех этапах выступали личностно-значимые педагогические ситуации. Системообразующим средством данных ситуаций явились проблемные задачи ценностно-смыслового характера.

Решение исследовательских проблемных задач ценностно-смыслового характера предполагало использование эвристической и обобщающей беседы, проблемного изложения, имитации жизненных ситуаций.

Для решения задач данного типа при изучении тем «Физическая культура в

профессиональной деятельности бакалавра и специалиста» дисциплины «Физиическая культура»; «Управление безопасностью жизнедеятельности» дисциплины «Безопасность жизнедеятельности»; «Проблемы сохранения окружающей природной среды взгляд в XXI в.» дисциплине «Экология» использовались материалы из семейных источников, экономических справочников, средств массовой информации, Интернета. Студентам было дано опережающее задание, данные материалы они собирали целенаправленно в течение длительного времени, беседуя со своим родственниками, изучая различную литературу, посвященную данному вопросу, анализируя информацию из телепередач, газет, журналов, книг.

Таким образом в ходе анализа проблемы формирования у студентов отношения к здоровому образу жизни как ценности были сделаны следующие выводы:

1. В процессе присвоения ценности «здоровый образ жизни» студент осознает себя связующим звеном между здоровьем и образом жизни. Ведение здорового образа жизни позволяет осознать необхо-

димость данного стиля жизни для развития и сохранения личного и общественного здоровья. С ведением здорового образа жизни тесно связано признание ценности здоровья, которое воспринимается как главная и основная задача нашей страны и всего человечества; признание человека как ответственного субъекта.

Таким образом, здоровый образ жизни рассматривается нами как ценность, проявляющаяся в отношениях «человек – образ жизни» и раскрывающаяся посредством следующих идей: идея ценности здоровья, идея ведения здорового образа жизни, идея человека как ответственного субъекта.

2. Отношение к здоровому образу жизни как ценности представляет собой интегративное, относительно устойчивое личностное образование, характеризующееся связью студента с ценностью «здоровый образ жизни», включающей в себя знания о ценности «здоровый образ жизни», эмоциональное отношение к нему, осознание здорового образа жизни как лично и социально значимой ценности, проявляющейся в реализации деятельности аспектов.

FORMATION OF ATTITUDE TO A HEALTHY LIFE MODE AS A VALUE

Sorokina V.M., Sorokin D.Yu.

*Kamyshin Technological Institute (branch) of Volgograd State Technical University,
Kamyshin, Russia*

This article is devoted to investigation into essential characteristics and the system of pedagogical means for students' value attitude to a healthy life mode formation at higher educational establishments.