

УДК 378.017:613

Парфіненко Т. О.

ФОРМУВАННЯ МОТИВАЦІЙНО-ЦІННІСНОГО СТАВЛЕННЯ СТУДЕНТІВ ДО ЗДОРОВОГО СТИЛЮ ЖИТТЯ

Стаття присвячена проблемам формування мотиваційно-ціннісного ставлення студентів вищих навчальних закладів до здорового стилю життя. Розкрито зміст та сутність поняття “здоровий стиль життя”. У процесі дослідження з’ясовано, що здоровий стиль життя сучасної молоді має формуватися на засадах ціннісного ставлення до власного здоров’я та здоров’я оточуючих, бути орієнтованим на збереження та зміцнення здоров’я, що з часом стане невід’ємною частиною повсякдення.

У роботі представлено результати впливу педагогічної технології на формування мотиваційно-ціннісного ставлення студентів до здорового стилю життя. Впровадження педагогічної технології в навчальний процес передбачало засвоєння студентами експериментальної групи необхідних знань, умінь, напрацювання особистісних якостей, здатності визначати чіткі й адекватні поточні та кінцеві цілі своєї оздоровчої діяльності.

Отримані дані дозволяють стверджувати, що на усіх рівнях (високий, середній, низький) експериментальної групи спостерігається інтенсивна позитивна динаміка у стані сформованості у студентів мотиваційно-ціннісного ставлення до здорового стилю життя.

Робиться висновок про ефективний вплив педагогічної технології на формування усвідомленого та мотивованого ставлення студентів до здоров’я.

Ключові слова: здоровий стиль життя, мотиваційно-ціннісне ставлення, студенти.

Здоров’я завжди було однією з найважливіших цінностей життя кожної людини. В нинішніх умовах усвідомлене збереження здоров’я, орієнтація на здоровий стиль життя стає невід’ємною умовою життєвого успіху людини. Іншими словами, бути здоровим – це актуально, модно та престижно. Сучасні дослідження свідчать, що саме стиль життя, поведінка людини є основною детермінантою здоров’я, вплив якої значно перевищує вплив багатьох інших складових – біології людини, зовнішніх умов, медичних послуг.

Водночас, розвиток цивілізації породжує низку змін у способі життя людини, таких як зниження рухової активності, зростання інтелектуальних і психічних навантажень, нездорове харчування та ін. В комплексі вони сприяють поширенню так званих “хвороб сучасної цивілізації” – серцево-судинних захворювань, ожиріння та ін. Очевидно, що уникнути цих проблем лише у межах медичного підходу, який визначає здоров’я як відсутність хвороби – неможливо.

У таких умовах особлива увага суспільства має бути спрямована на формування усвідомленого, мотивованого ставлення до здоров’я. Перш за все, це стосується студентської молоді, формування її валеологічної культури та ціннісно-усвідомленого ставлення до здоров’я. Зважаючи на вищесказане, дослідження проблем формування мотиваційно-ціннісного

ставлення студентів до здорового стилю життя, а також управління цим процесом, є актуальним науково-практичним завданням.

Огляд наукової літератури засвідчив, що проблема мотиваційно-ціннісного ставлення студентів до здоров'я та здорового стилю життя неодноразово висвітлювалася у публікаціях багатьох науковців. Чимало дослідників, зокрема Н. П. Абаскалова [2], Н. А. Башавець [4], В. М. Ірхін [11], Е. М. Казін [10] та ін, відзначають недостатню проінформованість студентів вузів про здоров'я та здоровий спосіб життя, низьку мотивацію на збереження та зміцнення здоров'я, що виявляється у відсутності потреби у руховій активності (тільки незначна частина студентської молоді займаються фізичною культурою, спортом). У дослідженнях Н.В. Васильєвої [7], М. Я. Віленського [8], С. В. Королінської [14], В. С. Мунтяна [20], В. А. Петькова [24] та ін. Формування мотиваційно-ціннісного ставлення до здоров'я пов'язують з фізкультурно-оздоровчою діяльністю і акцентують увагу на формуванні ціннісного ставлення до фізичної культури. Проблеми способу і стилю життя людини, оцінки його здоров'я викладені в роботах В. К. Бальсевича [3], С. В. Коношенка [13], А. П. Лаптева [15], Ю. П. Лісіцина [16], В. О. Ліщука [17], Л. І. Лубишевої [18], І. В. Манжелей [19] та ін.

Огляд наукової літератури засвідчує, що формуванню мотиваційно-ціннісного ставлення студентів до здоров'я та здорового стилю життя присвячено чимало публікацій, але багато аспектів із зазначеної теми дослідження вивчені неповністю. Так, наприклад, не розроблено спеціальних програм, які були б спрямовані на формування індивідуального здорового стилю життя молоді з урахуванням особистісних підходів; відсутній єдиний підхід до діагностики рівня сформованості мотиваційно-ціннісного ставлення до здорового стилю життя у студентів вищої школи [8]. Недостатня дослідженість зазначених проблем обумовила вибір теми пропонованої публікації.

