

УДК 37.013.42

ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ СТУДЕНТОВ КОЛЛЕДЖА

Е.В. Крох, 1 курс магистратуры
Научный руководитель – **Л.С. Макарова**, к.п.н., доцент
Полесский государственный университет

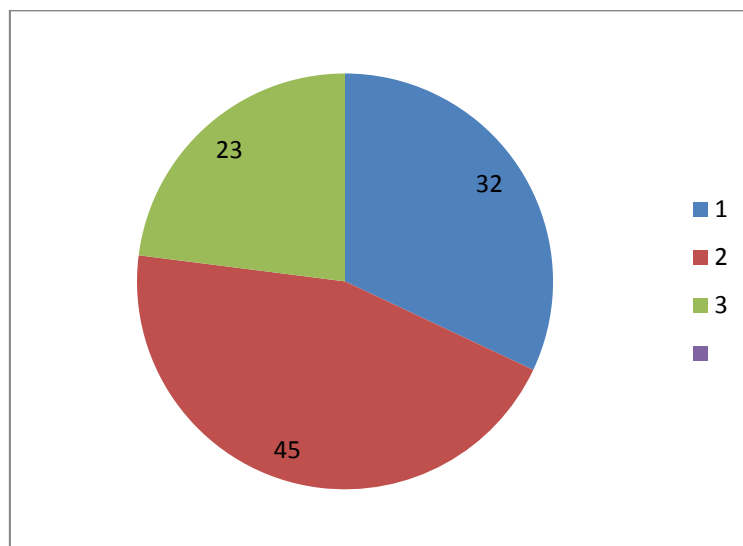
Формирование навыков здорового образа жизни обучающихся сегодня рассматривается в практике работы учреждений среднего специального образования как одно из приоритетных направлений. Значимость формирования здорового образа жизни в аспекте данной проблемы обусловлена необходимостью сохранения и совершенствования физического, психического и социального благополучия участников образовательного процесса [1].

Используя методику «Индекс отношения к здоровью» С. Дерябо и В. Ясвина, мы выявили ценностные установки и жизненные приоритеты учащихся педагогического колледжа по вопросам здоровья.

Анализ анкетных данных позволил установить, что у 23 % респондентов отношение к здоровью является высоко доминантным (значимым) (рисунок). Ранжируя по степени значимости (важности) для них различные жизненные ценности из предлагаемого списка, они определили «здоровье, здоровый образ» жизни как наиболее важную, поставив ее на первое или второе места.

Средней доминантностью характеризуется отношение к здоровью у 45% опрошенных (рисунок 1). Они установили для этой жизненной ценности третий, четвертый или пятый ранг.

Низкая доминантность отношения к здоровью свойственна 32 % учащихся (рисунок 1). Они отделили ему лишь шестую или седьмую позиции.



1. Низко доминантное 2. Средне доминантное 3. Высоко доминантное

Рисунок – Отношение учащихся колледжа к здоровью и здоровому образу жизни, %

При этом в число трех наиболее важных, с точки зрения респондентов, ценностей подавляющее большинство из них определили материальное благополучие, труд (профессия, учёба, интересная работа), любовь и семейную жизнь, общение с друзьями и другими окружающими людьми; а в число наименее важных – общение с природой и духовность (нравственность, саморазвитие).

Оценка результатов обучения на занятиях физической культурой должна быть систематической, объективной и многофакторной, учитывая не только физическую подготовленность, но и теоретические знания, поведенческие и мотивационные аспекты. Педагог должен использовать разнообразные методы оценки, чтобы получить полную картину успехов и проблем учащихся, а также качественно улучшить педагогический процесс и результаты обучения.

По мнению Шапиро Б.М. обратная связь играет важную роль в оценке и контроле эффективности педагогического процесса. Она позволяет педагогам получить информацию о том, насколько успешно и эффективно проходит обучение учащихся, и внести корректировки в свою работу [2].

Список использованных источников

1. Панков, Д. Д. Состояние здоровья школьников выпускных классов / Д. Д. Панков, Т.Б. Панкова // Российский педиатрический журнал, 2006. – № 6. – С. 10-13.
2. Шапиро, Б. М. Здоровый образ жизни / Б. М. Шапиро, Л. Н. Башмакова, Г.У. Курманова. – Минск: Высшая школа, 2020. – 160 с.