

УДК 378.17
DOI 10.17513/snt.39916

НАПРАВЛЕНИЯ ФОРМИРОВАНИЯ У СОВРЕМЕННОЙ МОЛОДЕЖИ МОТИВАЦИИ К СБЕРЕЖЕНИЮ ЗДОРОВЬЯ

^{1,2}Ахметвалиева М.Г., ³Коняева М.А.

¹ФГБУН Центр исследования проблем безопасности Российской академии наук, Москва;
²ОАНО ВО «Московский психолого-социальный университет», Москва, e-mail: meyserja60@mail.ru;
²ФГБОУ ВО «Саратовская государственная консерватория имени Л.В. Собинова», Саратов,
e-mail: konyaevama@mail.ru

Одним из фундаментальных компонентов в системе профессионального образования является воспитание специалиста, умеющего выстроить адаптационные связи между объективной реальностью, в которой молодому специалисту необходимо трудиться, и субъективным опытом, накопленным во время обучения в организации высшего образования и благодаря социальному взаимодействию с сокурсниками и преподавателями. Адекватное позиционирование себя как специалиста, стоящего на пороге долгой профессиональной активности, позволит и осознать важность сохранения своего физического и эмоционального здоровья. В работе отмечена актуальность реализации диагностической части мотивационно-ценностных установок студентов в общей воспитательно-образовательной структуре, которая призвана не только приумножить профессиональные знания, но также и формировать позитивную мотивацию к сохранению своего здоровья, ответственность за свое эмоциональное и физическое состояние. Целью исследования стало выстраивание у студентов мотивационной системы сохранения здоровья на основании результатов их опроса, которые дают объективные и субъективные аргументации для необходимости перестраивания воспитательно-образовательной среды с не критичным переносом в нее структурных компонентов, стимулирующих у студентов поиск индивидуальных траекторий сохранения здоровья. Результаты исследования определили содержательный контент предложений по выстраиванию учебно-воспитательного процесса, в котором заложены идеи формирования мотивов к сохранению своего здоровья. Система воспитания представляет собой трехкомпонентную структуру, в содержание которой внесены методические приемы, дополняющие традиционные подходы к воспитанию системы ценностей.

Ключевые слова: воспитание, студенты, здоровьесбережение, профессиональная успешность, ответственность, мотивация, формирование, моделирование, образовательная среда

DIRECTIONS FOR FORMING MODERN YOUTH MOTIVATION TO SAVE HEALTH

^{1,2}Akhmetvalieva M.G., ³Konyaeva M.A.

¹Center for Security Research of the Russian Academy of Sciences, Moscow;
²Moscow Psychological and Social University, Moscow, e-mail: meyserja60@mail.ru;
³Saratov State Conservatory named after L.V. Sobinov, Saratov, e-mail: konyaevama@mail.ru

One of the fundamental components in the vocational education system is the education of a specialist who can build adaptive connections between the objective reality in which a young specialist needs to work, and the subjective experience accumulated during training in a higher education organization and through social interaction with fellow students and teachers. Adequately positioning yourself as a specialist standing on the threshold of long-term professional activity will allow you to realize the importance of maintaining your physical and emotional health. The work notes the relevance of the implementation of the diagnostic part of the motivational and value attitudes of students in the general educational structure, which is designed not only to increase professional knowledge, but also to form positive motivation for maintaining one's health, responsibility for one's emotional and physical state. The purpose of the study was to build a motivational system for students to maintain health based on the results of their survey, which provide objective and subjective arguments for the need to rebuild the educational environment with an uncritical transfer of structural components into it that stimulate students to search for individual trajectories of maintaining health. The results of the study determined the content of proposals for building the educational process, which contains the ideas of forming motives for preserving one's health. The education system is a three-component structure, the content of which includes methodological techniques that complement traditional approaches to the education of a value system.

