

ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧИХ ЦІННІСНИХ ОРІЄНТАЦІЙ У СТУДЕНТІВ СПЕЦІАЛЬНИХ МЕДИЧНИХ ГРУП ПЕДАГОГІЧНИХ ВНЗ

У статті розглядається проблема низької мотивації студентів спеціальної медичної групи до занять із фізичного виховання. Визначені провідні чинники, що впливають на посилення інтересу до цих занять, проаналізовані провідні форми занять із фізичного виховання, що сприяють формуванню валеологічних ціннісних орієнтацій.

Ключові слова: ціннісні орієнтації, студенти, спеціальна медична група, фізичне виховання.

Постановка проблеми. Незважаючи на те, що в сучасному суспільстві все більше уваги приділяється фізичній культурі та спорту, фізична підготовленість студентської молоді знаходиться на низькому рівні, а стан їхнього здоров'я, за висновками фахівців, погіршується з кожним роком навчання. Це пояснюється не сформованістю ціннісних орієнтацій студентів на здоровий спосіб життя, слабкою руховою активністю і відсутністю потреб у заняттях фізичною культурою. Такий стан речей особливо небезпечний для вищих педагогічних закладів, оскільки в них готуються вчителі, які будуть виховувати майбутні покоління, формувати їхній світогляд, зберігати та покращувати здоров'я учнів в процесі навчання. Останнім часом спостерігається стійка тенденція погіршення здоров'я учасників освітнього процесу на кожному його етапі. Починаючи з дитячого садочка до закінчення загальноосвітніх закладів, кількість дітей що мають відхилення в стані здоров'я збільшується. За даними багатьох досліджень на перший курс вищих педагогічних закладів вступає 30% дітей що належать до спеціальної медичної групи. Саме тому, ми вважаємо за необхідне звернути особливу увагу на посилення інтересу до фізичної культури та формування потреби в заняттях фізичними вправами студентів спеціальної медичної групи. Особливо важливим є набуття цими студентами вмінь та навичок оздоровчих технологій фізичної культури, які вони повинні використовувати в своїй майбутній професійній діяльності для збереження здоров'я своїх вихованців.

Здоров'язберігаюча педагогічна діяльність, орієнтована на рішення задач збереження й зміцнення здоров'я у студентів спеціальних медичних груп забезпечується, на нашу думку, новою якістю організаційно-методичної, фізкультурно-оздоровчої роботи зі студентами, бо, науковці вбачають слабкий інтерес та відсутність потреби у студентів до занять фізичною культурою та спортом [2].

В умовах психоемоційного напруження процесу навчання, впровадження комп'ютерних технологій у повсякденний побут, зниження рухової активності, фізичне виховання, що створює необхідні передумови здорового способу життя, традиційно і обґрунтовано вважається провідним чинником зміцнення здоров'я та підготовки студентської молоді до активного життя та продуктивної професійно-педагогічної діяльності [4]. Фізичне виховання, яке є підсистемою цілісного навчального процесу, зорієнтоване на виконання соціального завдання суспільства з підготовки висококваліфікованого фахівця, здатного до організації здоров'язберігаючої освіти яка базується на паритетному співвідношенні освіченості і здоров'я, і основною задачею якої є збереження і зміцнення здоров'я всіх учасників освітнього процесу [3]. Саме тому проблема формування здоров'язберігаючих ціннісних орієнтацій у студентів спеціальних медичних груп є особливо актуальною.

Аналіз актуальних досліджень. Актуальність проблеми цінностей і ціннісних орієнтацій підтверджується численними науковими дослідженнями вітчизняних й зарубіжних учених В. Абрамова, С. Анісімова, В. Дьоміна, С. Дробницького, О. Івіна, Т. Проховської, К. Рущького, Рокіча та ін.

Категорія цінності належить до великого класу мотиваційних явищ, що організують і керують діяльністю людини, тобто функціональні цінності в трансформованому вигляді є мотивами діяльності та поведінки особистості, способами досягнення кінцевої мети.

На думку багатьох дослідників, ціннісні орієнтації моделюють поведінку людини, виступаючи домінантами будь-якої діяльності. В. Повзун вказує, що "... спрямованість особистості на ті або інші цінності складають ціннісні орієнтації" [6].

