



ІСТОРІЯ ПЕДАГОГІКИ ТА ФІЛОСОФІЯ ОСВІТИ

УДК 613.8:005.32+378.147-057.87(045)

*МИКОЛА БАЛУХ, викладач кафедри теорії та методик
фізичної культури та валеології, Хмельницька
гуманітарно-педагогічна академія, Україна
ORCID iD 0000-0001-9628-3671
balukh.mykola@gmail.com*

ФОРМУВАННЯ МОТИВАЦІЇ ДО ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ В УМОВАХ ІННОВАЦІЙНОГО ОСВІТНЬОГО СЕРЕДОВИЩА

*MYKOLA BALUKH, Lecturer, Department of Theory and
Methods of Physical Culture and Valeology of Khmelnytskyi
Humanitarian-Pedagogical Academy, postgraduate student,
Khmelnytskyi Humanitarian-Pedagogical Academy, Ukraine*

FORMATION OF MOTIVATION FOR A HEALTHY LIFESTYLE OF STUDENT YOUTH IN THE CONDITIONS OF INNOVATIVE EDUCATIONAL ENVIRONMENT

У статті здійснюється теоретичний аналіз питань формування мотивації до здорового способу життя студентської молоді в умовах інноваційного освітнього середовища. Поглиблюються теоретичні знання про умови інноваційного освітнього середовища. Висвітлено погляди вітчизняних і зарубіжних учених на низку термінів: здоровий спосіб життя, умови інноваційного освітнього середовища. Охарактеризовано чинники позитивних і негативних умов інноваційного освітнього середовища на формування мотивації до здорового способу життя.

Ключові слова: здоровий спосіб життя, студентська молодь, умови інноваційного освітнього середовища.

Summary. The article provides a theoretical analysis of the formation of motivation for a healthy lifestyle of

student youth in an innovative educational environment. Theoretical knowledge about the conditions of innovative educational environment is deepened. The views of domestic and foreign scientists on a number of terms are covered: a healthy lifestyle, the conditions of an innovative educational environment. The factors of positive and negative conditions of the innovative educational environment for the formation of motivation for a healthy lifestyle are described.

Key words: healthy lifestyle, student youth, conditions of innovative educational environment.

Meta: теоретично обґрунтувати умови формування мотивації до здорового способу життя студентської молоді в умовах інноваційного освітнього середовища.

Постановка проблеми в загальному вигляді. Збереження здоров'я та

повноцінного життя громадян є однією з найважливіших цілей світової спільноти, що відображено в засадах європейської політики "Здоров'я-2020: основи Європейської політики на підтримку дій держави і суспільства в інтересах здоров'я і благополуччя" (Стратегії ..., 2013). Проблема здоров'я осіб молодого віку є однією з пріоритетних напрямів діяльності ВООЗ у XXI столітті та вкрай актуальною й для України (Концепція ..., 2016).

Науковці вважають, погіршення стану здоров'я студентської молоді загальнодержавною проблемою. Вона зумовлена цілою низкою об'єктивних причин, а саме: недосконалістю інфраструктури охорони здоров'я, збільшенням навчального навантаження студентської молоді, відсутністю сформованої мотивації до здорового способу життя в суспільстві, зниження матеріального добробуту значної частини населення, погіршення екологічної ситуації тощо.

Ситуація ускладнюється і тим, що студентська молодь не усвідомлює факту значущості стану здоров'я як необхідної умови життя й переважно нехтує елементарними нормами піклування про нього, що призводить до погіршення стану здоров'я. Отже, саме тому сьогодні вкрай важливо дослідити такі чинники, які мають безпосередній вплив на формування мотивації до здорового способу життя. Одним з найвагоміших вважаємо інноваційне освітнє середовище, тому так важливо дослідити саме характер його впливу на мотивацію студентської молоді.

Аналіз досліджень і публікацій.

Науковцями ведеться активний пошук стратегічних орієнтирів та умов вирішення проблеми формування здорового способу життя студентської молоді, а саме: Г. Арзютов, М. Амосов, І. Брехман, Е. Вайнер, О. Васильєва, О. Гладощук, В. Колбанов, П. Плахтій, А. Полулях, Р. Раєвський, Т. Ротерс, В. Сорокіна, В. Сластьонін, Л. Татарникова, О. Язловецька та багато інших.

Аналіз праць свідчить про відсутність однозначного підходу до проблеми формування мотивації до здорового способу життя студентської молоді. Різні визначення, класифікації стану здоров'я, здорового способу життя в цілому не суперечать одне одному, а навіть взаємодоповнюють, взаємопідсилюють і дозволяють розглядати їх з різних позицій. Так, неоднозначні напрями виховної роботи з формування здорового способу життя розробляли Г. Власюк, О. Дубогай, В. Кузь, С. Свириденко, А. Турчак та інші. Проте до цього часу не проводилося жодних досліджень з формування мотивацій до здорового способу життя студентської молоді в умовах інноваційного освітнього середовища.

