

ПЕДАГОГІЧНІ НАУКИ

УДК 796.

DOI: 10.15587/2313-8416.2017.101823

ФОРМИРОВАНИЕ У СТУДЕНТОВ МОТИВАЦИИ К СБЕРЕЖЕНИЮ ФИЗИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ СРЕДСТВАМИ СОЗДАНИЯ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ ВОСПИТАТЕЛЬНОГО ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕГО ПРОСТРАНСТВА

© И. А. Кобзева, Н. В. Скиндер, Д. Г. Стопник, И. П. Торяник

Формирование мотивации студентов к сохранению физического здоровья имеет важное общественное значение, поскольку воспитание здорового поколения – задача, от решения которой во многом зависит развитие и потенциал государства. Осуществление этой деятельности обеспечивается формированием соответствующей мотивации. Обосновано, что формирование мотивации у студентов требует создания определенных педагогических условий: создание воспитательного здоровьесберегающего пространства

Ключевые слова: физическое здоровье, студенческая молодежь, мотивация сохранения физического здоровья, педагогическое условие, колледж

1. Введение

Несовершенство системы здравоохранения, низкий уровень осознания ценности здоровья как собственного капитала привели к созданию неблагоприятных для ведения здорового образа жизни условий. Сегодня одной из основных стратегических задач национального образования является воспитание молодежи в духе отношения к здоровью как к наивысшей индивидуальной и общественной ценности. Студенты – это будущее страны, от состояния их здоровья в значительной степени зависит будущее государства и это должно быть приоритетом для современной образовательной политики.

В последние годы был принят ряд государственных документов, национальных программ направленных на укрепление здоровья молодежи и формирование здорового образа жизни. Учитывая актуальность проблемы здоровья, Национальную стратегию оздоровительной двигательной активности [1], которая базируется на рекомендациях Всемирной организации здравоохранения, Совета Европы, Европейского Союза и Государственную целевую социальную программу развития физической культуры и спорта на период до 2020 года, важнейшими стратегическими задачами стаут:

- всестороннее развитие человека;
- становление его духовного, психического и физического здоровья;
- формирование ответственного отношения к нему как к наивысшей индивидуальной и общественной ценности.

Эти задачи также нашли отражение в Конституции Украины, Законах Украины «Об образовании», «О физической культуре» [2], Концепции националь-

ной безопасности Украины. Стратегическая цель, которая вытекает из законодательных актов – поиск путей совершенствования процесса сохранения, укрепления и формирования здоровья молодежи в целом и каждой личности в частности.

2. Литературный обзор

Проблема сохранения здоровья студенческой молодежи будет решена при условии формирования соответствующей мотивации. Для того чтобы выявить специфику мотивации сохранения и укрепления здоровья, целесообразно проанализировать, как трактуются понятия мотивация и мотив.

Теория мотивации А. Маслоу, одного из представителей гуманистической психологии, является наиболее известной теорией мотивации, хотя впоследствии подвергалась суровой критике за неоднозначность со строго экспериментальной точки зрения. А. Маслоу выдвинул гипотезу, что потребности каждого человека объединены в пять групп: физиологические, потребности в безопасности, в принадлежности к группе и любви, в самоуважении, потребности в самоактуализации. Они образуют иерархическую структуру [3]. В психологическом словаре мотивация (лат. *movere*) определяется как побуждение к действию; динамический процесс физиологического и психологического плана, управляющий поведением человека, определяющий его организованность, активность и устойчивость; способность человека деятельно удовлетворять свои потребности [4]. Мотив как цель, как предмет удовлетворения потребности рассматривает в своих работах А. Леонтьев [5]. В. Ковалев [6] называет мотивом осознанное побуждение: побудителем мотива является стимул, а

побудителем действия или поступка – внутреннее осознанное побуждение, что и является мотивом. Ряд психологов (Н. Магомед-Еминов, В. Мерлин, К. Платонов) рассматривают мотив как устойчивые свойства личности, но много свойств личности является и потребностями: потребность в самоутверждении, стремление к творчеству, в достижении успехов, поэтому имеет место терминологическая неясность. Г. Пилоян [7] определяет мотив как особое состояние человека, заставляющее его действовать или не действовать. К. Обуховский [8] определяет мотив как формулировка целей и средств. Ряд авторов (Ж. Дандарова, С. Занюк, К. Платонов, А. Реан, В. Шадриков) рассматривают мотивацию как совокупность побуждающих факторов или мотивов. Авторы разделяют мнение Е. Ильина [9], который рассматривает мотивацию как динамический процесс формирования мотива».