Мета дослідження – розкрити зміст та сутність поняття “здоровий стиль життя”, визначити основні рівні сформованості мотиваційно-ціннісного ставлення та виявити вплив педагогічної технології на формування мотиваційно-ціннісного ставлення студентів до здорового стилю життя.

Здоров'я людини є важливою запорукою успішної підготовки майбутніх фахівців у системі вищої освіти. Сучасне суспільство вимагає від особистості постійного самовдосконалення, вміння приймати рішення, бути мобільним, мати активну життєву позицію та ін. Водночас це призводить до інтелектуального навантаження, нервово-психічного та психологічного напруження, недотримання режиму і якісного харчування, недостатньої рухової активності, що викликає значні порушення у стані здоров'я та зниження якості навчання [22].

На думку Т. В. Білінської [5], Г. Ю. Козина [12] та ін, однією з причин зазначених протиріч є відсутність у студентів мотивації на здорову поведінку. Це пов'язано з тим, що здоров'я в системі цінностей сучасної

молоді не є серед першочергових пріоритетів, та й сама цінність здоров'я в системі загальнолюдських цінностей є суттєво зневільованою серед інших.

Одним із методів вирішення зазначеної проблеми є формування у студентів мотиваційно-ціннісного ставлення до здоров'я та орієнтація їх на здоровий стиль життя як якісного, особистісного новоутворення [8].

Для розкриття механізму формування мотиваційно-ціннісного ставлення студентів до здорового стилю життя перш за все пропонуємо з'ясувати сутність поняття “здоровий стиль життя” у науковому дискурсі.

Вважається, що поняття “стиль життя” було започатковано у соціології німецьким вченим М. Вебером як критерій соціальної стратифікації. Потім набуло поширення у психології, де активно використовувалося австрійським психологом А. Адлером. В його розумінні стиль – це результат взаємодії індивідуальних особливостей людини і соціального середовища, що обумовлює стратегію і тактику поведінки, які й характеризують індивідуальний стиль життя, спрямований на компенсацію почуття власної неповноцінності [1].

Класичними для проблеми стилю життя стали роботи Г. Олпорта, який ввів поняття мотиваційних і стильових рис особистості. Мотиваційні риси мають направляюче, а стильові – інструментальне значення для організації поведінки, визначають способи і засоби досягнень поставлених цілей. Характерно, що Г. Олпорт розмежував поняття “стиль поведінки як прояв інструментальних рис особистості” і “стиль особистості” як прояв всієї сукупності її рис: мотиваційних та інструментальних” [23].

Нове звучання поняттю “стиль життя” дав французький соціолог П. Бурдьє. Згідно його концепції, “стиль життя” – це цілісний комплекс соціальних практик, які відповідають з однієї сторони об'єктивній позиції індивіда у багатовимірному соціокультурному просторі, а з іншої – її власним суб'єктивним уявленням про свою позицію [6]. Науковець акцентував увагу на практичній складовій стилю життя, який є щільно пов'язаним та безперервно повторюється у повсякденних проявах індивіду.

У цьому випадку до повсякденних практик стиліжиттєвих складових можна віднести організацію дозвілля, праці, політичні та релігійні вподобання, освіти, збереження і зміцнення власного здоров'я. Так, наприклад, практики здоров'я можуть мати різну стилістику – одна людина буде лікуватися у професіонального лікаря, друга звернеться за допомогою до нетрадиційної медицини, третя воліє гомеопатію, четверта буде зміцнювати та зберігати здоров'я за допомогою здорових практик, харчування, фізичної культури та ін. Таким чином, стиль життя у площині здоров'я – це система повторюваних у повсякденній поведінці здорових практик, які визначають становище людини в соціальному просторі.

Аналізуючи різні підходи до визначення стилю життя, можна зробити висновок, що поняття “стиль життя” має двояку детермінацію і є психосоціальною категорією. З одного боку воно обумовлено зовнішніми чинниками, до яких належить виконання будь-якої дії, яка відображається у

повсякденній діяльності. З іншого боку, стиль обумовлений внутрішньою (ціннісно-сисловою) сферою особистості, яка задає спрямованість на досягнення будь-якої мети.

Останнім часом у педагогічній теорії та практиці усе більше уваги приділяється не тільки проблемам формування здорового способу життя, що займає одне з пріоритетних місць, а ще й здоровому стилю життя, яке все частіше стає предметом наукового дискурсу. М. Я. Віленський розмежує поняття “здоровий спосіб життя” та “здоровий стиль життя”. Він інтерпретує їх як “норму” і “варіативність” та “індивідуальність” і “заданість”. Науковець проводить грань між тим, що є розумним і доцільним для однієї людини, то не завжди буде розумним і доцільним для іншої. При цьому ефективність вибору особистого здорового способу життя залежить від індивідуальних типологічних особливостей, індивідуальної системи потреб та наскільки творчо буде адаптований певний спосіб життя до вимог саморозвитку особистості. Здоровий стиль життя М. Я. Віленський визначає як: “...особистісне новоутворення, продукт духовних та фізичних зусиль людини, цілісну систему життєвих проявів особистості, що сприяє гармонізації своєї індивідуальності з умовами життєдіяльності та є засобом самоактуалізації особистості в ній” [8].

