

ФОРМУВАННЯ МОТИВАЦІЙ ДО ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ

Проблема збереження і зміцнення здоров'я молоді завжди була актуальною і пов'язана з фундаментальними цінностями людського буття, суспільства і культури. Формування здорового способу життя і підвищення відповідальності населення за власне здоров'я є одним з цільових орієнтирів державної політики. І сьогодні на всіх рівнях державної політики визнається необхідність раціонального використання ресурсів здоров'я. [4]

Один з головних цільових орієнтирів у підготовці майбутнього фахівця - його саморозвиток на основі вироблення особистісного ставлення до змісту освіти і культури, освоєння норм і способів мислення і діяльності. Сьогодні ми розуміємо, що процес навчання будується не заради чистих знань або навичок, а заради студента, оскільки він і той, якого навчають елементи системи, об'єкт різноманітних маніпуляцій, і перш за все особистість, «для якої характерна не тільки самодіяльність, але і свобода по відношенню до можливого простору діяльності» і свого місця в ньому. Така цільова установка об'єктивно необхідна в розвитку освіти і обумовлена сутністю самої освітньої системи, основна мета якої полягає в саморозвитку особистісної індивідуальності. Від кожного студента вона вимагає самовизначення, а від ВНЗ - створення ситуації для особистісного самовизначення студентів по відношенню до навчального процесу. І сьогодні потрібно реалізувати цю мету, а не декларувати її. З цієї точки зору необхідно відмовитися від організації процесу навчання, побудованого на засвоєнні уривчастих предметних знань, які не пов'язані в єдину систему і не можуть бути використані в сфері професійної діяльності.[1]

За даними анкетного опитування, проведеного серед студентів (в опитуванні взяли участь 280 чоловік), задоволені якістю навчання 12%, задоволені частково - 20,6%, не задоволені - 66,9%. На питання «Що дозволяє сформувати уявлення про майбутню діяльність?» Відповіді

розподілилися наступним чином: навчальні заняття у вузі - 22%; педагогічна практика - 33,0%; досвід роботи батьків - 23,4%; самостійна робота – 21,6%; інформація з інших джерел (перегляд студентів зведена до мінімуму). Однак при аналізі великого блоку анкети, присвяченого виявленню ролі різних дисциплін в підготовці до майбутньої професії, були отримані парадоксальні дані. Вони свідчать, що вмінню самостійно здійснювати планування і організацію професійної діяльності сприяє вивчення предметів природничо-наукового циклу, частково - суспільно-політичного та гуманітарного. У формуванні професійного мислення, вміння застосовувати отримані знання на практиці роль суспільно-політичних дисциплін позитивно оцінили 42,1% студентів, природничо-наукових - 78,2%, гуманітарних - 48,4%, спеціальних - 66,3%. По інших позиціях дані змінюються лише в процентному співвідношенні. Здавалося б, ВНЗ виконує основне своє призначення.

Відомо, що формування мислення, підвищення загальнокультурної ерудиції, оволодіння практичними навичками полеміки - в основному завдання предметів гуманітарного і суспільно-політичному циклів. Формування професійних компетенцій — задача предметів природничо-наукового і спеціального циклів. Але виявляється, що в поданні студентів ці якості не є першорядними для обраної професії. Головне, на думку майбутніх бакалаврів та магістрів - володіння професійною майстерністю. І незважаючи на те, що кожен розуміє його по-своєму, раціональне зерно, на наш погляд, полягає в тому, що професійна майстерність - індивідуальна діяльність, навчити якої не можна тотально, єдиними для всіх способами. А ВНЗ, як відомо, сьогодні тиражує тільки такий тип навчання. [2]

Професійна майстерність - це не тільки знання, вміння і навички, але ще і творчість, і прояв індивідуальності, самобутності. ВНЗ сьогодні не має готових засобів і методик, цільових орієнтирів і установок, щоб дотримуватися їх. А випускнику в своїй життєдіяльності доводиться стикатися з ситуаціями, діяти в яких у ВНЗ його не навчили. Це вимагає від

вищої освіти необхідності навчання студента самостійного накопичення знань, а не тільки їх споживання, творчості, а не функціонування. Такий підхід робить студента активним учасником освітнього процесу. [3]

Творча особистість формується тільки в творчій діяльності. Іншого шляху немає. Таким чином, майбутня професійна діяльність вже сьогодні вимагає від студента самовизначення по відношенню до процесу навчання. І тут можливі два шляхи. Студент може самовизначатися як майбутній фахівець - носій певних виробничих функцій, який готується виконувати завдання в рамках, встановлених службовими приписами. Його характеризують жорсткість установок, прихильність до одного разу засвоєним стереотипам. [2] В такому випадку він - в стані компетентного керівника і оцінюється адміністративним апаратом як хороший працівник. Такого студента цілком може влаштовувати існуючий сьогодні тип навчання. Деякі студенти, як показує дослідження, вибирають другий шлях - шлях професіонала, носія соціокультурних норм і способів здійснення діяльності, здатного виходити за її рамки, щоб аналізувати контекст, в якому вона виконується, бачити за готовими формулами проблеми, формувати особисте ставлення до них на основі ціннісних орієнтацій і пропонувати способи їх вирішення, представляючи проблему як комплекс завдань, що вимагають спільного рішення з фахівцями з інших областей знань. [1]