Для исследования значительный интерес представляют работы ведущих отечественных и зарубежных ученых, рассматривающих теоретические и практические вопросы формирования у студентов мотивации к сохранению здоровья в рамках образовательного процесса:

– О. Брижатый [10] определяет, что студенческая молодежь свое физическое развитие и способности соотносит с избранной профессией и для становления личности молодого человека необходимы эффективные стимулы, поощряющие к физической деятельности: тренажеры, материальные и моральные стимулы; наставления молодежной моды «быть здоровым»; привлекательность организации физического самовоспитания;

– Э. Вайнер [11] выделяет значительную роль преподавателя, который обязан воспитывать у учащихся стойкую мотивацию к здоровью и здоровому образу жизни. Это условие может реализоваться как через программный учебный материал, так и через внеурочные формы (организация досуговых оздоровительных мероприятий, бесед, родительских университетов здоровья и др.) и через личный пример;

– Г. Воскобойникова [12] считает, что готовность применять современные методики, технологии, в том числе спортивно-оздоровительные и использовать возможности образовательной среды обеспечит качественный учебно-воспитательный процесс и повысит уровень валеологической культуры;

– А. Гасникова [13] – акцентирует внимание, что процесс формирования ценностного отношения к репродуктивному здоровью учащихся, требует систематического, целенаправленного влияния со стороны преподавателей и родителей.

Проблемы воспитания и формирования культуры здоровья и ЗОЖ студенческой молодежи рассмотрены в исследованиях А. Вакуленко [14] утверждает, что здоровый образ жизни является тем основанием, на котором базируется психическое, физическое, социальное и духовное становление молодого поколения; О. Коган [15], Т. Круцевич [16] исследует проблему формирования мотивации подростков, которая находится под воздействием как внешних так и внутренних факторов и др.

В упомянутых исследованиях актуализировано немало вопросов относительно сохранения здоровья

молодежи, однако проблема формирования мотивации к сохранению физического здоровья студентов специально не акцентирована.

3. Цель и задачи исследования

Цель исследования – выявить влияние теоретически обоснованных и экспериментально проверенных педагогических условий на уровень сформированности у студентов мотивации к сохранению физического здоровья.

Для достижения цели были поставлены следующие задачи:

1. Определить особенности мотивации студентов колледжей к сохранению физического здоровья.

2. Теоретически обосновать педагогические условия формирования у студентов колледжа мотивации к сохранению физического здоровья в учебно-воспитательном процессе и проверить эффективность внедрения этих условий.

4. Формирование у студентов колледжа мотивации к сохранению физического здоровья

В психологической литературе широко обсуждается вопрос о двух типах мотивации: внешней и внутренней.

Внешней мотивацией называют детерминацию поведения физиологическими нуждами и стимулирующей окружающей среды (Е. Деси, Г. Харлоу), внутренней мотивацией – обусловленность поведения, которое непосредственно не выводится из нужд организма и воздействий среды.

Чаще всего в реальном процессе мотивации, в том числе сохранения здоровья, имеют место и внешние, и внутренние факторы. Это означает, что при формировании этой мотивации необходимо использовать весь арсенал средств: формирование внешней мотивации (влияние родителей, преподавателей, проведения воспитательных мероприятий и др.) и внутренней (через формирование осознанного отношения к собственному здоровью, понимание его ценности и активизации их собственного желания заботиться о нем). Таким образом, под мотивацией студентов к сохранению физического здоровья понимается система целей, убеждений, потребностей, интересов, мотивов, побуждающих студентов к систематической деятельности, которая направлена на его сохранение (отсутствие вредных привычек, физическая активность, рациональное питание, соблюдение правил гигиены).