В процесі формування здорового стилю життя велике значення має ставлення особистості до власного здоров'я. Один з основоположників теорії психології відносин, В. Н. Мясіщев, охарактеризував ставлення як ядро особистості та їх взаємозв'язок з діяльністю і цінностями людини. Ставлення людини являють, на його думку, свідомий, виборчий, заснований на досвіді психологічний зв'язок з різними сторонами об'єктивної дійсності, що виражається у її діях, реакціях і переживаннях; ставлення утворюються і формуються в процесах діяльності; справжні людські ставлення-цілі – це цінності, ставлення – це сила, потенціал, що визначає ступінь інтересу, ступінь виразності емоцій, ступінь напруги бажання або потреби. Ставлення тому і є рушійною силою особистості [21].

Для того щоб ставлення були реалізовані необхідне спонукання до виконання будь-якої дії, тобто мотивація. Між мотивом і цінностями є зв'язок, цінності мотивують діяльність і поведінку. На думку В. В. Пяткова, одним з основних джерел активності особистості є мотивація, що надає процесу виховання здорового стилю життя діяльну спрямованість і суб'єктивно значиму цінність [25].

Мотиваційно-ціннісне ставлення молоді до здорового стилю життя відображає сформовану потребу в активній руховій діяльності, спрямованій на зміцнення та підтримку здоров'я, формування здорового стилю життя, сприяння нормальному фізичному і психічному розвитку, розвитку тіла і правильної постави, зміцнення центральної нервової системи та ін. При формуванні цих потреб, ціннісних орієнтацій і ставлень необхідно так організувати реальний процес життєдіяльності, щоб ці компоненти перетворювалися на перевірені особистим досвідом реальні мотиви

поведінки, брали участь у побудові життєвих планів особистості, максимально сприяли формуванню мотиваційно-ціннісного ставлення молоді до здорового стилю життя, збереженню та зміцненню здоров'я [9]

З метою виявлення стану сформованості у студентів мотиваційно-ціннісного ставлення до здорового стилю життя було проведене пілотне дослідження. У ньому взяли участь 130 студентів 3-го курсу факультету іноземних мов Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна.

Результати пілотного дослідження показали: 90% студентів вважають, що вони розуміються в питаннях щодо зміцнення, профілактики та збереження здоров'я, 80% студентів значну частину вільного часу проводять за комп'ютером та ведуть малорухливий спосіб життя, 30% студентів перебувають на свіжому повітрі тільки дві години на добу, це час який вони витрачають на дорогу до університету та з університету додому, 54% студентів – палять, 40% – вживають алкоголь понад двох разів на тиждень як хлопці так і дівчата, 74,4% студентів – не дотримуються правил здорового харчування.

Отримані результати дали можливість зробити висновок про необхідність формування у студентів мотиваційно-ціннісного ставлення до здоров'я яке спрямовано на залучення їх до здорового стилю життя.

Робота складалася з трьох етапів: констатувального, формувального, контрольного.

На констатувальному етапі для визначення рівня сформованості у студентів мотиваційно-ціннісного ставлення до здоров'я використовувався опитувальник Р. А. Березовської "Ставлення до здоров'я".

На основі аналізу, систематизації й узагальнення отриманих даних були отримані загальні дані про стан сформованості у студентів мотиваційно-ціннісного ставлення до здорового стилю життя, які наведено у таблиці.

Таблиця 1

Узагальнені констатувальні дані про рівні сформованості мотиваційно-ціннісного ставлення студентів до здорового стилю життя (у %)

<i>Рівень</i>	<i>Е (28 осіб)</i>	<i>К (30 осіб)</i>
високий	8,9%	8,6%
середній	42,7%	43,1%
низький	48,4%	48,3%

Результати діагностування не виявили суттєвих відмінностей у сформованості мотиваційно-ціннісного ставлення до здоров'я між експериментальною (Е) та контрольною (К) групами, що є необхідною вимогою для забезпечення чистоти експерименту. Також отримані дані засвідчили недостатній рівень сформованості у студентів мотивації на здоров'я, що зумовило необхідність організації спеціальної педагогічної

роботи з метою її підвищення.

