

ФОРМИРОВАНИЕ ЦЕННОСТЕЙ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ КАК УСЛОВИЕ САМОРЕАЛИЗАЦИИ БУДУЩИХ УЧИТЕЛЕЙ

Милинис О.А.

Кузбасская государственная педагогическая академия¹

Аннотация. Акцентируется внимание на актуальной проблеме современного образования и обновленного общества - поиске путей формирования ценностей здорового образа жизни, как условия самореализации будущих учителей, направленного на преобразование себя, выбор себя лучшего, формирование позитивной Я – концепции. Формирование мотивационного отношения к занятиям физической культурой в педагогической академии направлено на приобретение студентами здоровья как ценностной ориентации. Ценности здорового образа жизни студентов выступают одними из приоритетных условий самореализации будущих учителей.

Ключевые слова: ценности, здоровье, здоровый образ жизни, самореализация, физическое воспитание.

Анотація. Мілініс О.А. Формування цінностей здорового способу життя як умови самореалізації майбутніх учителів. Акцентується увага на актуальній проблемі сучасної освіти й обновленого суспільства - пошуку шляхів формування цінностей здорового способу життя, як умови самореалізації майбутніх учителів, спрямованого на перетворення себе, вибір себе кращого, формування позитивної Я - концепції. Формування мотиваційного відношення до занять фізичною культурою в педагогічній академії спрямовано на придбання студентами здоров'я як ціннісної орієнтації. Цінності здорового способу життя студентів виступають одними із пріоритетних умов самореалізації майбутніх учителів.

Ключові слова: цінності, здоров'я, здоровий спосіб життя, самореалізація, фізичне виховання.

Annotation. Milinis O.A. Formation of healthy way of life values as a requirement of self-realization of the future teachers. The attention is focused on an actual problem of modern formation and the updated society - search of ways of formation of values of a healthy way of life, as conditions of self-realisation of the future teachers, directed on transformation, a choice of of the best, formation positive I – concepts. Formation of motivational relation to exercises by physical training in pedagogical academy is directed on acquisition by students of health as valuable orientation. A healthy way of life values of students appear one of priority requirements of self-realization of the future teachers.

Keywords: values, the health, healthy way of life, self-realisation, physical training.

Введение.

Экономическая нестабильность, социальная дезориентированность населения, озабоченность большинства семей проблемами материального, а часто и физического выживания негативно сказываются на формировании ценностей здорового образа жизни молодежи. Многие родители самоустраились от проблем нравственного, личностного и физического развития детей, что способствовало увеличению количества негативных явлений в подростковой среде, снижению здоровья и затруднению самореализации молодежи [2, 6].

Здоровье молодого поколения - это показатель физического и нравственного состояния общества. Сохранение и улучшение здоровья обучающихся является одной из основных задач модернизации российского образования. Э.М. Казин выявил, что в настоящее время на фоне неблагоприятной демографической и экологической ситуации, растет число детей, страдающих заболеваниями нервной системы, органов чувств, опорно-двигательного аппарата, желудочно-кишечного тракта, простудными инфекциями и др. По его мнению, здоровье детей не может рассматриваться без учета адаптации организма к окружающей среде [3]. Н.Н. Авдеева и Р.Б. Стеркина считают, что одним из частных проявлений неблагоприятной самореализации обучающихся является нарушение физического и психического здоровья, поэтому, такие дети нуждаются в особом эмоционально – психологическом сопровождении [7].

Студенческий возраст – это центральный период становления личности в целом, который характеризуется наивысшей социальной активностью и достаточно гармоничным сочетанием интеллектуальной и социальной зрелости, это пора сложнейшего структурирования интеллекта, которая очень индивидуальна и вариативна [8]. Самореализация каждого студента педагогического вуза с приоритетом ценностей здоровья представляет собой сложный интегративный процесс, связанный с личностно-профессиональным становлением молодых людей, и является целенаправленным самосовершенствованием, которое осуществляется как восхождение к такому уровню сформированности духовно-нравственных, социальных, профессионально-деятельностных качеств, которые обеспечат более высокие возможности самореализации как в собственных интересах, так и в

¹ © Милинис О.А., 2009

интересах общества [5]. Это требует от педагогов высшей школы необходимости создания комфортных условий при обучении в вузах, реализации современных здоровьесберегающих технологий, способствующих глубокому осмыслению студентами своих потенциальных возможностей для успешной самореализации в обновленном обществе.

Работа выполнена по плану НИР Кузбасской государственной педагогической академии.

Цель, задачи работы, материал и методы.