Високий професіоналізм вимагає багатогранної, різнобічної підготовки з особистою участю в ній. Досягти цього можна за допомогою діяльнісного змісту освіти, яке має на увазі осмислення студентом ситуації і рефлексію своєї діяльності на основі ціннісних орієнтацій. Особистісний саморозвиток кожного студента щодо процесу навчання є механізмом становлення особистості. Воно передбачає використання пізнання, здатного переходити в осмислену і культурно реалізовану практичну дію. [3] У цьому напрямку в становленні і розвитку вищої школи ще дуже велике поле діяльності в сенсі саморозвитку особистості студента. [4]

Концепція модернізації освіти спрямована на підвищення її якості. Критеріями якості освіти в називаються різні узагальнені показники: освіченість, компетентність, зрілість та ін. Всі вони, так чи інакше, стосуються ціннісно-мотиваційної сфери особистості. Мотивація здорового способу життя включена як складова частина в цю сферу і відображає офіційно визнану в освіті функцію зміцнення і збереження здоров'я учнів. У зв'язку з цим формування мотивації здорового способу життя може виступати як один з критеріїв якості освіти.

Мотивація здорового способу життя пов'язана, відіграє провідну роль у формуванні мотивів життєдіяльності людини. Зміни сенсу життя пов'язані зі змінами активності в певних видах діяльності людини і з досягненням ним вершин. Усвідомлення нового сенсу життя, пов'язане з цінністю здоров'я, активізує мотиваційну сферу людини, його цілі і мотиви, які надають нову спрямованість його пізнавальної діяльності та поведінки, спрямованість на здоровий спосіб життя, змінюють лінію життя. [1]

Цінність здоров'я і здорового способу життя повинна увійти в структуру цінностей, що характеризують духовність людини і надають сенс його життєдіяльності. Цілісний підхід до мотивації здорового способу життя людини здійснюється шляхом взаємодії механізмів впливу:

- 1) через змістоутворюючі орієнтації і духовність людини;
- 2) через системно-комплексний підхід до актуалізації мотивів тих видів діяльності, в яких людина виступає як суб'єкт (освітньої діяльності та життєдіяльності в цілому). [2]

Мотивація на здоровий спосіб життя повинна будуватися на особливостях конкретного віку студента та його особистісні особливості. При формуванні мотивації важливою є актуальність проблеми, яка для студента істотно обмежена коротким проміжком часу - і це слід враховувати. Ризик розвитку в зрілому віці інфаркту або інсульту не може мотивувати дитину на самообмеження - вигода від здорового способу життя повинна знаходитися в межах одного-двох, максимум трьох років; все, що йде за

часом далеко вперед, для дитини здається таким далеким, що не представляє ніякої суб'єктивної цінності.[4]

Мотивація здорового способу життя має складну, інтегративну природу і включає в себе мотиви життєдіяльності, пов'язані з природними потребами особистості, мотиви професійно-трудової діяльності, що вимагає збереження працездатності, і мотиви освітньої діяльності. Дослідження проблеми мотивації безперервної освіти виявили провідну роль внутрішньої мотивації в навчанні і психолого-педагогічні умови, які її стимулюють. Необхідно, щоб бажання студентів і цілі навчання збігалися. [3]

Мотивація здорового способу життя є не тільки показником особистісного розвитку, так як відображає потреби особистості в збереженні здоров'я; але і одним з найважливіших критеріїв якості освіти, від якого залежать перспективи розвитку держави і суспільства в цілому.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

- 1) Макарова Л. П., Соловьёв А. В., Сыромятникова Л. И. Актуальные проблемы формирования здоровья школьников // Молодой ученый. 2013. № 12 (59). — С. 494–496.
- 2) Макарова Л. П., Матусевич М. С., Шатровой О. В. Формирование мотивации здорового образа жизни как критерий качества образования // Молодой ученый. — 2014. — №4. — С. 1021-1023.
- 3) Паначев, В. Д. Формирование у студентов мотивации здорового образа жизни: социологический анализ / В. Д. Паначев, А. Н. Леготкин // Известия высших учебных заведений. Поволжский регион. Общественные науки. — 2013. — № 4 (28). — С. 120–131.
- 4) Формування здорового способу життя молоді : навчально- методичний посібник для працівників соціальних служб для сім'ї, дітей та молоді / [Т. В. Бондар, О. Г. Карпенко, Д. М. Дикова-Фаворська та ін.]. — К. : Укр. ін.-т соц. дослідж., 2005. — 116 с.