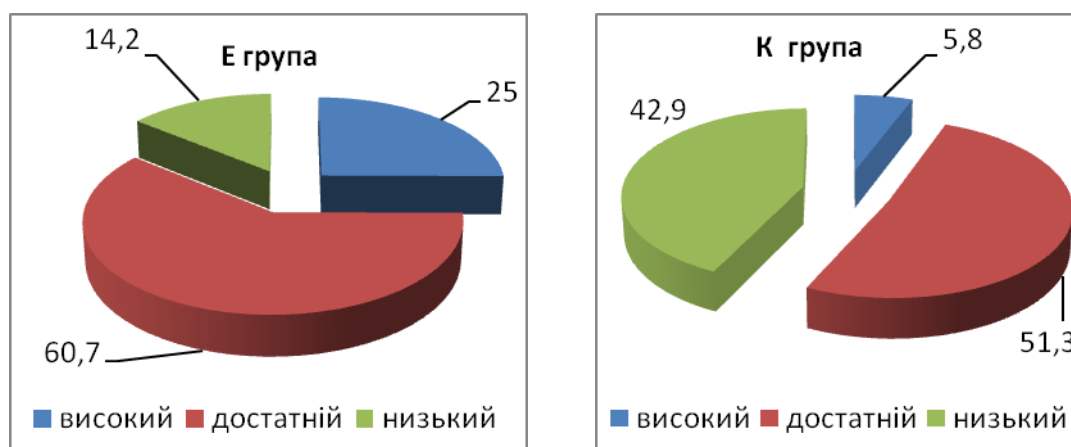
На формувальному етапі експерименту відбувалася реалізація розробленої педагогічної технології, яка передбачала засвоєння студентами експериментальної групи необхідних знань, умінь, напрацювання особистісних якостей, уміння визначати чіткі й адекватні поточні та кінцеві цілі своєї оздоровчої діяльності.

Під час проведення практичних занять з дисципліни “Психофізіологічні основи здоров’я” окрім знань, які передбачені навчальною програмою, студентам давалися знання щодо формування мотивації на здоровий стиль життя, турботи про власне здоров’я, яка повинна стати усвідомленим ціннісним мотивом, формуючим, регулюючим та контролюючим стиль життя молоді.

На контрольному етапі експерименту, з метою перевірки ефективності впровадження технології формування мотиваційно-ціннісного ставлення студентів до здорового стилю життя, було проведено діагностику рівня сформованості у студентів мотиваційно-ціннісного ставлення до здорового стилю життя та співставлення результатів з даними констатувального етапу експерименту; здійснено порівняльний аналіз рівнів сформованості мотиваційно-ціннісного ставлення студентів до здорового стилю життя контрольної й експериментальної груп на початку й наприкінці формувального етапу експерименту.

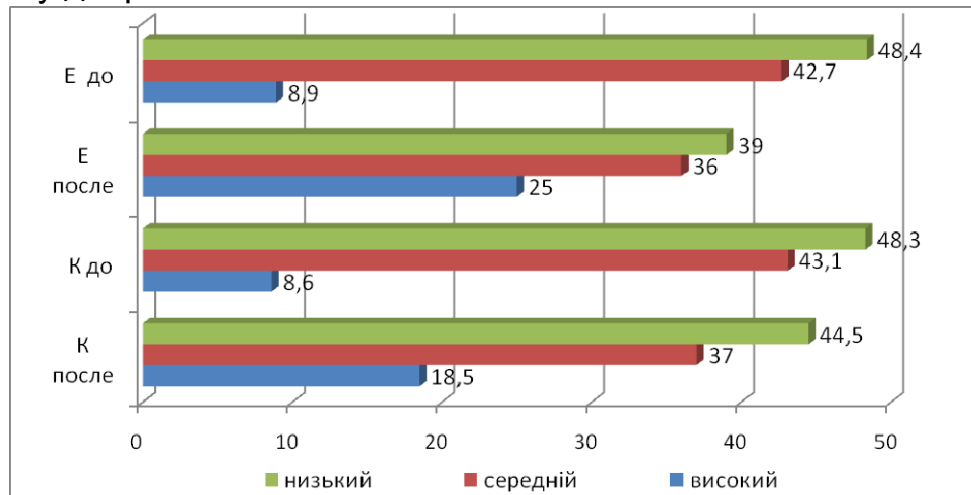
Для визначення рівня сформованості у студентів мотиваційно-ціннісного ставлення до здорового стилю життя також використовувався опитувальник Р. А. Березовської “Ставлення до здоров’я”.

Узагальнюючі результати контрольного етапу відобразили рівень сформованості мотиваційно-ціннісного ставлення студентів до здорового стилю життя, що представлено на діаграмі 1.



Діаграма 1. Узагальнені контрольні дані про рівні сформованості мотиваційно-ціннісного ставлення студентів до здоров’я (у %)

Отримані дані свідчать, що високий рівень сформованості мотиваційно-ціннісного ставлення студентів до здорового стилю життя в експериментальній групі зріс на 19,1%, середній на 12,7% та низький рівень зменшився на 31,8%, а в контрольній групі високий рівень зріс на 2,3%, середній зріс на 0,8%, а низький зменшився на 3,1%. Порівняльні дані наведено у діаграмі 2.