Як значущі компоненти структури особистості студента, що формуються у процесі її соціалізації та виражають спрямованість на регулювання діяльності та поведінки, цінності і ціннісні орієнтації розуміються Н. Є. Бондарем, І. В. Дубровіною, Б. С. Кругловим та іншими як потреби, що не суперечать розвитку особистості, а є важливим стимулом, змістоутворювальним фактором гармонії індивідуальності. А це припускає включення всього багатства духовних цінностей, у тому числі фізичної культури, в структуру ціннісних орієнтацій майбутнього спеціаліста, використання широкого комплексу педагогічних засобів в формуванні його особистості. У зв'язку з цим доцільно використовувати поняття "ціннісні орієнтації" як сукупність стосунків особистості в процесі професійного розвитку, взаємодія з самим собою як фахівцем, що прагне до професіоналізму. Вони відіграють змістоутворювальну роль: усвідомлення значущих моментів професійної діяльності як цінності для себе, що творчо надихає особистість, забезпечує її моральну стійкість і психологічну готовність до складних моментів майбутньої діяльності.

В сучасності багато вітчизняних та зарубіжних науковців приділяють важливу роль проблемі здоров'язберігаючих ціннісних орієнтацій в освіті. (Л. Аверіна, О. Бондаренко, В. Бобрицька, В. Горашук, С. Закопайло, Л. Іванова, С. Лапаєнко Г. Сериков та інші).

Мета статті полягає у визначенні ставлення студентів спеціальних медичних груп педагогічних ВНЗ до занять з фізичного виховання, виявленні основних мотивів до ЗСЖ, сприянні процесу формування здоров'язберігаючих ціннісних орієнтацій.

Виклад основного матеріалу. Під цінностями розуміються предмети, явища та їх властивості, необхідні суспільству і особистості в якості засобів задоволення потреб. Вони формуються в процесі засвоєння особистістю соціального досвіду і позначаються на її цілях, переконаннях, ідеалах, інтересах. У них відбиті уявлення студентів про бажане. У формуванні певних цінностей, здатних задовольнити потреби студентів, виявляється єдність фізичного, психічного і соціального розвитку особистості. У сфері фізичної культури цінності за якісним критерієм можуть бути представлені як:

- *матеріальні* (умови занять, якість спортивної екіпіровки, пільги з боку суспільства);
- *фізичні* (здоров'я, статура, рухові вміння і навички, фізичні якості, фізична підготовленість);
- *соціально-психологічні* (відпочинок, розвага, задоволення, працьовитість, навички поведінки в колективі, почуття обов'язку, честі, совісті, благородства, засоби виховання та соціалізацій, традиції);
- *психічні* (емоційні переживання, риси характеру, властивості і якості особистості, творчі задатки);
- *культурні* (пізнання, самоствердження, самоповага, почуття власної гідності, естетичні та моральні якості, спілкування, авторитет).

Інтереси студентів у сфері фізкультурної діяльності тісно пов'язані з їх соціальною активністю, на яку істотний вплив здійснюють такі стійкі елементи психічної структури, якими є ціннісні орієнтації. Вони виступають важливими критеріями вільного вибору виду фізичної культури. Знання викладачами ціннісних орієнтацій студентів дозволяє доцільно і з високою ефективністю застосовувати засоби фізкультурної активності, оцінювати результати діяльності і чітко координувати їх в динаміці. [1].

В залежності від характеру цілей і мотивів студентів педагогічних ВНЗ у фізкультурній діяльності умовно виділяються декілька груп:

1. *Потреби спортивної спрямованості.* Вони відрізняються єдністю характеру спортивних цілей (розряд, титул) і мотивів (прагнення до результату). Ці потреби задовольняють такий вид фізичної культури, як спортивна діяльність і підготовка до неї з усією специфікою цілей, задач, засобів і методів учбово-тренувальних занять і відновлюючих заходів.

2. *Потреби в рекреаційній діяльності.* Пов'язані із зміною діяльності, активним відпочинком із застосуванням фізичних вправ, елементів спортивних ігор і змагань за спрощеними правилами, їх найважливіші мотиви – зміцнення здоров'я, гарний фізичний розвиток, красива статура. Іноді мотивами фізкультурної діяльності цієї групи студентів виявляються бажання суперництва.