Keywords: upbringing, students, health care, professional success, responsibility, motivation, formation, modeling, educational environment

Во все времена образовательной задачей для молодежи было не только получение знаний, транслируемых от других, более просвещенных личностей, но и обучение анализу, систематизации, структурированию полученных знаний. В конечном итоге такие навыки помогают обучающимся на-

ходить свой вектор личностного развития, решать максимально успешно профессиональные задачи, расти как специалист. Требования времени таковы, что обучение уже не сводится к суммированию знаний. Надо стать аналитическим стратегом, эффективным управленцем накопленных знаний

и умений, уметь прогнозировать ключевые аспекты личной профессиональной траектории и умело пользоваться передовыми технологиями и информацией.

Как отмечает М.Х. Ахмедова, профессиональное образование должно базироваться на идее воспитания такого специалиста, умеющего адаптироваться в непростой компетентностной системе своей профессии, адекватно воспринимая ее ценности и значимость [1]. Т.В. Згурская в своих публикациях акцентирует внимание на том, что, обучая студентов, недостаточно рассматривать процесс получения знаний односторонне, так же важно воспитывать у них мотивацию к здоровьесбережению, так как это приумножит их конкурентоспособность и увеличит профессиональную активность [2]. И.Н. Черкасова и И.В. Сапельцева придерживаются похожего мнения. Они отмечают, что образовательно-воспитательный процесс в вузе, как интегральная социальная структура, должен строиться и на принципах воспитания у студентов мотивационной системы здоровьесбережения. Только тогда система образования сможет выполнить задачу передачи знаний и сохранения при этом психического и физического здоровья молодежи. Мотивация к сохранению собственного здоровья может быть сформирована исключительно на этапе получения знаний [3, 4].

По мнению А.М. Гудзь, В.П. Скорохтова, применение в общем образовательном процессе технологий сбережения здоровья – это один из компонентов повышения мотивации к самообразованию и самосовершенствованию. Внимание обучающегося к своему физическому состоянию определит уровень профессиональных умений, навыков и положительно повлияет на его общую работоспособность. Но мотивация к сохранению своего здоровья у студентов не в приоритете, следовательно, задача ее воспитания есть ключевая составляющая воспитательно-образовательной среды [5].

В научных трудах Д.Д. Назаровой центральная роль при формировании мотивов к здоровьесбережению отводится педагогическим и методическим основам. Педагогические основы создают контент условий для личностного самосовершенствования, профессиональной активности, социальным интересам. Методические основы формируют сумму обучающих методов и форм с учетом поведенческих моделей [6]. Как отмечает К.В. Молодцова, мотивация к сохранению здоровья подчинена возрастному и деятельностному принципам, согласно которым воспитательные мероприятия по формированию мотивации целесообраз-

ны в раннем детстве и через практику оздоровления, т.е. через активное освоение упражнений укрепления здоровья [7].

Следовательно, чтобы решить образовательно-воспитательные задачи такого масштаба, необходимо определить их конкретные границы. А именно, сформировать у молодых людей мотивацию к сбережению собственного здоровья, которая определяет масштабность профессионализма.

Увеличивающаяся объемная академическая нагрузка, игнорирование активных форм отдыха ведут к нарушениям у молодежи физического состояния и проблемам в эмоциональной личностной плоскости, снижается познавательная активность, ослабевают коммуникативные цепочки и т.п. В результате профессионализация не так динамична и успешна [8]. Многие исследования доказывают увеличение доли молодежи с нарушениями психоэмоциональной сферы по сравнению с другими возрастными группами, что вызывает снижение успеваемости, расширение ряда хронических заболеваний. А нерешенность этих вопросов создает благодатную почву для негативных социальных явлений [9].

Следовательно, чтобы решить задачи формирования мотивации к сохранению разумного равновесия в психофизиологическом состоянии, необходимо грамотно выстроить концептуальные векторы развития у молодых людей ценностного отношения к своему здоровью. Тем более это актуально в процессе профессионального становления [10].

Существенную роль при таком подходе приобретает процесс исследования мотивационно-ценностных установок студентов к проблемам сохранности личного здоровья в процессе профессионального становления. Диагностику сформированных мотивов к ведению здорового образа жизни у молодых людей желательно ввести в систему профессионального образования и проводить на всех этапах учебного процесса с целью выбора адекватных учебных программ с дальнейшей их коррекцией.