Виклад основного матеріалу дослідження. Згідно з рішенням Євробюро Всесвітньої організації охорони здоров'я, членом якого є Україна, і прийнятим у 1998 році документом "Політика досягнення здоров'я для всіх у XXI столітті", усі держави мають здійснювати політику формування здорового способу життя населення, особливо молоді. Ідея створення у молодих людей мотивації до здорово-

го способу життя повною мірою реалізувалась у Національній доктрині розвитку освіти України в XXI столітті, одним з пріоритетів якої є політика формування здоров'я нації через освіту.

В Україні розроблена і функціонує освітянська нормативно-правова база, яка має важливе значення для вирішення означеної проблеми, що репрезентують чинні документи: закони України "Про загальну середню освіту", "Про професійно-технічну освіту", "Про дошкільну освіту", "Про вищу освіту", "Про позашкільну освіту". До національних інтересів держави згідно з Концепцією національної безпеки України, затвердженою Верховною Радою України 16 січня 1997 році, віднесено зміцнення генофонду українського народу, його фізичного і морального здоров'я та інтелектуального потенціалу.

Отже, національною доктриною розвитку освіти в Україні, як і зазначеними вище документами, передбачено створення умов для реалізації оздоровчої функції освіти та розгляду здоров'я як мети, змісту й результату навчання.

У сучасному суспільстві, як зазначає Г. Арзютов, усередині якого маніфестує криза стану здоров'я, особливого значення набуває розвиток у студентів саме оздоровчого типу мислення як цілеспрямованого процесу здобуття систематизованого досвіду у сфері здоров'я, розвитку навичок і здібностей культури оздоровлення та культури здоров'я загалом (*Арзютов, 2007*).

У своїх дослідженнях П. Плахтій наголошує, що здоровий спосіб життя – це спосіб життєдіяльності, спрямований на збереження і зміцнення здоров'я людей. Здоровий спосіб життя забезпечує гармонійний розвиток особистості, високу працездатність і реалізацію генетично запрограмованої тривалості життя (*Медико-біологічні.., 2000*).

Освітній процес, що забезпечує впорядковане формування здорового способу життя спільно з розвитком інших якостей людини, сукупність яких вирішальною мірою і визначає його психічну та фізичну дієздатність, додає індивідуальному розвитку межі

цілеспрямованого процесу, є основним у залученні особистості до здорового способу життя.

На думку М. Амосова та І. Брехмана, взаємозв'язок між способом життя і здоров'ям людини визначається комплексним поняттям: "здоровий спосіб життя". Останній поєднує у собі все, що сприяє виконанню особою професійних, суспільних і побутових функцій у комфортних умовах для існування, та відтворює орієнтованість діяльності особистості в напрямі формування, збереження і зміцнення як індивідуального, так і суспільного здоров'я.

У дослідженнях В. Сорокіна зазначає, що здоровий спосіб життя – це професійна цінність, невід'ємна частина професійної діяльності особистості, спрямована на зміцнення здоров'я, працездатності, підвищення творчої активності і трудового довголіття.

Термін "здоровий спосіб життя" розглядається у співвідношеннях триади "здоров'я", а саме:

- здоровий спосіб життя – культура здоров'я, що є найважливішими педагогічними умовами, які сприяють формуванню здорового способу життя, мотиваційно-ціннісного ставлення до збереження та зміцнення здоров'я;
- суб'єктивний показник – урахування особистісного фактора, який відіграє особливу роль у формуванні культури здорового способу життя;
- організація навчально-виховного процесу шляхом удосконалення змісту освіти за допомогою включення системи валеологічних знань й умінь;
- необхідність зосередження зусиль на формуванні відповідного ставлення з боку суспільства до навчальних закладів різного рівня як таких, що мають на меті разом з іншими завданнями навчити студентів бути здоровими;
- краще розвивати профілактичну роботу серед студентської молоді.

Проблема збереження здоров'я студентів була і залишається актуальною, оскільки все менше з них, які приходять, навчаються і закінчують університети, є здоровими. Через це важливою складовою освітнього процесу у закладах вищої освіти вважає-

мо формування мотивації до збереження і зміцнення здоров'я студента.

Формування позитивного ставлення до власного здоров'я та позитивної мотивації до здорового способу життя - це цілеспрямований процес сприяння молоді в усвідомленні ними здоров'я як найвищої життєвої цінності, переконання у потребі дбати про своє здоров'я шляхом дотримання правил здорового способу життя, включення у процес його індивідуальних можливостей і здібностей.

