

3. Дем'янчук Г. С. Воскреслі для життя: Літературні силуети / Г. С. Дем'янчук; ред.. С. Шевчук. – Рівне: Оріанна, 1998. - [120 с.].

4. Коломиєць Авенір // Енциклопедія українознавства. – К., 1996. – Т. 3.

5. Мазаний В. Из Городецького грона. /В.Мазаний. – Рівне, 2010.

6. Рожко В. ...Бо брат твій ожив і знайшовся /В. Рожко //Дубровицький вісник. – 2007. - №1/29 груд. - 5 січ. – [с. 6] – Закінчення. (Поч. у №51, 2006 р.)

## **ФОРМИРОВАНИЕ ЦЕННОСТНОГО ОТНОШЕНИЯ К ЗДОРОВЬЮ У СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ: ПСИХОЛОГО- ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ АСПЕКТ**

**М.П. МИХАЛЬЧУК**

Беларусь, Брест, БрГУ имени А.С. Пушкина

Значимость формирования ценностного отношения к своему здоровью, здоровому образу жизни у студенческой молодежи обусловлена необходимостью сохранения и приумножения ее физического, психического и социального благополучия. Хорошее самочувствие, физическая работоспособность являются условием и базисом для раскрытия творческого потенциала личности, ее профессиональной самореализации. От того, насколько эффективно удастся сформировать и закрепить направленность на здоровьесохранение и здоровьеприумножение в молодом возрасте, зависит в последующем образ жизни молодого человека, состояние его здоровья, его социальная гармония и удовлетворенность жизнью.

Проблема сохранения здоровья студенческой молодежи стала не только медицинской, но и педагогической, поскольку наряду с объективными причинами неблагополучия (снижение качества жизни, ухудшение экологической обстановки) наблюдаются и педагогические аспекты: недостаточная информированность о решающей роли здорового образа жизни человека в сохранении и укреплении его здоровья, несформированность ценностного отношения к нему у значительной части молодых людей. Особое место в ее решении принадлежит системе образования, на которую возлагается значительная часть усилий общества по подготовке молодежи к взрослой жизни и созданию условий для постепенного физического, нравственного и культурного оздоровления общества. Наметившаяся тенденция к переходу от массового унифицированного образования к образованию, ориентированному на личностные особенности и способности индивида, на уровень его здоровья обусловили уникальную функцию образования – человекоберегающую, предполагающую сохранение и укрепление физического и психического здоровья, формирующих стремление

к здоровому образу жизни, накапливать здоровьесберегающий потенциал [1]. Поскольку отношение человека к своему здоровью отражает опыт индивида и оказывает существенное влияние на его поведение.

Технологическим основанием формирования здорового образа жизни человека выступают личностный и деятельностный подходы. В контексте сказанного, ценностное отношение к здоровому образу жизни следует рассматривать как интегративное личностное образование, включающее осознание здоровья как непреходящей ценности, установку на реализацию программы жизни, что способствует гармоничному развитию личности и обеспечивает внутренний баланс индивидуального потенциала здоровья.

Формирование ценностного отношения студентов к здоровому образу жизни в образовательном процессе представляет собой целенаправленный длительный во времени и управляемый процесс формирования знаний, умений и навыков противостояния факторам риска для здоровья. Центральное место в этом процессе отводится поведенческому компоненту внутренней картины здоровья, представляющему собой совокупность усилий, стремлений, конкретных действий человека, обусловленных его системой убеждений, направленных на достижение субъективно значимых целей в отношении здоровья. Поэтому главная особенность здоровьесберегающего обучения и воспитания – формирование мотивационной сферы обучающихся, т. е. поведенческих реакций, направленных на сохранение и укрепление собственного здоровья, обуславливающих стремление вести здоровый образ жизни, накапливать здоровьесберегающий потенциал [2].

В процессе формирования у юношей и девушек студенческого возраста ценностного отношения к здоровому образу жизни целесообразно опираться на уже сложившиеся у них представления о сущности данного феномена, учитывая при этом два уровня его ценности: общественный и личностный. Ценность здорового образа жизни на общественном уровне включает накопленные человечеством специальные знания, технологию спортивной подготовки, методику оздоровления, здоровьесберегающие технологии — все то, что создано людьми для физического совершенствования, оздоровления и организации здорового образа жизни. Личностный уровень освоения ценностей здорового образа жизни определяется знаниями конкретного человека в области физического совершенствования, двигательными умениями и навыками, способностью к самоорганизации здорового стиля жизни, социально-психологическими установками, ориентацией на знания физкультурно-спортивной деятельности.

Рассматривая ценность как регулятор сознания, отношения между людьми и поведения [3], мы обратились к студентам ряда факультетов нашего университета осуществить ранжирование ряда (в количестве 15) ценностей на данном этапе жизни. В опросе приняли участие 95 человек. Полученные результаты свидетельствуют, что первые три ранговые места заняли: «здоровье, здоровому образу жизни»; «семейное благополучие»; «любовь и верность», что вполне логично в юношеском возрасте. Далее места

распределились следующим образом: «материальная независимость», «наличие верных друзей», «самообразование, развитие себя», «самореализация в жизни и профессии», «свобода, сохранение индивидуальности», «самостоятельность, независимость в поступках и суждениях», «интересная работа», «активная социальная жизнь», «удовольствия и увлечения в жизни», «Профессиональный карьерный рост», «реализация себя в творчестве», «общественное признание и престиж». Формирование каждой из названных ценностей может стать предметом самостоятельного исследования.