Цель исследования определена результатом систематизации и обобщения теоретических и практико-ориентированных трудов ученых: на основании аналитических работ ученых и полученных результатов опроса студентов разработать компонентную структуру концепции развития мотивов здоровьесбережения.

Материалы и методы исследования

Настоящее исследование строилось на следующих педагогических методах: теоретико-методологические исследования уче-

ных и практиков по вопросам формирования мотивации к здоровьесбережению, анкетирование студентов, моделирование компонентов воспитательной системы для формирования у молодежи мотивации к сохранению физического и эмоционального здоровья в процессе профессионального обучения. Мотивационно-ценностные установки студентов по вопросам сбережения здоровья были определены в процессе анкетирования по авторскому опроснику «Здоровый образ жизни». Анкетирование проводилось в течение трех лет среди студентов консерватории от 1-го до 3-го курса. В 14 позициях анкеты вопросы открытого и закрытого характера, в которых предполагаются варианты ответов [11]. Всего в исследовании принял участие 91 студент вокального отделения консерватории. Из общего числа студентов 46 чел. – граждане КНР.

Результаты исследования и их обсуждение

Для того чтобы выстроить динамично функционирующую систему воспитания мотивации к укреплению и сбережению здоровья, необходимо, прежде всего, привести в оптимальное согласование все составляющие образовательно-воспитательного процесса. Их несогласованность ведет к дисбалансу в воспитании молодежи, к конфликту интересов личности и социума, к нарушениям психофизиологического саморазвития. Приоритетом должно стать активное внедрение в образовательно-воспитательный процесс «лично ориентированных и здоровьесберегающих инноваций», которые имели бы своей целью формирование мотивов к саморазвитию, умению оценивать свои интеллектуальные и физические возможности и проводить тестовую оценку своих навыков [12]. Исходя из предложений ученых по структурированию образовательно-воспитательного процесса, содержание которого предусматривало бы и мониторинг уровня сформированности мотивов к самосовершенствованию и сохранению своего здоровья как одного из приоритетных условий личностной безопасности, студенты консерватории через ответы на анкету субъективно оценили свое отношение к этому вопросу. Полученные результаты противоречивы и неоднозначны.

Так, на вопрос анкеты «Считаете ли вы, что относитесь к своему здоровью бережно?» на первом курсе «да» ответили 3%. Спустя год – 9%. А уже на третьем курсе 21% ответили утвердительно. На второй вопрос анкеты «Ведете ли вы осознанный подход к сохранению здоровья?» на первом курсе «да» ответили 14% из числа обуча-

ющихся, на втором курсе – 16%. А к третьему курсу число студентов, осознанно относящихся к сбережению здоровья, сократилось до 11%. На вопрос «Укажите, что и кто помогает вам относиться к своему здоровью бережно?» 55% третьекурсников ответили «медийные» личности. На первом курсе таковых было 25%. То есть более чем в 2 раза увеличилось число студентов, которые ориентируются на мнение известных людей. Но на вопрос «Откуда получаете информацию по вопросам сохранения здоровья?» 46% ответили «от врача», на первом курсе таковых было 39%, на втором – 52%. Из числа респондентов 36% третьекурсников занимаются самолечением. Обучаясь на первом курсе, самолечением занимались 58%, на втором курсе количество таковых уменьшилось до 41%. К третьему курсу 73% студентов часто пропускают занятия по физической культуре по различным причинам. Основная причина – переход в специальную медицинскую группу, так как заболевания студентов из острой периодической формы на первом курсе к третьему курсу переходят в хроническую (по нашим наблюдениям). Поэтому и существует необходимость консультаций врача для большинства молодых людей, несмотря на то, что внешним ориентиром на сохранение и приумножение личного здоровья являются люди с экранов и постеров. Вместе с тем 53% студентам не удается системно посещать врачей, а 59% не могут определить, интересуются они вопросами сохранения здоровья или нет, 67% не знают, должен ли успешный музыкант стремиться быть здоровым. К сожалению, результаты анкетирования констатируют, что студенты не рассматривают свое здоровье как составляющую профессионального долголетия.