Проблема формирования ценностей здорового образа жизни студента педагогического вуза включает вопросы, связанные с адаптацией молодых людей к условиям высшего учебного заведения на основе свободного самоощущения и сознательного самоограничения для ведения здорового образа жизни, с перестройкой иерархии системы ценностей, с приобретением к будущей профессии и «взращиванием» себя как будущего профессионала и др. В обновленном обществе особенно актуально формирование ценностей здорового образа жизни как условия самореализации будущих учителей [8].

Результаты исследований.

Несмотря на значительное количество работ, посвященных вопросам формирования ценностей здорового образа жизни обучающихся (В.Г. Бочарова, Б.З. Вульфоз И.В. Дубровина, Е.Л. Ефимова, В.А. Кабачков А.В. Кадетов, Н.Л. Пономарев, Г.А. Селиванов, В.А. Троек и др.), психолого-педагогические аспекты самореализации будущих учителей изучены недостаточно [6]. М.Н. Жуков В.А. Куренцов В.К. Петров выявили, что необходимость использования средств и методов физического воспитания в работе с молодежью обусловлена тем, что в структуре их интересов и потребностей здоровый образ жизни не занимает одно из ведущих мест и более 60% обучающихся не отдают этому предпочтения, не обращают внимания на важность сохранения здоровья с юношеских лет [3]. Изучение психолого-педагогической литературы позволило также выявить, что ценности здорового образа жизни и активная самоорганизация не являются характерными для большинства студентов высших учебных заведений. Вследствие этого наиболее важной задачей в сфере высшего педагогического образования сегодня является развитие у будущих учителей гуманистической установки на студента как на субъект педагогического процесса, обращенности к его естественному стремлению к самосовершенствованию, создание таких педагогических условий, при которых наиболее успешно происходит его личностная самореализация с приоритетом здорового образа жизни. В свете идеи обновления высшего педагогического образования на основе ориентации на внутренний личностный рост студентов наибольший интерес представляет гуманистическое сознание, которое реализуется в сфере дидактики через идеалы формирования ценностей здорового образа жизни, как условия самореализации будущих учителей.

Создавая студентам благоприятные условия и предлагая различные сферы для самореализации, в том числе, и формирование ценностей здорового образа жизни через широкую когнитивную информацию, мы повышаем уровень аутосимпатии автономности и самоуважения, что в свою очередь положительно сказывается на личностно-профессиональном и физическом самочувствии и нравственном становлении будущего учителя. Наше исследование позволило выявить, что часто будущий педагог, выйдя из стен педагогического ВУЗа, на собственном опыте ощущает противоречие между системой подготовки учителя и индивидуально-творческим характером его труда. Это требует не только владения достижениями наук о человеке, новыми педагогическими и здоровьесберегающими технологиями, но и способности ориентироваться в профессиональной деятельности на основе субъективной позиции и способности сделать свой выбор. Поэтому особенно значимым становится вопрос о включении в процесс педагогической подготовки будущего учителя механизма его самореализации, направленного на преобразование себя, выбор себя лучшего, формирование позитивной Я – концепции с доминированием здорового образа жизни. При этом нельзя забывать, что человек представляет собой сложную, открытую, саморазвивающуюся систему.

Существуют различные философские подходы к пониманию самореализации личности человека: самореализация как следствие развития сознания, самосознания, самопознания; как реализация потребностей в самостабилизации; идея человека как «автора самого себя»; самореализация как частное проявление самодвижения материи, как основной путь движения человека к личностной зрелости, одна из существенных его потребностей; самореализация это естественный путь самотворчества, это функция человека, долг перед самим собой и человечеством и др. [4]. Реализуемое нами гуманистическое образование делает акцент на целостном развитии личности, её духовных, познавательных и физических способностях, самоорганизации и саморегулировании, приобретении к универсальным ценностям культуры. В этом отношении для нас привлекательна гуманистическая теория личности, разработанная А. Маслоу, учёными Б.Г. Ананьевым, В.С. Мерлиным и др. [8]. А. Маслоу в концепции потребностей человека обозначил: физиологические потребности; потребности в безопасности, защите; потребности принадлежности и любви; потребности самоуважения; потребности самоактуализации или потребности

личного усовершенствования реализации потенциала. К. Роджерс отмечал, что люди имеют неограниченный потенциал для самосовершенствования, а не для всестороннего развития способности и задатков, которых порой нет у человека. Заслуга К. Роджерса в том, что он выявил определённые формы развития, способствующие склонности человека к самосовершенствованию врожденного потенциала. Он выдвинул гипотезу о том, что все поведение вдохновляется и регулируется мотивом, который был назван тенденцией к актуализации. Важнейший мотив в жизни человека – это актуализировать, т.е. сохранить себя, максимально выявить лучшие качества своей личности, заложенные в ней от природы. Поэтому самоактуализация и самореализация студентов будущих учителей с приоритетом здорового образа жизни является решающим условием реализации индивидуальности «создание самого себя», собственной личности и раскрытие индивидуальности