Вместе с тем, беседа с участниками опроса показала, что здоровый образ жизни, по их мнению, не исключает курения, употребления алкоголя, пассивности, нерационального использования времени, неупорядоченных половых отношений. Исследованиями также установлено, что уровень знаний молодежи о здоровье, сущности здорового образа жизни, способов его формирования зачастую недостаточный. В этом возрасте юноши и девушки воспринимают здоровье как что-то устойчивое, стабильное; что можно в некой мере оправдать нормальным и хорошим самочувствием человека в эти годы.

По нашему мнению, целенаправленная работа по формированию у студенческой молодежи ценностного отношения к здоровью, здоровому образу жизни предполагает учет преподавателями следующих аспектов: мотивационного (побуждение к пониманию значения здоровья в жизни человека, уважительного отношения к его сохранению); когнитивного (углубление знаний, умений и навыков по основам здоровья, здорового образа жизни, правил личной гигиены); диагностического (выявление и решение проблем в здоровье студентов, организации их отдыха); аксиологического (формирование устойчивых представлений о здоровье как высшей ценности); коммуникативного (включение их в личностные контакты, общение по расширению знаний в области охраны здоровья); профилактического (использование разнообразных форм работы по предупреждению заболеваний); рефлексивного (обучение основам самостоятельного анализа собственных знаний, умений и навыков в области здоровьесбережения, ориентация на его сохранение и укрепление) [4].

#### Список использованной литературы:

1. Здоровье в системе ценностных ориентаций учащейся молодежи: Интеллект. Инновации. Инвестиции: сб. науч. тр. №3, 2010. – С. 12–13.
2. Жанеев, К.Е. Формирование ценностного отношения к здоровью студентов [Электронный ресурс]: <http://www.scienceforum.ru/2013/187/3489> .
3. Здоровье как ценность для человека. (Для журнала Биофайл). [Электронный ресурс]: URL: <http://biofile.ru/chel/14665.html> (дата обращения: 20.10.2014).

4. Жарова, М.Н. Здоровье в системе жизненных ценностей человека // ГлавВрач, №9, 2012. – С. 57–63.

## **ВЫКАРЫСТАННЕ СРОДКАЎ КРАЯЗНАЎСТВА НА ФАКУЛЬТАТЫЎНЫХ ЗАНЯТКАХ ЯК АСНОВА ПАТРЫЯТЫЧНАГА ВЫХАВАННЯ**

*Н.С.Рамановіч*

*ДУА “Пінкавіцкая сярэдняя школа  
імя Якуба Коласа” Пінскага раёна*

Немагчыма ўявіць сабе культурнага і высокаадукаванага сучаснага чалавека, які б не ведаў гісторыі, звычайў і абрадаў, мовы свайго народа. На жаль, у наш час часта сустракаешся з тым, што малады хлапец ці дзяўчына добра, нават дасканала, ведаюць некаторыя падзеі з гісторыі іншых краін, свабодна валодаюць замежнай мовай, а пра тую краіну, дзе жывуць самі, ведаюць вельмі мала, да крыўднага абьякава адносячыся да беларускіх звычайў і роднай мовы.

Кепска быць глухому, яшчэ горш - сляпому і зусім дрэнна - бязроднаму. Той, хто не ведае гісторыі сваёй Радзімы, з'яўляецца глухім, сляпым і бязродным адначасова, і такога чалавека вельмі шкада, але яму можна дапамагчы.

У Беларусі 2018-2020 гады абвешчаны годам малой радзімы. Аб гэтым Прэзідэнт Аляксандр Лукашэнка заявіў на ўрачыстай цырымоніі ўручэння дзяржаўных узнагарод лепшым работнікам аграрнай галіны рэспублікі. Прэзідэнт падкрэсліў, што прыйшоў час кожнаму не толькі ўзгадаць аб сваіх каранях, аб месцы, дзе засталася часцінка душы, але і аддаць доўг гэтаму кавалку зямлі. Кожны з нас павінен памятаць аб сваіх каранях і, дамогшыся чагосьці ў жыцці, аддаваць належнае малой радзіме.

Я лічу, што далучэнне ў вучэбны працэс матэрыялу краязнаўчага характару адкрывае новыя магчымасці для развіцця малодшых школьнікаў, фарміраванне ў іх агульнакультурных і агульначалавечых каштоўнасцей, патрыятычных адносін да свайго краю, садзейнічае развіццю пазнаваўчай цікавасці, больш свядомаму засваенню ведаў.

Вывучэнне краязнаўчага матэрыялу ў школе, асабліва ў пачатковых класах, садзейнічае выхаванню ў навучэнцаў гордасці за сваю малую радзіму і ўсю краіну наогул. Вывучэнне свайго краю як часткі вялікай Радзімы адпавядае прынцыпу “ад асобнага да агульнага”. Краязнаўчы матэрыял даступны навучэнцам для засваення, дазваляе на канкрэтных прыкладах расказаць і нават паказаць дасягненні роднага краю, малой радзімы, усёй