Таким образом, созданы объективные и субъективные предпосылки для разработки модельной структуры формирования у студентов мотивации к сохранению и формированию личного здоровья. Исследовательские работы ученых по вопросам формирования мотивов к сохранению и приумножению здоровья в процессе профессионального обучения стали объективным обоснованием для моделирования компонентной структуры формирования позитивного отношения студентов к вопросам личного здоровьесбережения, а результаты анкетирования – субъективной составляющей идеи этого воспитательного процесса. В его структуре, целью которой будет сформированная мотивация к сбережению здоровья, запланировано три компонента. В их содержание внесены методические приемы, согласующиеся между собой и дополняю-

щие традиционные подходы к воспитанию личностных качеств:

Теоретико-обоснованный. Исследование трудов ведущих ученых с целью конкретизации профессионально-ориентированных и инновационно-эффективных направлений формирования позитивной мотивации к сохранению личности своего здоровья, теоретически аргументированный подход к структуризации воспитательных программ, определение причинно-следственных связей сформированных мотивов к здоровьесбережению и успешной профессионализации. Теоретико-обоснованный уровень формулируется на основании анализа соответствующих философских, социологических, психолого-педагогических, личностно-ориентированных исследований ведущих ученых (С.Л. Рубинштейн, К. Муздыбаев, Н.В. Кузьмина, В.А. Сластенин, С.Ю. Стукалов, Ю.С. Овчинникова, В.С. Степина, С.В. Безотосов, О.И. Коломок, И.В. Зазуля, М.В. Красностанова, И.С. Аврамкова и т.д.). Первоначально строится теоретическая модель, основанная на предположениях, базисом которых являются конструкты абстрактных объектов (знаний). Накопленный опыт приобретает вид схематичной матрицы, которая затем модифицируется в новые теоретические модели. В процессе такого обновления ценностная система личности также приобретает обновленную форму, переосмысливается, принимается осознанно или осознанно отвергается [13].

Организационно-регулирующий (мотивирующий). Организация воспитания и обучения, нацеленного на построение пространства личностной безопасности, ответственности за эмоциональное и физическое состояние. Построение маршрута исследования мотивационно-ценностных установок личности к сбережению здоровья, классифицирование характерных профессиональных нарушений здоровья у ведущих музыкантов. Комплектование методик для оценки эффективности развития ответственности как интегральной личностной характеристики. Корректирование программ воспитания ответственности у студентов с учетом диагностических данных психофизиологического состояния обучающихся, их мотивации к вопросам здоровьесбережения. Организационно-регулирующий компонент действует на основе этики социализации и адаптации в образовательном пространстве, создающих условие для формирования мотивационно-ценностной личностной системы. Содержательное обоснование этапов становления бережного отношения к своему здоровью, личностно-ориентированная актуализация обучающихся

программ с координацией действий преподавателя и студентов, применением форм учебной и внеучебной деятельности по воспитанию ответственного отношения будущих музыкантов к своему здоровью.

Профессионально-моделирующий. Применение методов и практик в личностно-ориентированном обучении в профессиональном становлении среди студентов музыкантов, обеспечивающие личностную заинтересованность студента, расширяющие границы для реализации творческих активностей и возможностей. Конструирование проектно-исследовательских и функционально-обоснованных технологий, объединяющих лучшие инновационные практики из различных учебных курсов и подходов воспитания общей культуры. Развитие устойчивых положительных мотивов к сбережению здоровья, которые стали бы регулирующим инструментом к формированию личностной ответственности за свое психофизиологическое состояние, осознания ценности здоровья как основы к успешной профессиональной деятельности и обеспечения личностной безопасности, развивая выносливость организма в целом. Введение в контекст учебных и внеучебных занятий оригинальных, новаторских спортивно-оздоровительных мероприятий, совместная деятельность образовательных организаций различной направленности и профессионализации в формировании ответственности и мотивации к благополучию в эмоциональной и физической личностной сфере каждого студента.