Формирование любой мотивации, в том числе и мотивации к сохранению физического здоровья, требует систематической, целенаправленной и специально организованной деятельности со стороны различных социальных институтов: учебных заведений, семьи и прочих. При ее осуществлении необходимо также учитывать психологические и педагогические особенности студентов колледжей, их возрастные и индивидуальные характеристики.

Одним из важных аспектов исследования формирования у студентов колледжей мотивации к сохранению физического здоровья является определение педагогических условий. Подтверждение данного тезиса находим у Б. Ананьева, который подчер-

кивает, что при изучении особенностей формирования личности студента, прежде всего, необходимо учитывать условия, которые влияют на процесс его ценностных ориентиров и мотивации [17].

К сожалению, в научном обороте пока что отсутствует точное определение понятия «педагогические условия». «Философский энциклопедический словарь» трактует термин «условия» как философскую категорию, в которой отражены универсальные отношения вещей и факторов, благодаря которым она возникает. При наличии соответствующих условий качества вещи переходят из возможных в действительные [18].

Специфика педагогических условий заключается и в том, что они сами по себе, без деятельности человеческого индивида, не могут стать продуктивными для воспитания личности. Условия только создают возможности субъекта, предопределяя развитие творческого начала личности. Благодаря наличию соответствующих педагогических условий определенные свойства личности переходят из возможности в действительность, способствуют формированию готовности к деятельности в новой социокультурной ситуации.

Мотивация сохранения физического здоровья формируется в процессе совместной деятельности педагогов и студентов и является двусторонним процессом. Последний предполагает, с одной стороны,

организационно-педагогическое воздействие и взаимодействие педагогов со студентами в учебно-воспитательном процессе, с другой – активную самостоятельную деятельность студентов, направленную на сохранение собственного здоровья.

Теоретический анализ литературы, изучение зарубежного и отечественного опыта по исследуемой проблеме позволили выделить педагогические условия, способствующие формированию мотивации сохранения здоровья студентов в воспитательном процессе колледжа:

1) создание воспитательного здоровьесохраняющего пространства, направленного на формирование у студентов мотивации к сохранению физического здоровья;

2) использование интерактивных методов и форм воспитания и обучения студентов.

Под воспитательным здоровьесохраняющим пространством понимаем образовательное явление коммуникации и взаимодействия субъектов воспитания (студентов, педагогов, родителей) между собой и с окружающими их носителями культуры, в результате чего происходит формирование у студентов колледжей мотивации к сохранению физического здоровья.

С целью внедрения определенных педагогических условий в учебно-воспитательный процесс, была разработана модель (рис. 1) их реализации, которая охватывает все составляющие этого процесса.

Цель: формирование у студентов мотивации к сохранению физического здоровья		
Задачи: 1. Повышение осведомленности студентов в сфере здоровья, основных факторов риска, понимании роли здоровья в обеспечении активной и продолжительной жизни; 2. Формирование у студентов активно-положительного эмоционального отношения и мотивации к сохранению физического здоровья; 3. Овладение методами сохранения физического здоровья; 4. Формирование умений и навыков сохранения физического здоровья		
Педагогические условия формирования у студентов мотивации к сохранению физического здоровья: – создание в колледже воспитательного здоровьесохраняющего пространства – использование интерактивных методов и форм воспитания		
Реализация педагогических условий		
Субъект-субъектное взаимодействие преподавательского состава, родителей и студентов в учебно-воспитательном процессе	Методы: Проблемная беседа, дискуссия, творческие задания, воспитательные ситуации, брейнсторминг	Формы: Аудиторные и внеаудиторные занятия (практические занятия, конференции, тренинги, самостоятельная работа студентов и др.)
Результат: сформированность у студентов мотивации к сохранению физического здоровья		

Рис. 1. Модель реализации педагогических условий формирования у студентов колледжа мотивации к сохранению физического здоровья

Учитывая сущность, содержание и особенности мотивации студентов к сохранению физического здоровья, обоснованы педагогические условия, создание которых в учебно-воспитательном процессе колледжа, будет способствовать ее формированию.