Діаграма 2. Порівняльний аналіз рівнів сформованості мотиваційно-ціннісного ставлення студентів до здоров'я контрольної й експериментальної груп на початку й наприкінці формульовального етапу експерименту (у %)

Висновки. Аналіз наукових публікацій дав можливість зробити висновок, що здоровий стиль життя є похідною здорового способу життя та відноситься до психосоціальної категорії. Здоровий стиль життя – це творчо адаптований спосіб життя до вимог саморозвитку особистості, який виникає на певному рівні суб'єктності та індивідуальності; а потім реалізується у процесі життєдіяльності. Здоровий стиль життя сучасної молоді має формуватися на засадах ціннісного ставлення до власного здоров'я та здоров'я оточуючих, бути орієнтованим на збереження та зміцнення здоров'я, що з часом стане невід'ємною частиною повсякдення.

В процесі формування мотиваційно-ціннісного ставлення студентів до здорового стилю життя були отримані результати, які зазначили, що на усіх рівнях (високий, середній, низький) експериментальної групи спостерігається інтенсивна позитивна динаміка у стані сформованості у студентів мотиваційно-ціннісного ставлення до здорового стилю життя. Узагальнені результати свідчать, що в експериментальній групі високий рівень зріс на 16,1%, а в контрольній зріс – на 9,9%; середній рівень в експериментальній групі зменшився на 6,7%, а в контрольній групі зменшився на 6,1% і низький рівень відповідно у експериментальній групі зменшився на 9,4%, а в контрольній групі зменшився тільки на 3,8%. Таким чином результати дослідження показали, що усвідомлене розуміння студентами цінності здоров'я сприяє підвищенню рівня мотивації на збереження та зміцнення здоров'я.

Використана література:

1. *Adler A.* Superiority and social interest. A collection of fater writings. / A. Adler. – Evanston, 1970. – 434 p.
2. *Абаскалова Н. П.* Теория и практика формирования здорового образа жизни учащихся и студентов в системе “школа-вуз”: автореф. дис. ... д-ра пед. наук: 13.00.01 / Н. П. Абаскалова. – Барнаул, 2000. – 48 с. :
3. *Бальсевич В. К.* Спортивно-ориентированное физическое воспитание: образовательный и социальный аспекты / В. К. Бальсевич, Л. И. Лубышева // Теория и практика физической культуры. – 2003. – № 5. – С. 19-22.
4. *Башавець Н. А.* Формування культури здоров'язбереження як світоглядної орієнтації студентів вищих економічних навчальних закладів [Електронний ресурс] / Н. А. Башавець. – Режим доступу: http://vddb.library.lt/fedora/get/LT-eLABa-0001:J.04~2012~ISSN_1648-8776.N_5_38.PG_17-21/DS.002.2.01.ARTIC.
5. *Белинская Т. В.* Психологические составляющие развития ценностного отношения к здоровью у студентов педагогического вуза: автореф. дис. ... канд. психол. наук: спец. 19.00.07 / Т. В. Белинская. – Калуга, 2005. – 23 с.
6. *Бурдые П.* Структура, габитус, практика / П. Бурдые // Журнал социологии и социальной антропологии. – 1998. – Т. 1. – № 2.
7. *Васильева Н. В.* Формирование мотивационно-ценностного отношения к здоровью у студентов вуза в процессе физического воспитания: автореф. дис. ... канд. пед. наук: спец. 13.00.01 / Н. В. Васильева. – Чебоксары, 2013. – 18 с.
8. *Виленский М. Я.* Методологический анализ общего и особенного в понятиях “здоровый образ жизни” и “здоровый стиль жизни”: вопросы теории / М. Я. Виленский, С. О. Авчинникова // Теория и практика физической культуры. – 2004. – № 11. – С. 2-7.
9. *Воробьева И. М.* Формирование мотивационно-ценностного отношения подростков к здоровому образу жизни средствами физической культуры [Электронный ресурс]: автореф. на соискание науч. степени канд. пед. наук спец. 13.00.01 “Общая педагогика, история педагогики и образования” / И. Н. Воробьева. – Владикавказ, 2014. – 18 с. – Режим доступа: <http://www.dslib.net/obw-pedagogika/formirovanie-motivacionno-cennostnogo-otnoshenija-podrostkov-k-zdorovomu-obrazu.html>.
10. *Здоровьесберегающая деятельность в системе образования: теория и практика: учебное пособие / под научной редакцией Э. М. Казина; ред. коллегия: Н. Э. Касаткина, Е. Л. Руднева, О. Г. Красношлыкова и др. – 2 изд., доп. И перераб. – Кемерово: Изд-во КРИПКиПРО, 2011. – 355 с.*
11. *Ирхин В. Н.* Теория и практика отечественной школы здоровья: монография / В. Н. Ирхин. – Барнаул: изд-во БГПУ, 2002. – 279 с.
12. *Козина Г. Ю.* Здоровье в ценностном мире студентов. Социологические наследия. – 2007. – № 9. – С. 37-42.
13. *Коношенко С. В.* Формування здорового способу життя у підлітків / С. В. Коношенко // Педагогіка, психологія та мед.-біол. Пробл. Фіз. Виховання і спорту. – 2007. – № 5. – С. 67-69.
14. *Королінська С. В., Сіренко П. О.* Вивчення мотиваційно-ціннісного ставлення до фізичної культури серед студентів [Електронний ресурс] / С. В. Королінська. – Режим доступу: <http://www.sportpedagogy.org.ua/html/journal/2008-07/08ksvpts.pdf>.
15. *Лаптев А. П.* Закаливаетесь на здоровье / А. П. Лаптев – М.: Медицина, 1991. – 160 с.
16. *Лисицин Ю. П.* Общественное здоровье и здравоохранение: Учебник. – М.: ГОТАР-МЕД, 2002. – 520 с.
17. *Лищук В. А.* Технология повышения личного здоровья: монография / В. А. Лищук, Е. В. Мосткова; под ред. В. Покровского. – М.: Медицина, 1999. – 320 с.
18. *Лубышева И. И.* Ценностные ориентации и стиль жизни юных спортсменов в аспекте социологического анализа [Электронный ресурс] / И. И. Лубышева. – Режим доступа: <http://teoriya.ru/ru/node/1250>.
19. *Манжелей И. В., Потапов В. Н.* Субъекты и среда физического воспитания и спорта: монография. – Москва: АНО НИЦ “Теория и практика физической культуры и спорта”, 2010. – 192 с.