Формування мотивації студентів до здорового способу життя буде успішним за таких умов: активізації позитивного ставлення до здорового способу життя, розширення знань учнів та набуття ними вмінь і навичок здорового способу життя, застосування сучасних педагогічних та соціально-оздоровчих технологій у процесі формування компетентнісного та особистісно зорієнтованого ставлення до власного здоров'я. Адже студентська компетентність фокусується на розумінні сутності компетентності як складної особистісної матерії, яка дозволяє виконувати професійну та освітню діяльність, що формується і вдосконалюється протягом навчання (Palamar, 2020, s. 310). Тому саме за допомогою мотивування особистість нерідко виправдує свої дії та вчинки, приводить їх у відповідність до своїх особистісних норм. Чим повніше і точніше людина усвідомлює власні мотиви, тим міцніша її влада над власними вчинками.

У формуванні якісно нового рівня самоусвідомлення та мотивації на збереження і зміцнення духовного, соціального, психічного, психологічного, морального та фізичного здоров'я має брати участь не тільки педагог, а й сім'я та суспільство. Педагог, котрий викладає у закладі вищої освіти, повинен виховувати у студентів стійку мотивацію до здоров'я та здорового способу життя, а саме діяльність може реалізуватись не лише через програмний навчальний матеріал, а й позауніверситетські форми роботи.

Висновки та перспективи подальших досліджень. Сьогодні проблеми

здорового способу життя присвячені студії як вітчизняних, так і зарубіжних учених, обопільною думкою яких є повсякчасне збереження здоров'я. Натомість значна частина студентів не навчилася або не має можливості завжди раціонально працювати, харчуватися, дотримуватися добового режиму дня, виявляти в необхідному обсязі рухову активність, загартовуватися, протистояти стресовим чинникам і шкідливим звичкам. Інформація, яка часто має негативний характер, іноді повністю заповнює внутрішній світ молоді людини, і тому дедалі актуальнішою стає потреба звернення мас-медіа до гуманістичних цінностей людського буття. Сучасний рівень їхнього способу життя залежить від багатьох причин. Усі вони, здебільшого, мають соціальний характер і можуть повною мірою використовуватися для формування дієвого рівня здорового способу життя всього контингенту студентської молоді.

Подальші дослідження в галузі здорового способу життя повинні спрямовуватися на розробку практичних заходів корекції усіх його основних компонентів для підвищення їх соціальної дієвості з урахуванням індивідуально-особистісних інтересів студентів.

СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ

Арзютов, Г. (2007). Формування валеологічних знань студентської молоді засобами освіти - змістовний засіб формування здорового способу життя. Наукові праці Кам'янець-Подільського державного університету, 5, 5–11.

Концепція розвитку системи громадського здоров'я. (2016). Взято з <https://www.kmu.gov.ua/npas/249618799>.

Медико-біологічні основи валеології. (2000). Кам'янець-Подільський.

Митина, Е. (2006). Здоров'яесберегающие технологии сегодня и завтра. Начальная школа, 6, 56–59.

Palamar, S., Nezhyva, L., Vaskivska, H. & all. (2020). Health-Saving Competence of Future Primary School Teachers: Indicators of Development.

Advances in Economics, Business and Management Research, vol. 129., III International Scientific Congress Society of Ambient Intelligence 2020 (ISC-SAI 2020), 307-313. DOI 10.2991/aebmr.k.200318.038.

Стратегии и рекомендации по здоровому образу жизни и двигательной активности. (2013). Всемирные организации здравоохранения. Киев.

Цюняк, О. (2019). Філософське осмислення поняття "інноваційна діяльність". Молодий вчений, 5, 175–78.

REFERENCES

Arzjutov, Gh. (2007). Formuvannja valeologichnykh znanj studentskoi molodi zasobamy osvity - zmistovnyj zasib formuvannja zdravovogho sposobu zhyttja. Scientific works Kamyanets-Podilskyi State University, 5, 5–11.

Konceptija rozvytku systemy ghromadsjkogho zdorov'ja (2016). Retrieved from <https://www.kmu.gov.ua/npas/249618799>.

Medyko-biologichni osnovy valeologhiji. (2000). Kam'janecj-Podiljskji.

Mytyna, E. (2006). Zdorov'j'esberegahajushhje tekhnologhyi seghodnja y zavtra. Primary School, 6, 56–59

Palamar, S., Nezhyva, L., Vaskivska, H. & all. (2020). Health-Saving Competence of Future Primary School Teachers: Indicators of Development. Advances in Economics, Business and Management Research, vol. 129., III International Scientific Congress Society of Ambient Intelligence 2020 (ISC-SAI 2020), 307 313. DOI 10.2991/aebmr.k.200318.038.

Strateghyi y rekomendacyi po zdorovomu obrazu zhyzny y dvyghateljnoi aktyvnosti. (2013). The universe. health care organizations. Kiev.

Tsiuniak, O. (2019). Filosofske osmyslennja ponjattja "innovacijna dijalnistj". Philosophical understanding of the concept of "innovative activity". Molodyj vchenyj, 5, 175–178.

Стаття надійшла 24.10.2020 р.