Формирующий этап экспериментальной работы предусматривал введение определенных педагогических условий в учебно-воспитательный процесс колледжей через использование модели их реализации. Педагогические условия реализовывались как во время аудиторной, так и внеаудиторной работы со студентами. На данном этапе осуществлялась работа, непосредственно направленная на формирование у студентов колледжей мотивации к сохранению здоровья путем расширения знаний о нем при дополнении содержания учебных дисциплин соответствующими темами и вопросами («Физическая культура», «Культурология», «Иностранный язык (по профессиональному направлению)», «Психология», «Основы охраны труда», «Экология» и др.); для студентов был организован спортивный центр «Эллада», клуб для студентов и родителей «Сохрани здоровье» и «Школа правильного и здорового питания», Интернет-

центр «Эврика»; со студентами проводился авторский мотивационный тренинг «Мое здоровье»; использовались интерактивные методы и формы воспитания и обучения: проблемные лекции, дискуссии, диспуты, «круглые столы», решение воспитывающих и социальных ситуаций. К сотрудничеству с педагогическим коллективом и родителями в контексте формирования у студентов колледжей мотивации к сохранению физического здоровья были привлечены тренеры, спортсмены, психологи, врачи.

На контрольном этапе эксперимента был проведен анализ результатов внедрения в учебно-воспитательный процесс колледжей определенных авторами педагогических условий.

5. Результаты исследования и их обсуждение

Полученные в экспериментальной группе данные (табл. 1) свидетельствуют, что по сравнению с данными констатирующего эксперимента произошли значительные положительные изменения в количестве студентов с высоким уровнем сформированности мотивации к сохранению физического здоровья по всем критериям.

Таблица 1

Уровни сформированности у студентов ЭГ мотивации к сохранению физического здоровья (сравнительный анализ)

Уровни сформированности	Данные констатирующего этапа		Данные контрольного среза		Прирост	
Уровни сформированности у студентов мотивации к сохранению физического здоровья по мотивационно-ценностному критерию						
	%	Абс. кол-во	%	Абс. кол-во	%	Кол-во
высокий	6,5	26	54,6	217	+48,1	+191
средний	53,9	214	33,2	132	-20,7	-82
низкий	39,6	158	12,2	49	-27,4	-109
Уровни сформированности у студентов мотивации к сохранению физического здоровья по когнитивному критерию						
высокий	6,8	27	58,4	232	+51,6	+205
средний	54,9	219	31,2	124	-23,7	-95
низкий	38,3	152	10,4	42	-27,9	-110
Уровни сформированности студентов мотивации к сохранению физического здоровья по поведенческо-деятельностным критериям						
высокий	7,5	29	51,3	204	+43,8	+175
средний	53,8	214	34,4	137	-19,4	-77
низкий	38,7	155	14,3	57	-24,4	-98

Как видно из приведенных данных, у студентов ЭГ заметны значительные положительные изменения в сформированности мотивации к сохранению физического здоровья по всем критериям.

Так, по окончании экспериментальной работы количество студентов с высоким уровнем мотивации по мотивационно-ценностному критерию составляет 54,6 % (+48,1 %), по когнитивному критерию – 58,4 % (+51,6 %), по поведенческо-деятельностным критериям – 51,3 % (+43,8 %) исследуе-

мых. Соответственно уменьшилось количество студентов, имеющих средний и низкий уровни формирования мотивации к сохранению физического здоровья по всем критериям.

При этом, как видно из приведенных данных, у студентов КГ (табл. 2) отмечаются незначительные положительные изменения в сформированности мотивации к сохранению физического здоровья, что обусловлено характерными недостатками в организации процесса формирования мотивации к сохранению здоровья.