20. Мунтян В. С. Мотиваційно-ціннісне ставлення студентів до здорового способу життя і фізичного виховання. [Електронний ресурс] / В. С. Мунтян. – Режим доступу : http://dspace.nlu.edu.ua/bitstream/123456789/3756/1/Muntian_108_113.pdf
21. Мясущев В. Н. Психологические отношения: избранные психологические труды / под ред. А. А. Бодалева. – М; Воронеж, 1995. – 356 с.
22. Нефедовская Л. В. Состояние и проблемы здоровья студенческой молодежи / Л. В. Нефедовская ; под ред. проф. В. Ю. Альбицкого. – М. : Литтерра, 2007. – 197 с.
23. Олпорт Г. Становление: основные положения психологии личности [Электронный ресурс] / Г. Олпорт ; пер. с англ. Л. Трубицыной и Д. Леонтьева. – М. : Смысл, 2002. – 216 с. – Режим доступа : <http://psylib.ukrweb.net/books/olpor01/index.htm>.
24. Петьков В. А. Теоретические основы и прикладные аспекты формирования физической культуры личности в системе непрерывного образования : дис. ... доктора пед. наук: 13.00.04 / Валерий Анатольевич Петьков. – Армавир, 1999. – 414 с. – Режим доступа : <http://irbis.amursu.ru/DigitalLibrary/EBD/13.00.00/030123022.pdf>.
25. Пятков В. В. Формирование мотивационно-ценностного отношения студентов к физической культуре [Электронный ресурс] : автореф. дис. ... канд. пед. наук: спец. 13.00.04 “Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры” / В. В. Пятков. – Сургут, 1999. – 184 с. – Режим доступа : <http://www.dslib.net/fiz-vozpitanie/formirovanie-motivacionno-cennostnogo-otnosheniya-studentov-k-fizicheskoy-kulture.html>.

References:

1. Adler A. Superiority and social interest. A collection of fater writings. – Evanston, 1970. – 434 p.
2. Abaskalova N. P. Teorija i praktika formirovanija zdravogo obraza zhizni uchashhihsja i studentov v sisteme “shkola-vuz” : avtoref. Dis. ... d-ra ped. nauk : 13.00.01 / N. P. Abaskalova. – Barnaul, 2000. – 48 s.
3. Bal'sevich V. K. Sportivno-orientirovanoe fizicheskoe vospitanie: obrazovatel'nyj i social'nyj aspekty / V. K. Bal'sevich, L. I. Lubyshva // Teorija i praktika fizicheskoy kul'tury. – 2003. – № 5. – S. 19-22.
4. Bashavets' N. A. Formuvannya kul'tury zdorov'jazberezhennya yak svitohlyadnoyi oriyentatsiyi studentiv vyshchyykh ekonomichnykh navchal'nykh zakladiv [Elektronnyy resurs] / N. A. Bashavets'. – Rezhym dostupu : http://vddb.library.lt/fedora/get/LT-eLABa-0001:J.04~2012~ISSN_1648-8776.N_5_38.PG_17-21/DS.002.2.01.ARTIC.
5. Belinskaja T. V. Psihologicheskie sostavljajushhie razvitija cennostnogo otnosheniya k zdorov'ju u studentov pedagogicheskogo vuza : avtoref. dis. ... kand. Psihol. Nauk: spec. 19.00.07 / T. V. Belinskaja. – Kaluga, 2005. – 23 s.
6. Burd'e P. Struktura, gabitus, praktika / P. Burd'e // Zhurnal sociologii i social'noj antropologii. – 1998. – T. 1. – № 2.
7. Vasil'eva N. V. Formirovanie motivacionno-cennostnogo otnosheniya k zdorov'ju u studentov vuza v processe fizicheskogo vospitanija : avtoref. dis. ... kand. Ped. nauk: spec.13.00.01 / N. V. Vasil'eva. – Cheboksary, 2013. – 18 s.
8. Vilenskij M. Ja. Metodologicheskij analiz obshhego i osobennogo v ponjatijah “zdorovyj obraz zhizni” i “zdorovyj stil' zhizni”: voprosy teorii / M. Ja. Vilenskij, S. O. Avchinnikova // Teorija i praktika fizicheskoy kul'tury. – 2004. – № 11 – S. 2-7.
9. Vorob'eva I. M. Formirovanie motivacionno-cennostnogo otnosheniya podrostkov k zdorovomu obrazu zhizni sredstvami fizicheskoy kul'tury [Jelektronnyj resurs] : avtoref. ... kand. Ped. nauk spec. 13.00.01 “Obshhaja pedagogika, istorija pedagogiki i obrazovanija” / I. N. Vorob'eva. – Vladikavkaz, 2014. – 18 s. – Rezhim dostupa : <http://www.dslib.net/obw-pedagogika/formirovanie-motivacionno-cennostnogo-otnosheniya-podrostkov-k-zdorovomu-obrazu.html>.
10. Zdorov'esberegajushhaja dejatel'nost' v sisteme obrazovanija: teorija i praktika: uchebnoe posobie / pod nauchnoj redakciej Je. M. Kazina ; red. Kollegija: N. Je. Kasatkina, E. L. Rudneva, O. G. Krasnoslykova i dr. – 2 izd., dop. I pererab. – Kemerovo : Izd-vo KRIPKiPRO, 2011. – 355 s.
11. Irhin V. N. Teorija i praktika otechestvennoj shkoly zdorov'ja : monografija / V. N. Irhin. – Barnaul : izd-vo BGPU, 2002. – 279 s.
12. Kozina G. Ju. Zdorov'e v cennostnom mire studentov. Sociologicheskie nasledija. – 2007. – № 9. – S. 37-42.

13. *Konoshenko S. V.* Formuvannja zdorovogo sposobu zhittja u pidlitkiv / S. V. Konoshenko // *Pedagogika, psihologija ta med.-biol. Probl. Fiz. Vihovannja i sportu.* – 2007. – № 5. – S. 67-69.
14. *Korolins'ka S. V., Sirenko P. O.* Vyvchennja motyvatsiyno-tsinnisnoho stavlennja do fizychnoy kul'tury sereд studentiv [Elektronnyy resurs] / S. V. Korolins'ka. – Rezhym dostupu : <http://www.sportpedagogy.org.ua/html/journal/2008-07/08ksvpts.pdf>.
15. *Laptev A. P.* Zakalivajtes' na zdorov'e / A. P. Laptev. – M. : Medicina, 1991. – 160 s.
16. *Lisicin Ju. P.* Obshestvennoe zdorov'e i zdravohranenie : uchebnik. – M. : GOOTAR-MED, 2002. – 520 s.
17. *Lishhuk V. A.* Tehnologija povyshenija lichnogo zdorov'ja : monografija / V. A. Lishhuk, E. V. Mostkova ; pod red. V. Pokrovskogo. – M. : Medicina, 1999. – 320 s.
18. *Lubysheva I. I.* Cennostnye orientacii i stil' zhizni junyh sportsmenov v aspekte sociologicheskogo analiza. [Elektronnyy resurs] / I. I. Lubysheva. – Rezhim dostupa : <http://teoriya.ru/ru/node/1250>.
19. *Manzhelej I. V., Potapov V. N.* Sub#ekty i sreda fizicheskogo vospitaniya i sporta. Monografija. / I. V. Manzhelej, V. N. Potapov. – Moskva : ANO NIC "Teorija i praktika fizicheskoy kul'tury i sporta", 2010. – 192 s.
20. *Muntyan V. S.* Motyvatsiyno-tsinnisne stavlennja studentiv do zdorovoho sposobu zhyttja i fizychnoho vykhovannja [Elektronnyy resurs] / V. S. Muntyan. – Rezhym dostupu : http://dspace.nlu.edu.ua/bitstream/123456789/3756/1/Muntian_108_113.pdf
21. *Mjasishhev V. N.* Psihologicheskie otnoshenija: izbrannye psihologicheskie trudy / pod red. A. A. Bodaleva. – M.; Voronezh, 1995. – 356 s.
22. *Nefedovskaja L. V.* Sostojanie i problemy zdorov'ja studencheskoj molodezhi / L. V. Nefedovskaja ; pod red. Prof. V. Ju. Al'bickogo. – M. : Litterra, 2007. – 197 s.
23. *Olport G.* Stanovlenie: osnovnye polozhenija psihologii lichnosti [Elektronnyy resurs] / G. Olport; per. S angl. L. Trubicynoj i D. Leont'eva. – M. : Smysl, 2002. – 216 s. – Rezhim dostupa : <http://psylib.ukrweb.net/books/olpor01/index.htm>.
24. *Pet'kov V. A.* Teoreticheskie osnovy i prikladnye aspekty formirovaniya fizicheskoy kul'tury lichnosti v sisteme nepreryvnogo obrazovaniya : dis. ... doktora ped. nauk : 13.00.04 / Valerij Anatol'evich Pet'kov. – Armavir, 1999. – 414 s. – Rezhim dostupa : <http://irbis.amursu.ru/DigitalLibrary/EBD/13.00.00/030123022.pdf>.
25. *Pjatkov V. V.* Formirovanie motivacionno-cennostnogo otnoshenija studentov k fizicheskoy kul'ture [Elektronnyy resurs] : avtoref. dis. Kand. Ped. nauk: spec. 13.00.04 "Teorija i metodika fizicheskogo vospitaniya, sportivnoj trenirovki, ozdorovitel'noj i adaptivnoj fizicheskoy kul'tury" / V. V. Pjatkov. – Surgut, 1999. – 184 s. – Rezhim dostupa : <http://www.dslib.net/fiz-vospitanie/formirovanie-motivacionno-cennostnogo-otnoshenija-studentov-k-fizicheskoy-kulture.html>.