Наши исследования позволили выявить, что в педагогическую академию поступают студенты с различным состоянием здоровья, уровнем физической подготовленности и физическим развитием. Среди поступающих абитуриентов есть такие, для которых характерно ослабленное состояние здоровья. Эта категория студентов относится к специальной медицинской группе, требующей дифференцированного учебного процесса по физическому воспитанию. Анализ медицинского осмотра студентов позволил выявить, что среди поступающих в академию у многих нарушена осанка и отмечается динамика этих показателей. Такое состояние здоровья привело к необходимости изучения составляющих по улучшению физического воспитания этой категории студентов и разработке учебно-методических рекомендаций. Нами были продиагностированы ценностные ориентации студентов их отношение к здоровому образу жизни, желание самореализоваться в разных направлениях и видах деятельности, изучены возможности использования специальной зарядки (комплекса упражнений) как дополнительной формы учебного процесса и средства улучшения состояния здоровья, а также привития навыков к самостоятельным специальным занятиям в условиях дома и общежития [1]. Система комплексных занятий, включающая знания, навыки и умения из разделов гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, а также разработанный комплекс специальных упражнений совместно с педагогом физической культуры на каждом занятии способствовал формированию правильной осанки и укреплению общего физического состояния студентов активной включенности в оздоровительно-спортивную деятельность и самореализации в социуме. Культуру движений студентов позволяли формировать танцы, способствующие воспитанию чувства ритма, положительному воздействию на физическое развитие студентов формируют правильную осанку, красивую, непринужденную походку, а главное доставляют радость.

Выводы.

Таким образом, за время эксперимента возросла положительная мотивация студентов на занятия физическими упражнениями - 84%, которые отмечают, что им нравятся уроки физической культуры в академии, более 88% осознают важную роль систематических занятий физическими упражнениями для современного человека, 96% юношей оздоровительные и спортивные занятия как эффективное средство подготовки к воинской службе, а 79% высказали желание служить в армии. Формирование мотивационного отношения к занятиям физической культурой в педагогической академии направлено на приобретение студентами здоровья как ценностной ориентации и ценности здорового образа жизни студентов выступают одними из приоритетных условий самореализации будущих учителей.

Дальнейшие исследования предполагается провести в направлении изучения других проблем формирования ценностей здорового образа жизни как условие самореализации будущих учителей.

Литература

1. Евсеев С.П. Технологии физкультурно – спортивной деятельности в физической культуре / Издательство Советский спорт Москва, 2007. – С.165.
2. Концепция модернизации российского образования на период до 2010 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ № 1756-р от 29.12.2001 // Вопросы образования. – 2004. – №2. – С.46-68.
3. Казин, Э.М. Методологические и организационные основы создания системы формирования здорового образа жизни в общеобразовательных учреждениях // Э.М. Казин, Т.С. Панин, Н.А. Литвинова. Актуальные проблемы управления развивающейся школы: Материалы Всерос. науч.-практ. конф. - Кемерово: ОблИУУ, 1996. - С.191-195.
4. Кордуэлл М. Психология А-Я: Словарь-справочник / М. Кордуэлл - М.: ФАИР - ПРЕСС, 2000. - 448с.
5. Кундозерова Л.И. Методические рекомендации для подготовки к итоговым государственным испытаниям по педагогике студентам специальности «0310000»-«Педагогика и психология»: учебное пособие / Л.И. Кундозерова О. А. Козырева, Л. Ф. Михальцова, О.А. Милинис // Новокузнецк РИО КузГПА, 2008. -38 с.[+ приложение на CD].
6. Милинис, О.А. Организационно-педагогическая деятельность учителя по формированию

- положительной мотивации в учении школьников Учебно-методические рекомендации [Текст] / О.А. Милинис. – Новокузнецк РИО КузГПА, 2004. – 75 с. – 500 экз. – ISBN 5-85117-161-8
7. Насырова, Г.П. Социально-культурная адаптация воспитанниц женской гимназии-интерната: Научно-методические рекомендации [Текст] / Г.П. Насырова, Л.Ф. Михальцова, О.А. Милинис – Новокузнецк Изд-во Полиграфкомбинат 2007. – 195 с. – 100 экз. – ISBN 978-5-85117-288-5
 8. Педагогика Учебное пособие для студентов / Под ред. П.И.Пидкасистого- М.: Педагогическое общество России, 2004.-608с.

Поступила в редакцию 08.04.2009г.
milinisoa@mail.ru