

ОСОБЕННОСТИ МОТИВАЦИИ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ СТУДЕНТОВ

Тихонов П.В. (УО МГПУ им. И.П. Шамякина, г. Мозырь)

Научный руководитель – В.В. Клинов, канд. пед. наук

В последние годы повышается роль высшей школы как социального института, формирующего не только компетентного специалиста, но и полноценную, здоровую личность [1]. Ведь от того, насколько успешно удаётся сформировать и закрепить навыки здорового стиля жизни в молодом возрасте, зависит благополучие человека на всём протяжении его жизнедеятельности.

Современная система образования занимает одно из ведущих мест в осознании каждым человеком потребности в поддержании и укреплении здоровья и формировании здорового образа жизни (ЗОЖ). В настоящее время перед высшей школой должны быть поставлены задачи воспитания и развития соответствующей мотивации ЗОЖ, нацеленной на сохранение и укрепление здоровья коллектива, для организации и направленности личности на здоровый образ жизни, духовное и физическое совершенство и развитие способности внедрять полученные знания в профессиональную деятельность [2], [3].

Говоря о составляющих мотивации ЗОЖ, целесообразно выделить следующие компоненты: оздоровительный, познавательный, профессиональный. Необходимо добавить, что выделение различных компонентов позволяет сосредоточить сочетание двигательных, интеллектуальных, информационных, мировоззренческих и других составляющих мотивации для каждого студента в отдельности, установить связь между потребностью человека в здоровье и усилиями, направленными на его сохранение и укрепление.

В ходе исследования нами было проведено анкетирование студентов третьего курса факультета физической культуры, биологического и инженерно-педагогического факультетов УО МГПУ им. И.П. Шамякина, направленное на определение у них уровня мотивации ЗОЖ. Всего в опросе приняло участие 210 студентов. Полученные результаты приведены на рисунке 1.

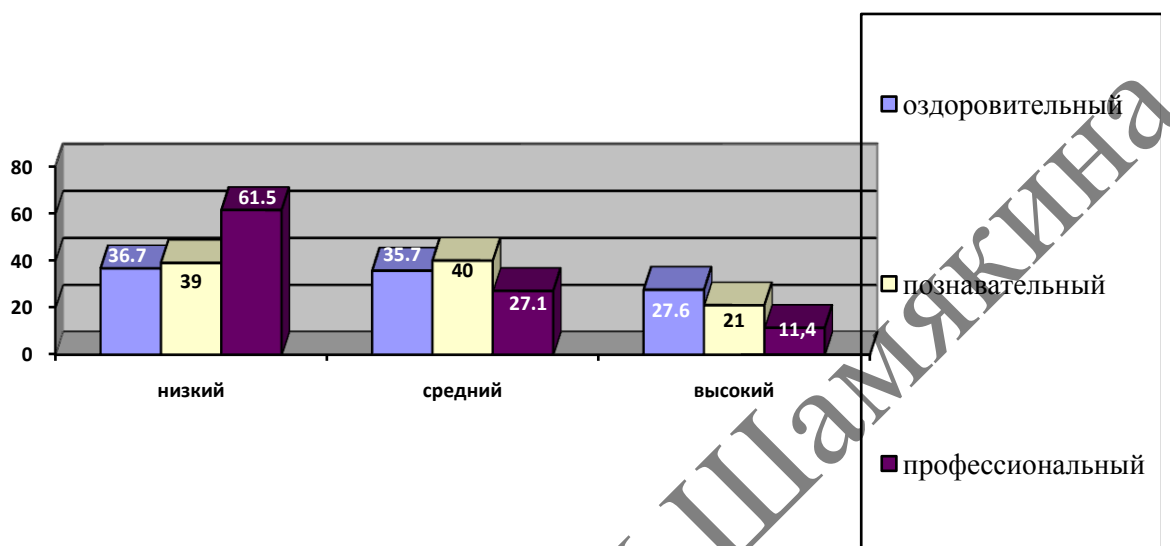


Рисунок – Уровень сформированности компонентов мотивации ЗОЖ студентов (%)

Проведённое анкетирование показало, что уровень сформированности мотивации ЗОЖ у студентов характеризуется не высокими показателями. У значительной части респондентов отсутствует или слабо развита мотивация на ЗОЖ. Изучение уровня сформированности мотивации здорового образа жизни студентов показывает, что без специально организованной педагогической системы в условиях традиционного обучения значительная часть респондентов имеет не достаточный уровень мотивации здорового образа жизни. Фиксация данного положения обуславливает актуальность и необходимость использования возможностей высшей школы при формировании мотивации ЗОЖ.

Литература

1. Жданов, С.И. Педагогические условия формирования у студента вуза субъектной позиции оздоровительной направленности : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.08 / С.И. Жданов ; Урал. гос. ун-т физ. культуры. – Челябинск, 2009. – 23 с.
2. Асеев, В.Г. Мотивация поведения в формировании личности / В.Г. Асеев. – М. : Мысль, 1976. – 160 с.
3. Бахнова, Т.В. Формирование осознанной потребности будущего учителя в здоровом образе жизни в процессе физического воспитания : автореф. дис. ...канд. пед. наук : 13.00.08 / Т.В. Бахнова ; Волгогр. гос. пед. ун-т. – Волгоград, 2005. – 27 с.