3. *Потреби реабілітаційної спрямованості.* Вони властиві особам, у яких виникають проблеми відновлення занижених або втрачених в процесі фізкультурної, побутової, трудової діяльності фізичних, психічних, інтелектуальних здібностей, пов'язані з лікувальним використанням фізичних вправ (ЛФК).

4. *Потреби в освітній спрямованості* у сфері фізичної культури сприяють творчому, свідомому відношенню до задач, засобів і методів фізичного вдосконалення. З метою визначення рухової активності студентів спеціальної медичної групи, було проведено анкетування серед 93 студентів 1-4 курсів. За результатами анкетування ми з'ясували, що кількість студентів, які займаються фізичною культурою 5 разів на тиждень становить 27,76%, 3 рази на тиждень – 37,20%; зовсім не виконують ніяких фізичних вправ – 14,88% студентів. Самостійно займаються фізичними вправами лише – 10,23 % опитаних; це такі форми занять як плавання, біг, фітнес.

76,26% вважають заняття фізичною культурою необхідним для своєї майбутньої діяльності, натомість 22,32% опитаних дотримуються діаметрально протилежної думки. У ході дослідницької роботи нами були проаналізовані мотиваційні аспекти ставлення студентів до занять фізичною культурою, а саме, ми з'ясували, що найбільш вираженими мотивами є такі: зміцнення і збереження здоров'я – 81,84%; розвиток фізичних якостей – 81,84%; інтерес до протилежної статі – 31,62%; збільшення рухової активності – 42,78%; корекція фігури – 71,61%; знаходження друзів – 61,38%; формування красивої постави – 43,71%; самовдосконалення – 14,88%; спілкування – 35,34%; мотив ігри і розваги – 30,69%; наслідування – 11,16%; розвиток мислення – 17,77%; інтелектуальний розвиток – 13,95%; боротьба зі шкідливими звичками – 8,37%;

Виходячи з того, що 71,61% студентів займається фізичними вправами лише на занятті з фізичного виховання, воно і є провідною формою роботи зі створення позитивної мотивації до занять фізичною культурою. Так, 57,66% – респондентів цілком задоволені фізичним вихованням у вузі, 28,83% – інколи задоволені, 10,23% – не зовсім задоволені, 3,72% – в основному не задоволені.

Здобуваючи знання з теорії та методики фізичного виховання, опановуючи валеологічний аспект фізичної культури, студенти формують базові вміння і навички, необхідні для зміцнення не тільки свого здоров'я, але й здоров'я учнів. 10,23% – опитаних вважають, що академічні заняття з фізичної культури доцільно проводити щодня; 66,72% – що чотири рази на тиждень, 21,39% – переконані, що достатньо двох занять на тиждень.

Ми вважаємо, що найбільш ефективним чинником при формуванні здоров'язберігаючих ціннісних орієнтацій є організація оздоровчої роботи в педагогічному вузі, свідоме ставлення до власного здоров'я, формування системи знань з фізичної культури та здорового способу життя, необхідних у процесі життєдіяльності, навчання, професійній діяльності.

В процесі практичних занять з фізичного виховання для студентів спеціальних медичних груп нами розроблені методики, що використовують засоби фізичної культури з лікувально-профілактичною метою та запобігають ускладненню захворювання, забезпеченню позитивної мотивації студентів до оздоровчої діяльності; формуванню засад міцного здоров'я в майбутньому. Розглянуто особливості організації здоров'язберігаючих ціннісних орієнтацій у студентів спеціальної медичної групи педагогічного ВНЗ:

формування розуміння ролі фізичної культури в розвитку особистості і підготовки її до професійної діяльності, мотиваційно-цілісного ставлення до фізичної культури, самовиховання, самовдосконалення. Застосування оздоровчих технологій в освітньому процесі, пропаганда фізичної культури і спорту, стимулювання прагнення бути здоровим і потреби у фізичному самовдосконаленні, дозволить забезпечити повноцінне відновлення, збереження і примноження здоров'я студентів спеціальної медичної групи у процесі становлення особистості. Саме, необхідною передумовою формування здоров'язберігаючих ціннісних орієнтацій є надання студентам можливості виявити свої здібності. Чим більш активними є методи навчання, тим легше зацікавити учасників занять. Для збільшення інтересу студентів до розвитку власної фізичної культури важливе значення має залучення студентів і викладачів до різних програм, семінарів, навчальних курсів, під час яких розглядаються проблеми здоров'я, а також лекційних занять із цього фаху. Однак значного зміцнення здоров'я студентів досягти не можна, якщо не розвивати у них мотивацію до рухової активності. Для цього необхідно, насамперед, подолати формальність занять з фізичної культури та спорту у ВНЗ [2]. Важливо оптимізувати розклад занять, поліпшити побутові умови проживання студентів у гуртожитках, сприяти формуванню у них уявлення про здоровий спосіб життя і вдосконалювати методичне забезпечення навчального процесу з фізичного виховання [5].

