

ФОРМИРОВАНИЕ ЦЕННОСТНОГО ОТНОШЕНИЯ К ЗДОРОВЬЮ СТУДЕНТОВ

Посохова Е.А.

Институт экономики и финансов МИИТ(127994 г. Москва, Новосушевская ул. 22), e-mail: info@miit-ief.ru

Данная статья посвящена формированию ценностного отношения к здоровью студентов, которое достигается путем интеграции всех форм физкультурно-оздоровительной и спортивной работы в учебном заведении. Автор считает, что формирование ценностного отношения к здоровью студентов происходит только в личностно ориентированном педагогическом процессе и определяется наличием трех основных факторов. В статье дается рекомендации по формированию ценностного отношения к здоровью студентов, которое обуславливается необходимостью исследования по определению места здоровья в иерархии общечеловеческих ценностей, факторов влияющих на формирование ценностного отношения к здоровью и отношения к физической культуре и спорту, обобщение и анализ возрастных особенностей этих отношений, выявлению закономерностей их развития, определению педагогических условий их формирования, а также наиболее эффективных моделей организации педагогического процесса с использованием указанных проектов.

Ключевые слова: здоровый образ жизни, ценностное отношение, ценностно-ориентационная деятельность студентов.

CREATING VALUE RELATIONS TO HEALTH STUDENTS

Posokhova E.A.

Institute of Economics and Finance Engineering (127994 Moscow, Novosushchevskaya Street. 22), e-mail: info@miit-ief.ru

This article focuses on the formation of values related to health of students, which is achieved through the integration of all forms of physical culture and sports activities in school. The author believes that the formation of the valuable relation to the health of students is only a personality -oriented pedagogical process and is determined by three main factors. The article gives recommendations on the formation of values related to health of students , which is due to the necessity of research to determine the place of health in the hierarchy of human values , the factors influencing the formation of values related to health and relationships to physical culture and sports, compilation and analysis of age-related characteristics of these relationships, identify laws of their development, the definition of pedagogical conditions of their formation, as well as the most efficient models of the educational process with the use of these projects.

Keywords: healthy lifestyle, value relation, value-orientation activities of the students.

Целью здорового образа жизни как системы и ее системообразующим фактором является физическое и духовное здоровье человека. Основные компоненты этой системы: подсистема представлений (совокупность теоретических знаний различных аспектов здорового образа жизни, разработка и планирование концепции оздоровительной деятельности); подсистема отношений (осознание здоровья в качестве одной из основных жизненных ценностей, потребность в его сохранении и укреплении, интерес к различным аспектам здоровья, целеполагание); подсистема стратегий и технологий (средства и способы расширения и углубления подсистемы представлений и реализации целей субъективных отношений личности).

В структуре единой системы здорового образа жизни ведущая роль принадлежит подсистеме отношений, выражающей ценностно-мотивационный компонент, определяющей уровни развития других подсистем и эффективность здорового образа жизни в целом [1].

Теоретические основы анализа отношений человека были заложены В.М. Бехтеревым (1904) и А.Ф. Лазурским (1912), впоследствии В.Н. Мясищевым (1960) разработана психологическая концепция отношений личности.

Ценностное отношение – сознательная избирательная связь человека со значимыми для него объектами и явлениями, выражающая активную избирательную позицию личности, определяющую индивидуальный характер деятельности и отдельных поступков. Отношения формируются и развиваются в процессе накопления и интеграции всего жизненного опыта личности. Отношения выступают в роли своего рода «костяка» субъективного мира личности, а эффективность воспитательной деятельности характеризуется именно тем, в какой мере она обеспечивает формирование и развитие ценностных отношений [2].

К наиболее значимым параметрам отношения, предполагающим его качественную и количественную оценку, относятся:

- модальность, отражающая положительный или отрицательный характер активных реакций человека;
- широта, совокупность объектов или сторон деятельности, к которым человек проявляет интерес;
- устойчивость, выражающая стабильность субъективного отношения во времени;
- осознанность, показывающая в какой степени человеком осознается потребность в конкретных объектах и явлениях;
- когерентность, отражающая согласованность параметров и компонентов конкретного отношения.

Важнейшими параметрами являются доминантность, характеризующая место данного отношения в иерархии других отношений, и интенсивность, показывающая, с какой силой и в каких сферах проявляется отношение. В соответствии с основными сторонами психической деятельности выделяют компоненты интенсивности: перцептивно-аффективный, когнитивный, практический, поступочный. Высокая интенсивность отношения к здоровью при наличии хорошей когерентности свидетельствует о том, что отношение приобретает форму установки, т.е. готовности к здоровому образу жизни. Такое отношение и является реальным ценностным отношением к здоровью студентов [3].

