

уровне, что говорит о том, что работа в области гражданско-патриотического воспитания ведется ответственно и, как правило, дает соответствующие результаты.

В условиях ГУО “Средняя школа № 1 г. Сенно” смысл формирования гражданственности и патриотизма сводится воедино: нравственность, патриотизм, правовая, политическая и информационная культура, которая выражается в чувстве собственного достоинства, внутренней свободе личности, дисциплинированности, в уважении к другим гражданам и к государственной власти, способности выполнять свои обязанности, гармоничном сочетании патриотических, национальных и интернациональных чувств. В области сотрудничества СППС и педагогов начальной школы в гражданско-патриотическом воспитании обучающихся специалисты преследуют цель – создание целостной системы по форсированию гражданско-патриотических ориентиров у учащихся.

С целью более эффективной работы по гражданско-патриотическому воспитанию нами был разработан проект «Золотое кольцо Сенненщины» гражданско-патриотического воспитания учащихся, который позволяет формировать у учащихся чувство любви к родному краю и гордости за героическое прошлое своей Родины; способствует расширению знаний учащихся о Республике Беларусь: ее истории, культуре.

Список использованных источников:

1. Буткевич, В.В. Воспитание гражданственности и патриотизма у школьников / В.В. Буткевич, Н.К. Катович, О.В. Толкачева // Пазашкольнае выхаванне. – 2009. – № 5. – С. 15-19.

УДК 378.172-057.87

**ФОРМЫ ПОДДЕРЖАНИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ
У СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ**

Е.А. Шамбовская,

научный руководитель – Е.Н. Бусел-Кучинская, канд.пед. наук, доцент,

ВГУ имени П.М. Машерова, г. Витебск

(e-mail: buselekaterina@mail.ru)

В настоящее время во всех цивилизованных странах должное внимание уделяется формированию здорового образа жизни подрастающего поколения. Здоровый образ жизни (ЗОЖ) становится способом жизнедеятельности, направленным на полноценное выполнение человеком его социально-биологических функций [1]. В структуре личностных ценностей важнейшей составляющей становится здоровье человека. Работа по формированию здорового образа жизни предполагает осознанное отношение к своему здоровью, его укреплению и поддержанию. Иными словами, ЗОЖ молодежи предполагает сознательную деятельность, направленную на сохранение и укрепление здоровья молодых людей. Формы ведения и поддержания здорового образа жизни разнообразны. Прежде всего, это отказ от вредных привычек и пагубных зависимостей, неправильного питания и нездоровых продуктов в собственном рационе, соблюдение режима сна и бодрствования. Занятия в тренажерном зале, посещение спортивных секций, кружков, бассейна, а также занятия шейпингом, фитнесом, аэробикой и т.п. – вот неполный перечень активных мероприятий, направленных на поддержание здорового образа жизни молодежи.

Таким образом, повседневное осуществление ЗОЖ зависит от осознанного и ответственного отношения молодого поколения к своему здоровью и здоровью

окружающих людей, жизненных целей и ценностных ориентаций. Формы ведения ЗОЖ разнообразны, а их выбор обусловлен личными предпочтениями каждого человека.

Цель нашего исследования – выявить активные формы поддержания здорового образа жизни у студенческой молодежи факультета социальной педагогики и психологии ВГУ имени П.М. Машерова.

В исследовании приняли участие студенты 1 – 3 курсов дневной формы обучения факультета социальной педагогики и психологии ВГУ имени П.М. Машерова. Выборка составила 60 человек. Возраст опрошенных – 18 – 20 лет. Реализованы следующие методы: теоретические (анализ литературных источников), эмпирические (анкетирование), статистическая обработка данных. Нами разработана анкета, которая предполагала выбор студентами вариантов ответов, соответствующих основным формам поддержания ЗОЖ: посещение спортзала, бассейна, спортивные игры (футбол, баскетбол, теннис, бадминтон и т.д), прогулки на свежем воздухе, велопогулки, катание на роликах и коньках, проведение закаливающих процедур, ночной сон не менее 8 часов, добровольное посещение медицинских учреждений с целью контроля состояния своего здоровья. Таким образом, студентам предлагалось выбрать подходящие им варианты ответов на тему осуществляемой ими деятельности по поддержанию здорового образа жизни.

Результаты и их обсуждение. Приобщение человека к ЗОЖ следует начинать с формирования у него мотивации здоровья. С одной стороны, забота о своем здоровье должна стать осознанной потребностью, контролирующей и регулирующей образ жизни человека. С другой стороны, на образ жизни каждого человека огромное влияние оказывают его привычки. Вредные привычки тормозят становление гармонически развитой личности, а полезные, напротив, помогают ее формированию и развитию. Распространение в обществе разного рода аддикций (наркотических, алкогольных, табачных и т.п.) является факторами, препятствующими развитию личности молодого человека. Однако каждая личность должна самостоятельно избрать путь, приводящий к здоровью, посредством индивидуальной системы поведенческих и ценностных ориентаций.