Таблиця 2

Уровни сформированности у студентов КГ мотивации к сохранению физического здоровья (сравнительный анализ)

Уровни сформированности	Данные констатного этапа		Данные контрольного среза		Прирост	
Уровни сформированности у студентов мотивации к сохранению физического здоровья по мотивационно-ценностному критерию						
	%	Абс. кол.	%	Абс. кол.	%	Кол-во
высокий	6,5	26	20,4	80	+13,9	+54
средний	54,1	212	50,1	196	-4,0	-16
низкий	39,4	154	29,5	116	-9,9	-38
Уровни сформированности у студентов мотивации к сохранению физического здоровья по когнитивному критерию						
высокий	6,3	25	22,9	90	+16,6	+65
средний	53,8	211	49,7	195	-4,1	-16
низкий	39,9	156	27,4	107	-12,5	-49
Уровни сформированности у студентов мотивации к сохранению физического здоровья по поведенческо-деятельностным критерием						
высокий	7,2	28	17,7	69	+10,5	+41
средний	53,8	211	51,5	202	-2,3	-9
низкий	39,0	153	30,8	121	-8,2	-32

6. Выводы

1. Мотивация студентов к сохранению физического здоровья является системой целей, убеждений, потребностей, интересов, мотивов, побуждающих студентов к систематической деятельности, которая направлена на сохранение здоровья (отсутствие вредных привычек, физическая активность, рациональное питание, соблюдение правил гигиены, режима труда и отдыха, профилактические медицинские осмотры).

Мотивация студентов колледжа к сохранению физического здоровья имеет определенные особенности, а именно:

- отсутствие природно обусловленной мотивации к сохранению здоровья;
- восприятие своего здоровья как естественной данности;
- наличие «нереалистичного оптимизма» из-за отсутствия опыта тяжелых и длительных заболеваний, ограничений связанных со здоровьем;
- недостаточный объем знаний о физическом здоровье, о влиянии различных факторов на его состояние;
- недостаточное осознание (или не осознание) последствий для здоровья в случаях, когда ведется «нездоровый» образ жизни;
- наличие социального давления со стороны сверстников или определенной референтной группы относительно выбора образа жизни;
- наличие эффекта задержанного обратной связи с взрослыми (преподавателями, родителями).

2. Экспериментально доказано, что определенные педагогические условия (создание воспита-

тельного здоровьесохраняющего пространства и использование интерактивных методов и форм воспитания и обучения студентов) способны обеспечить формирование у студентов колледжей мотивации к сохранению физического здоровья. Так, в экспериментальной группе количество студентов с высоким уровнем мотивации к сохранению физического здоровья по мотивационно-ценностному критерию увеличилось на 48,1 %, по когнитивному критерию увеличилось на 51,6 %, по поведенческо-деятельностным критериям на 43,8 % студентов. В контрольной группе студентов значительных изменений уровня мотивации к сохранению физического здоровья по определенным критериям не выявлено: количество студентов контрольной группы с высоким уровнем мотивации к сохранению физического здоровья по мотивационно-ценностному критерию увеличилось на 13,9 %, по когнитивному – на 16,6 %, по поведенческо-деятельностным – на 10,5 %.

По результатам экспериментального исследования, приведенного выше, можно констатировать, что определенные педагогические условия формирования у студентов мотивации к сохранению физического здоровья и предложенная модель способствует развитию у студентов колледжей мотивации к сохранению физического здоровья.

Проведенное исследование не исчерпывает всего многообразия вопросов, связанных с формированием у студентов мотивации к сохранению физического здоровья. Дальнейшего изучения требуют проблемы совершенствования форм и методов воспитательной работы по привлечению студентов к самостоятельной оздоровительной деятельности.

Литература

1. Національна стратегія з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року «Рухова активність – здоровий спосіб життя – здорова нація» [Електронний ресурс]. – Електронний репозитарій ЛДУФК, 2016. – Режим доступу: <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/5549>

