

ББК 75

ФОРМИРОВАНИЕ ОТНОШЕНИЯ К ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ КАК ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ЦЕННОСТИ У СТУДЕНТОВ ВУЗОВ

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.

К началу XXI века нельзя найти ни одной сферы человеческой деятельности, не связанной со здоровым образом жизни, поскольку здоровый образ жизни - общепризнанные материальные и духовные ценности общества в целом и каждого человека в отдельности.

Не случайно все последние годы все чаще говорится о здоровом образе жизни не только как о самостоятельном социальном феномене, но и как об устойчивом качестве личности. Тем не менее, феномен здорового образа жизни личности изучен далеко не полностью, хотя проблемы культуры духа и тела ставились еще в эпоху древних цивилизаций.

Актуальность изучения проблемы формирования отношения у студентов к здоровому образу жизни как профессиональной ценности в широком социокультурном аспекте обусловлена спецификой этой социально-профессиональной группы, особенностями ее положения и роли в обществе. Детство и юношество нынешнего российского студенчества целиком приходятся на постперестроечный период, когда в силу известных экологических и социально-экономических причин заметно ухудшилось здоровье населения в целом, детей в особенности. Вследствие чего в обществе встает задача ликвидации этих последствий.

Важнейшая роль в решении этой задачи отводится системе высшего образования с возможностью поэтапной реализации обозначенных проблем и учета возрастных и психологических особенностей студентов. Большое значение для формирования у студентов отношения к здоро-

вому образу жизни как профессиональной ценности имеют общие гуманитарные и социально-экономические дисциплины и физическая культура в частности.

Анализ литературы по формированию здорового образа жизни у студентов средствами физической культуры выявил наличие ряда работ, раскрывающих инновационные подходы в решении данной проблемы (В.К. Бальсевич, Н.А. Бирюков, М.Я. Виленский, А.В. Лотенко, Л.И. Лубышева, В.В. Марков, Ю.В. Салов). Это обусловлено рядом социальных, психологических, культурно-исторических факторов. Психологические возможности данного возраста позволяют студенту сделать осознанный выбор своей жизненной позиции. Студент не только осваивает материал, но и формирует свое отношение к изученному, определяет свою позицию, которую он занимает относительно изучаемых проблем. В высших учебных заведениях оптимальные условия для формирования отношения к здоровому образу жизни создаются в процессе обучения студентов общим гуманитарным и социально-экономическим дисциплинам.

Исходя из актуальности данной проблемы, была поставлена цель исследования: обосновать процесс формирования у студентов отношения к здоровому образу жизни как профессиональной ценности в обучении общим гуманитарным и социально-экономическим дисциплинам.

В соответствии с целью были поставлены следующие задачи:

- выявить сущностные характеристики ценностного отношения к здоровому образу жизни, определить критерии и

уровни сформированности у студентов данного личностного образования;

- обосновать модель процесса формирования у студентов отношения к здоровому образу жизни как профессиональной ценности;

- разработать и экспериментально проверить систему педагогических средств формирования у студентов отношения к здоровому образу жизни как профессиональной ценности.

Исходя из особенностей здорового образа жизни, потенциала общих гуманистических и социально-экономических дисциплин, возрастных особенностей студентов нами были выявлены основные компоненты рассматриваемого личностного образования: когнитивный, мотивационно-смысовой, эмоциональный, деятельностный.

Когнитивный компонент предполагает усвоение личностью системы знаний, лежащих в основе здорового образа жизни. Без опыта получения достоверных, научно обоснованных знаний о здоровом образе жизни невозможно отношение к здоровому образу жизни как профессиональной ценности. Данный компонент подразумевает фиксацию в сознании студента результата овладения им знанием о «здоровом образе жизни». В качестве структурообразующего элемента знания о здоровом образе жизни как профессиональной ценности в данном исследовании рассматриваются знания о компонентах ценности «здоровый образ жизни». Содержание компонентов здорового образа жизни раскрывается через соответствующие идеи.

Идея ценности здоровья определяется как гармоническое сочетание физического, духовного и социального благополучия и раскрывается через категории «физические качества», «телосложение», «здоровье» и «норма».

Идея ведения здорового образа жизни – это индивидуальная система поведения человека, направленная на достижение полного физического, психологического и социального благополучия, базирующегося на категориях: «уклад жизни», «режим труда и отдыха», «культура межличностного общения», «профилактика вредных привычек».

Идея человека как ответственного субъекта раскрывается через категорию «ответственность». Для студента с высоким уровнем развития личности характерно не только желание познать себя, но и умение изменить себя, микросреду, в которой он находится.

Мотивационно-смысовой компонент предполагает осознание роли и места естественно-научного знания в контексте определения отношения к здоровому образу жизни как профессиональной ценности; поиск, осознание и принятие студентом личностного и общественного смысла ценности «здоровый образ жизни».

Эмоциональный компонент заключается в особом, эмоционально окрашенном отношении к здоровому образу жизни. Этот компонент связан, главным образом, с особенностями эмоционального восприятия знаний о здоровом образе жизни, поскольку «их содержание, преломляясь через ... эмоциональную сферу личности, становится внутренним требованием личности к самой себе, приобретает личностный смысл» [6].

Деятельностный компонент предполагает связь конкретного субъекта отношений со здоровым образом жизни, другими людьми. Данная связь реализуется посредством активной сознательной деятельности.

Процесс формирования у студентов отношения к здоровому образу жизни как профессиональной 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.

Целью первого мотивационно-информационного этапа процесса формирования отношения к здоровому образу жизни как профессиональной ценности являлось формирование у студентов отношения к здоровому образу жизни как профессиональной ценности на низком (безразлично-потребительском) уровне сформированности.