В результате проведенного анкетирования было выявлено, что студенты 1 – 3 курсов уделяют внимание своему здоровью в разной степени. Из всех опрошенных отдельные студенты (5 человек) с момента поступления в вуз начинают посещать спортивные секции. Активность студентов к посещению спортивных секций и спортзалов возрастает к старшим курсам. Возможной причиной того, что студенты 1 – 2 курсов менее активно посещают спортивные секции, залы и спортивные сооружения, может быть их адаптация к новым условиям жизни и быта в университете, для чего им требуется некоторое время. Поэтому многие первокурсники ведут пассивный образ жизни. Максимальное число предпочтений среди студентов 1 курса отдано прогулкам на свежем воздухе (31% выборов).

С переходом на последующие курсы студенты начинают более успешно адаптироваться к жизни в университетской среде, хотя самые активные и целеустремленные из них уже на 1 курсе пытаются повысить свои спортивные результаты. С последующим обучением в университете студент начинает проявлять большую активность в своём спортивном развитии и спортивной жизни университета. Незначительные изменения в предпочтениях второкурсников по сравнению с первокурсниками наблюдаются в выборе спортивных игр (численность предпочтений студентов возрастает до 7%) и велопогулок (численность предпочтений студентов возрастает до 4%).

Сравнительно заметные изменения наблюдаются среди студентов 2 и 3, а также 1 и 3 курсов. Среди обучающихся 3 курса 35% от опрошенных посещают спортзал, в то время как это делают только 25% студентов 1 и 2 курсов. К сожалению, студенты 1 – 2

курсов редко посещают бассейн, тогда как количество посещающих бассейн третьекурсников составляет 20% от опрошенных студентов данного курса. Кроме прогулок на свежем воздухе, что составило 20% от опрошенных всех курсов, третьекурсники предпочитают более активные виды спортивной деятельности: катание на роликах, коньках, игры в футбол, баскетбол, теннис и др.

Можно сказать, что студенты 3 курса уже более адаптированы к условиям студенческой жизни по сравнению с младшими курсами и поэтому посещаемость спортивных сооружений, секций у них выше.

Заклучение. Таким образом, наиболее предпочитаемыми формами ведения здорового образа жизни студентов факультета социальной педагогики и психологии выступают: прогулки на свежем воздухе, а также велопогулки (катание на роликах, коньках). Посещение спортзала и спортивные игры получили меньшее количество выборов. Практически не пользуется популярностью у студентов 1 – 2 курсов посещение бассейна. Чем старше курс, тем больше студентов выбирают активные формы ведения ЗОЖ. По нашему мнению, чтобы студенты младших курсов проявляли больший интерес к таким формам, необходимо проводить наглядную агитацию, а также мероприятия по пропаганде ЗОЖ с вовлечением студентов в их организацию. По мере адаптации студентов к условиям университетской жизни возрастает их желание вести активный образ жизни, т.е. посещать спортивные секции, тренажерные и фитнес-залы и т.п., а также более активно участвовать в спортивной жизни вуза. Как показало наше исследование, это происходит на более старших курсах. Полученные нами данные дают возможность предполагать, что и после окончания обучения в вузе выпускники не только сами продолжают вести здоровый образ жизни, но и станут пропагандировать его среди своих коллег и сослуживцев. На создание здорового общества направлена политика белорусского государства по укреплению здоровья населения, что предполагает проведение ряда мероприятий, направленных на поддержание и пропаганду ЗОЖ, отказ от вредных привычек и зависимостей [2, с. 33 – 36].

Список использованных источников:

1. Вайнер, Э.Н. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учеб. пособие / Э.Н. Вайнер. – Москва: Кнорус, 2015. – 59 с.
2. Социальная политика : учебно-метод. комплекс для спец. 1-03 04 01 Социальная педагогика, 1-86 01 01 Социальная работа (по направлениям) / сост.: Е. Н. Бусел-Кучинская, И. В. Шабашева. – Витебск : ВГУ имени П. М. Машерова, 2018. – 117, [1] с.

УДК [378.147:37.013.42]:316.453

ПРОГРАММА ПОДГОТОВКИ БУДУЩИХ СПЕЦИАЛИСТОВ К ИСПОЛЬЗОВАНИЮ ИННОВАЦИОННЫХ ФОРМ В СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

С.Д. Матюшкова, Д.В. Ширяева,
ВГУ имени П.М. Машерова, г. Витебск
(e-mail: dianka.shiryaeva.97@mail.ru)

Понятия «инновация», «новшество» прочно вошли в лексикон современного человека. Категория «инновации» относительно молода и на первых порах использовалась исследователями по отношению к производственному процессу, а в конце 50-х годов XX столетия стало использоваться и в образовании.

В настоящее время социальному педагогу необходимо повышать свою профессиональную компетентность, исходя из изменений происходящих в обществе.