Заключение

Результаты опроса дали основания для формулирования рекомендаций по структурной организации воспитательно-образовательного процесса, которые определяют реальную возможность для воспитания у студентов ответственного отношения к своему здоровью, формируют позитивную мотивацию к этому. Успешная профессионализация взаимосвязана с уровнем ответственности человека, в умении системно принимать и понимать проблемы, что помогло бы закрепить умения ставить задачи и находить способы их решения. Созданный контент, по нашим наблюдениям, обеспечивает студентам оптимальные условия для поддержания работоспособности, направленной на дальнейшую успешную профессионализацию. Учитывая своеобразие профессии музыкантов, учебно-воспитательная работа со студентами строилась в соответствии с принципами многокомпонентной педагогической технологии, представляющей из себя поэтапное построение

мотивирующих основ (системы) к сохранению своего здоровья. Эта система представляет собой трехступенчатую структуру профессионально направленных микропрограмм (компонентов), выполняющих узконаправленные роли, совместно определяющие общую структуру воспитательного процесса – теоретико-обоснованный, организационно-регулирующий (мотивирующий), профессионально-моделирующий.

Список литературы

1. Ахмедова М.Х. Развитие чувства ответственности у студентов в процессе обучения // Молодой ученый. 2015. № 2 (82). С. 443–445.
2. Згурская Т.В., Ломов С.С. Формирование у студентов потребности в здоровом образе жизни // Молодой ученый. 2023. № 20 (467). С. 179–183.
3. Черкасова И.В. Формирование мотивации здоровьесбережения у студентов вуза // Journal of Scientific Research Publications. 2015. Vol. 1, Is. 1 (21). P. 77.
4. Сапельцева И.В. Формирование мотивации к здоровому образу жизни у подростков 14–15 лет при изучении курса «Человек и его здоровье»: автореф. дис. ... канд. пед. наук. Екатеринбург, 2004. 20 с.
5. Гудзь А.М., Скорохватов В.П. Здоровьесбережение как мотивационный компонент самоорганизованности обучающихся // Научное обозрение. Педагогические науки. 2022. № 1. С. 10–14. DOI: 10.17513/srps.2412.
6. Назарова Д.Д., Ананьева И.В. Педагогические и методические основы формирования мотивации молодежи к здоровому образу жизни // Молодой ученый. 2023. № 21 (468). С. 416–419.
7. Молодцова К.В. Мотивация здорового образа жизни у современной молодежи // Концепт. 2017. Т. 39. С. 3871–3875.
8. Белоус О.В., Василенко В.Г., Тютюнникова Е.Б., Арушанян Ж.А. Здоровьесберегающие технологии в условиях образовательного пространства // Управление образованием: теория и практика. 2022. Т. 12, № 4. С. 86–93. DOI: 10.25726/h5929-7198-1383-1.
9. Шунгаева А.Б., Басангова М.У. Молодежь и ее здоровьесбережение как социальная проблема // Материалы III Всероссийской научно-практической конференции. 2013. Вып. 1. С. 173–178.
10. Безотосов С.В., Коломок О.И. Основы формирования культуры здоровьесбережения и безопасности личности студента // Вестник Московского университета МВД России. 2008. № 7. С. 4–5.
11. Красностанова М.В., Федорова А.М., Манжикова А.В. Проблема внедрения здоровьесберегающих инноваций в систему профессиональной подготовки музыкантов-исполнителей в России // Гуманитарные науки. 2016. № 4 (36). С. 119–128.
12. Степин В.С. Цивилизация в эпоху перемен: поиск новых стратегий развития // Журнал Белорусского государственного университета. Социология. 2017. № 3. С. 6–11.
13. Коняева М.А., Ахметвалиева М.Г. Воспитание культуры здоровьесбережения у музыкантов в контексте личностной безопасности // Современные наукоемкие технологии. 2020. № 9. С. 157–161. DOI: 10.17513/snt.38233.