Именно формирование ценностного отношения к здоровью студентов является одной из приоритетных задач в современной концепции физической культуры, основанной на принципах гуманистической педагогики и психологии. Согласно концепции основными элементами физической культуры являются культура здоровья, двигательная культура и культура телосложения, а в качестве основных показателей личностной физической культуры выступают: отношение человека к своему здоровью, своему телу как ценности; характер этого отношения; уровень знаний об организме, физическом состоянии, средствах и методах оздоровления, средства, используемые для поддержания здоровья и умения по их

применению, стремление оказать помощь другим людям в деятельности по оздоровлению и физическому совершенствованию [4].

Совершенствование организации физического воспитания должно базироваться на учете индивидуальных морфофункциональных и психологических особенностей человека, на обязательном соответствии содержания физической активности возрастным особенностям и закономерностям преобразования его физического и духовного потенциала, при этом предусматривается определенная свобода выбора форм, средств и методов физкультурных занятий с целью физического совершенствования и укрепления здоровья студентов.

Формирование ценностного отношения к здоровью студентов происходит только в лично ориентированном педагогическом процессе и определяется наличием трех основных факторов:

- ценностно-ориентационным пространством, которое достигается путем интеграции всех форм физкультурно-оздоровительной и спортивной работы в учебном заведении;

- ценностно-ориентационной деятельностью, специфической особенностью которой является предоставление максимально возможной свободы выбора форм, средств и степени участия, индивидуализация педагогического процесса на основе получения и учета информации о состоянии здоровья, уровне физической подготовленности, особенностях отношения к здоровью и к физической культуре и спорту;

- рефлексией, т.е. процессами самопознания субъектом внутренних психических состояний и эмоциональных реакций, осознания действующим субъектом того, как он воспринимается и оценивается другими участниками значимой совместной деятельности.

Таким образом, ценностно-ориентационная деятельность студентов должна включать следующие компоненты:

- когнитивный (формирование научных знаний о человеке, средствах и методах укрепления здоровья, развитие рефлексивных способностей – самоанализа, самопознания, самооценки);

- ценностно-мотивационный, включающий эмоциональную составляющую (оказание помощи в выборе лично-значимой системы ценностей и идеалов, формирование личностных мотивов физкультурно-оздоровительной деятельности);

- деятельностно-практический (развитие способностей, освоение умений и навыков, позволяющих самостоятельно заботиться о сохранении и укреплении как своего здоровья, так и здоровья других людей, умения планировать свою деятельность);

- диагностический (диагностика уровней физической и функциональной подготовленности, оздоровительных умений и навыков, уровня и характера отношения к здоровью).

С позиции возможности реализации факторов формирования ценностного отношения к здоровью студентов среди различных форм организации физического воспитания в учебных заведениях предпочтение следует отдать формам внеклассной физкультурно-оздоровительной или физкультурно-спортивной работы в силу их продолжительности по времени и меньшей регламентированности [5].

Согласуюсь по целям и содержанию с программно-нормативными документами, эти формы внеклассной работы или формы дополнительного образования в совокупности с уроками физической культуры образуют общее ценностно-ориентационное пространство и представляют собой интегративные модели более глубокого освоения государственного стандарта с учетом личностных интересов и потребностей студентов.

Первостепенность задач формирования ценностного отношения к здоровью студентов обуславливает необходимость исследований по определению места здоровья в иерархии общечеловеческих ценностей, факторов влияющих на формирование ценностного отношения к здоровью и отношения к физической культуре и спорту, обобщение и анализ возрастных особенностей этих отношений, выявлению закономерностей их развития, определению педагогических условий их формирования, а также наиболее эффективных моделей организации педагогического процесса с использованием указанных проектов.

Библиографический список

1. Пашин, А.А. Формирование ценностного отношения к здоровью в физическом воспитании школьников: монография / А.А. Пашин. – Пенза: ПГПУ, 2011. – 228 с.
2. Столяров В.И. Спартианский универсализм: аксиология культуры, образа жизни и развития личности (Физическая культура и спорт в системе ценностей спартианской концепции универсализма) // Физическая культура и спорт в свете истории и философии науки: учебное пособие/под ред. А.А. Передельского. – М.: изд-во «Физическая культура». 2011 г. С. 391–429.
3. Столяров В.И. Содержание и структура физкультурно-спортивного воспитания детей и молодежи (теоретический анализ): Монография/ В.И. Столяров, С.А. Фирсин, С.Ю. Баринов. – Саратов: ООО Издательский центр «Наука», 2012. – 268 с.
4. Фирсин С.А. Спартианская программа как элемент комплексной системы физического воспитания в досуговой деятельности детей и молодежи Саратовской области /С.А. Фирсин, А.Н. Горбатов, А.В. Абросимов// Спартианская гуманистическая программа: содержание, опыт реализации и перспективы: Материалы 1–го Спартианского конгресса. – Саратов: «Научная книга», 2012.- С. 23–30.
5. Фирсин С. А. Спартианская программа в досуговой деятельности детей

и молодежи: /С.А. Фирсин// Партнерство социальных институтов воспитания в интересах детства: материалы международной научно-практической конференции 1–2 марта 2013 года. – Прага: Vědecko vydavatelské centrum «SociosféraCZ», 2013 – С. 37–41.