ПАРФИНЕНКО Т. А. Формирование мотивационно-ценностного отношения студентов к здоровому стилю жизни.

Статья посвящена проблемам формирования мотивационно-ценностного отношения студентов высших учебных заведений к здоровому стилю жизни. Раскрыто содержание и сущность понятия "здоровый стиль жизни". В процессе исследования установлено, что здоровый стиль жизни современной молодежи должен формироваться на основе ценностного отношения к собственному здоровью и здоровью окружающих, быть ориентированным на сохранение и укрепление здоровья, который со временем станет неотъемлемой частью повседневной жизни.

В работе представлены результаты влияния педагогической технологии на формирование мотивационно-ценностного отношения студентов к здоровому стилю жизни. Внедрение педагогической технологии в учебный процесс предусматривало усвоение студентами экспериментальной группы необходимых знаний, умений, выработку личностных качеств, способности определять четкие и адекватные текущие и конечные цели своей оздоровительной деятельности.

Полученные данные позволяют утверждать, что на всех уровнях (высокий, средний, низкий) экспериментальной группы наблюдается интенсивная положительная динамика в состоянии сформированности у студентов мотивационно-ценностного отношения к здоровому стилю жизни.

Делается вывод об эффективном воздействии педагогической технологии на формирование осознанного и мотивированного отношения студентов к здоровью.

Ключевые слова: здоровый стиль жизни, мотивационно-ценностное отношение, студенты.

PARFINENKO T. O. Formation of motivational and value attitude of students to a healthy lifestyle.

The article is devoted to the problems of formation of motivational and value attitude among students in institutes of higher learning to a healthy lifestyle. The content and essence of the concept "healthy lifestyle" have been uncovered. In his research the author has determined that healthy lifestyle must be formed in terms of value attitude to own health and health of others and must be oriented to health protection and health promotion being an integral part of everyday life.

The results of impact of educational technology on the formation of motivational and value attitude of students to a healthy lifestyle have been performed. The use of educational technology in teaching and learning process assumed the mastering of necessary knowledge and skills among the experimental group of students, the development of personal qualities, the capacity to define distinct, current, adequate and ultimate goals of its recreational activities.

The data obtained from the experimental group at all levels (high, medium, low) confirm the intensive positive dynamics of motivational and value attitude among students to a healthy lifestyle.

The author concludes about the impact of educational technology on the formation of responsible and motivational attitude of students to the health.

Keywords: healthy lifestyle, motivational and value attitude, students.

УДК 37.018:130.2:37.018.8:37.091.212

Піддячий В. М.

ОБҐРУНТУВАННЯ ФОРМ КУЛЬТУРОЛОГІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ ПЕДАГОГІВ

У статті проаналізовано зовнішню сторону організації навчального процесу, який забезпечує культурологічну підготовку майбутніх педагогів та відображає характер взаємозв'язку її учасників. Визначено поняття "форма". Проаналізовано зовнішнє вираження узгодженої діяльності педагога та суб'єктів учіння, що здійснюється у встановленому порядку та певному режимі. Розкрито значення поняття "форма" в контексті організації та здійснення культурологічної підготовки майбутніх педагогів. Розглянуто у історичному контексті формування та розвиток форм навчальної діяльності. Досліджено форми культурологічної підготовки майбутніх педагогів (парну, групову, колективну, індивідуально-відособлену, аудиторну, позааудиторну, факультативну та ін.). Встановлено, що формування культурної особистості майбутнього педагога відбувається у процесі теоретичної і практичної підготовки. Визначено умови ефективного здійснення культурологічної підготовки майбутнього педагога. Вказано на перспективні напрямки подальших досліджень.

Ключові слова: форма, культурологічна підготовка, майбутній педагог, форма навчальної діяльності суб'єктів учіння, форма організації навчальної роботи.