Найбільш бажаними для молоді є колективні, цілеспрямовані й емоційно насичені заняття, що спонукають до творчої активності та насичені ігровим змістом [1].

Отже сформульовані здоров'язберігаючі ціннісні орієнтації у студентів різні, що обумовлюють, з одного боку, їх корекцію, а з іншого – диференційований підхід у процесі виконання фізичних вправ.

Висновки. Таким чином, виділені здоров'язберігаючі ціннісні орієнтації студентів спеціальної медичної групи – майбутніх учителів, допомагають визначитись з основними напрямками навчально-виховної роботи в ВНЗ, скоректувати зміст програм з фізичного виховання. Також важливо скерувати студентів на опанування системою загальнотеоретичних, спеціальних і методичних знань із використанням фізичної культури у виховній роботі з подальшим їх використанням за фахом. Здоров'язберігаючі ціннісні орієнтації дозволять забезпечити повноцінне відновлення, збереження і примноження здоров'я студентів спеціальної медичної групи у процесі становлення особистості; пропагувати фізичну культуру і спорт; стимулювати прагнення бути здоровим і потреби у фізичному самовдосконаленні.

Перспективи дослідження Подальші дослідження проблеми ціннісних орієнтацій та ставлення студентів до занять з фізичного виховання в умовах спеціальних медичних груп дадуть змогу збільшити інтерес студентів до занять, розширити коло їх фізкультурних інтересів, стимулювати прагнення бути здоровим і потреби у фізичному самовдосконаленні. Також важливо скерувати студентів на опанування системою загальнотеоретичних, спеціальних і методичних знань із використанням фізичної культури для оздоровчої роботи в майбутній професійній діяльності.

Використані джерела

1. Выдрин В.М. Неспециальное (непрофессиональное) физкультурное образование // Теория и практика физической культуры, 1995. – № 5-6. – С. 15-17.
2. Егорычева Э.В. Ценность здоровья и отношение студентов к занятиям физической культурой и спортом / Э.В. Егорычева, А.О. Егорычев // Теория і практика фізичного виховання. – 2008. – № 1. – С. 601 – 606.
3. Канішевський С.М. Умови, стан і перспективи розвитку фізичного виховання у ВУЗах України / С.М. Канішевський, Р.Т. Раєвський // Теория і практика фізичного виховання. – 2008. – № 1. – С. 139-145.
4. Куртова Г.Ю. Здоровий спосіб життя як пріоритетна цінність виховання сучасних дітей та молоді / Г.Ю. Куртова, Д.М. Іванов // Вісник Чернігівського державного педагогічного університету. – 2008. – Вип. 55. – С. 168-170.
5. Павленко І.О. Формування у студентів мотиваційно-цілісного ставлення до фізичної культури / І.О. Павленко, Л.І. Бережна, О.Р. Сидоренко // Теория і практика фізичного виховання № 1-2 /2010. Том 1. – С. 605-610.
6. Повзун В.Д. Ценностное самоопределение студентов в педагогическом образовании в условиях университета: монография / В. Д. Повзун. // – СПб.: Изд-во РГПУ им. А. И. Герцена, 2003, – 116 с.

Sidorenko O., Pavlenko I., Berezhnaya L.

THE FORMING OF THE HEALTH-SEALED VALUABLE ORIENTATIONS OF THE MEDICAL-GROUP STUDENTS AND PEDAGOGICAL UNIVERSITIES

The article tells us about the problem of a low medical-group students' motivation to the classes of physical education. There are the main factors that make students to be interested in these classes, analyzed the main class forms of the physical training.

Key words: *motivation, valuable orientations, students, special medical group, physical education.*

Стаття надійшла до редакції 02.09.2014 р.