Реализация данной цели связана решением репродуктивных проблемных за-

дач ценностно-смыслового характера следующего содержания: «Здоровый образ жизни – источник ресурсов, необходимых для профессии», «Что такое професиональная ценность?», «Значимы ли для наших профессий принципы ведения здорового образа жизни?», «Что есть система здорового образа жизни для профессии?».

Опорными темами данного этапа явились следующие: «Основы здорового образа жизни студента», «Физическая культура в общекультурной и професиональной подготовке студентов» дисциплины «Физическая культура»; «Экология и здоровье человека» дисциплины «Экология»; «Опасности технических систем», «Основы физиологии труда и комфортные условия жизнедеятельности в техносфере» дисциплины «Безопасность жизнедеятельности».

Решение репродуктивных проблемных задач ценностно-смыслового характера предполагало использование проблемного изложения, обобщений, беседы, лекции, рассуждения и др.

Целью второго – оценочного этапа процесса формирования отношения к здоровому образу жизни как професиональной ценности – явилось достижение среднего (нейтрально-пассивного) уровня сформированности отношения к здоровому образу жизни как професиональной ценности. Данный уровень предполагал решение задач, направленных на «открытие» студентом личностного смысла ценности «здоровый образ жизни», т.е. осознание личностной, а значит, в силу особенностей указанного ценностного феномена, и общественной значимости ценности «здоровый образ жизни» на основе осознания невозможности существования и развития человека, общества, человечества в целом вне данного ценностного контекста.

Это были частично поисковые проблемные задачи ценностно-смыслового характера. «Могут ли существовать люди без ведения здорового образа жизни?». В контексте данной задачи рассматривались отдельные его аспекты: «Что есть здоровый и нездоровый образ жизни? Для каких профессий, а также в каких сферах производственной деятельности здоровый

образ жизни имеет наибольшее значение?».

Опорными темами данного этапа явились следующие: «Значение и задачи охраны окружающей среды», «Вода как фактор здоровья» дисциплины «Экология»; «Классификация основных форм деятельности человека», «Оценка влияния вредных факторов на здоровье человека» дисциплины «Безопасность жизнедеятельности»; «Ценностный потенциал физической культуры и спорта как основа формирования физической культуры личности», «Валеологическое воспитание» дисциплины «Физическая культура».

Решение практических задач и их последующее обсуждение способствовало активизации познавательной деятельности студентов. Осознание личностных ценностей в процессе решения практических задач и последующего их обсуждения требует от студента актуализации отношений к собственным смыслам и предполагает развертывание особой познавательной деятельности по их осознанию и переводу смыслов на уровень принятия личных ценностей.

Реализацией цели третьего – деятельности-преобразующего этапа процесса формирования у студентов отношения к здоровому образу жизни как професиональной ценности явилось достижение высокого (осознано-действенного) уровня сформированности отношения к здоровому образу жизни как професиональной ценности. Данный уровень предполагал решение задач, направленных на принятие личностного смысла ценности «здоровый образ жизни» и встраивание его в систему отношений студента с профессией.

Решение данной задачи предполагало разрешение исследовательской проблемной задачи ценностно-смыслового характера: «Возможна ли производственная деятельность без ведения здорового образа жизни ее работников?».

Опорными темами данного этапа явились следующие: «Ценностные ориентации студентов на здоровый образ жизни и их отражение в жизнедеятельности» дисциплины «Физическая культура»; «Управление безопасностью жизнедеятельности» дисциплины «Безопасность жизнедеятель-

ности»; «Проблемы окружающей природной среды, взгляд в XXI в.» дисциплины «Экология».

Для решения задач данного типа при изучении тем «Физическая культура в профессиональной деятельности бакалавра и специалиста» дисциплины «Физическая 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.

В ходе анализа проблемы формирования у студентов отношения к здоровому образу жизни как профессиональной ценности были сделаны следующие выводы:

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

Отношение к здоровому образу жизни как профессиональной ценности

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

Анализ полученных в ходе эксперимента значимых данных о достижении высокого (14,9 % и 8 % на начало экспериментальной работы), среднего (56,6 % и 44,9 % в начале эксперимента) уровней студентов экспериментальной группы вместе с уменьшением студентов, отличающихся низким (28,5 % в конце и 47,1 % в начале эксперимента) уровнем сформированности у студентов отношения к здоровому образу жизни как профессиональной ценности является свидетельством положительной динамики формирования этого личностного образования в ходе формирующего эксперимента.

Опытно-экспериментальная работа проводилась на базе Камышинского технологического института (филиал) Волгоградского государственного технического университета.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Василенко, В.А. Ценность и ценностное отношение / В.А Василенко // Проблема ценностей в философии. - М.-Л.: Наука, 1966. - С. 40-46.
2. Леонтьев, А.Н. Проблемы развития психики / А.Н. Леонтьев. – М.: МГУ, 1981. - 584 с.
3. Нарский, И.С. Ценность и полезность / И.С. Нарский. // Философские науки. - 1969. - № 3.- С. 11-28.
4. Разбегаева, Л.П. Ценностные основания гуманитарного образования: монография / Л.П. Разбегаева. - Волгоград: Перемена, 2001.
5. Рубинштейн, С.Л. Основы общей психологии / С.Л. Рубинштейн. – М.: Педагогика, 1989. 328 с.
6. Рувинский, Л.И. Нравственное воспитание личности / Л.И. Рувинский. М.: Изд-во Моск. ун-та, 1984. - 146 с.

**FORMATION OF ATTITUDE TO A HEALTHY LIFE MODE AS A STUDENTS'
PROFESSIONAL VALUE AT HIGHER EDUCATIONAL ESTABLISHMENTS**

Sorokina V.M., Sorokin D.Yu.

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

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