2. Про фізичну культуру і спорт [Електронний ресурс]. – Верховна Рада України, 2009. – № 2562. – Режим доступу: <http://dsmsu.gov.ua/index/ua/material/4255>
3. Маслоу, А. Психология бытия [Текст] / А. Маслоу. – М.: Ваклер, 1997. – 304 с.
4. Леонтьев, А. Н. Деятельность. Сознание. Личность [Текст]: уч. пос. / А. Н. Леонтьев. – М.: Политиздат, 1977. – 304 с.
5. Ковалев, В. И. Мотивы поведения и деятельности [Текст] / В. И. Ковалев; ред. А. А. Бодалев. – М.: Наука, 1988. – 192 с.
6. Пилюян, Р. А. Мотивация спортивной деятельности [Текст] / Р. А. Пилюян. – М.: Физкультура и спорт, 1984. – 104 с.
7. Педагогическая энциклопедия [Текст] / ред. Б. Балышев. – М.: ИСЭ, 1999. – 672 с.
8. Краткий психологический словарь [Текст] / ред. А. В. Петровский, М. Г. Ярошевский. – М.: Политиздат, 1985. – 431 с.
9. Ильин, Е. П. Мотивация и мотивы [Текст] / Е. П. Ильин. – СПб.: Питер, 2002. – 512 с.
10. Брижатый, О. В. Формирование мотивации физкультурно-оздоровительной деятельности личности на разных возрастных этапах ее развития [Текст]: сб. науч. тр. / О. В. Брижатый, Л. И. Прокопова // Педагогика, психология и медико-биологические проблемы физического воспитания и спорта. – 1999. – № 19. – С. 13–18.
11. Вайнер, Э. Н. Государственные и социальные аспекты здоровья и здорового образа жизни. Валеология. Т. 8 [Текст]: уч. / Э. Н. Вайнер. – М.: ФЛИНТА, 2016. – С. 13–16.
12. Воскобойникова, Г. Л. Валеологическое образование, культура, воспитание, перспективы развития [Текст] / Г. Л. Воскобойникова // Родная школа. – 2006. – № 6. – С. 26–27.
13. Гасникова, Е. Н. Организационно-методические условия формирования ценностного отношения к репродуктивному здоровью у подростков общеобразовательной школы [Текст]: автореф. дис. ... канд. пед. наук / О. М. Гасникова; Ин-т проблем воспитания АПН Украины. – К., 2010. – 20 с.
14. Вакуленко, О. В. Здоровый способ жизни как социально-педагогическое условие становления личности в подростковом возрасте [Текст]: автореф. дис. ... канд. пед. наук / О. В. Вакуленко; Нац. пед. ун-т им. М. П. Драгоманова. – К., 2001. – 20 с.
15. Круцевич, Т. Ю. Приоритетные мотивы подростков к занятиям физической культурой и спортом [Текст]: зб. наук. пр. / Т. Ю. Круцевич // Наукові записки Тернопільського національного педагогічного університету імені Володимира Гнатюка. Серія: педагогіка. – 2000. – № 7. – С. 96–103.
16. Оржеховская, В. М. Избавление учащихся от наркотических привычек [Текст] / В. М. Оржеховская. – К.: Научный мир, 1992. – 281 с.
17. Ананьев, В. А. Введение в психологию здоровья [Текст]: уч. пос. / В. А. Ананьев. – СПб.: Балтийская Педагогическая Академия, 1998. – 148 с.
18. Философский энциклопедический словарь [Текст] / ред. Б. М. Прокофьев. – М.: БСЭ, 1997. – 300 с.

*Рекомендовано до публікації д-р пед. наук, професор Федоренко О. І.
Дата надходження рукопису 27.03.2017*

Кобзева Ирина Александровна, кандидат педагогических наук, Цикловая комиссия туризма, отельно-ресторанного дела и социально-гуманитарных дисциплин, Харьковский торгово-экономический колледж Киевского национального торгово-экономического университета, ул. Клочковская, 202, г. Харьков, Украина, 61054

Скиндер Наталья Вадимовна, преподаватель, Цикловая комиссия туризма, отельно-ресторанного дела и социально-гуманитарных дисциплин, Харьковский торгово-экономический колледж Киевского национального торгово-экономического университета, ул. Клочковская, 202, г. Харьков, Украина, 61054
E-mail: key4culture@rambler.ru

Стопник Дарина Геннадьевна, преподаватель, Цикловая комиссия туризма, отельно-ресторанного дела и социально-гуманитарных дисциплин, Харьковский торгово-экономический колледж Киевского национального торгово-экономического университета, ул. Клочковская, 202, г. Харьков, Украина, 61054

Торяник Ирина Петровна, преподаватель, Цикловая комиссия туризма, отельно-ресторанного дела и социально-гуманитарных дисциплин, Харьковский торгово-экономический колледж Киевского национального торгово-экономического университета, ул. Клочковская, 202, г. Харьков, Украина, 61054