

УДК 378.09:17.022

UDC 378.09:17.022

## КОНЦЕПТУАЛЬНЫЕ ОРИЕНТИРЫ ФОРМИРОВАНИЯ У БУДУЩИХ ПЕДАГОГОВ НРАВСТВЕННОЙ САМОРЕГУЛЯЦИИ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

## CONCEPTUAL FORMING ORIENTATIONS FOR THE FUTURE TEACHERS OF MORAL SELF-REGULATION HEALTHY LIFESTYLE

**Е. А. Лобковская,**  
*аспирант кафедры педагогики  
БГПУ*

**E. A. Labkouskaja,**  
*Post-Graduate Student of the  
Department of Pedagogic, BSPU*

Поступила в редакцию 15.07.16

Received on 15.07.16

Концептуальные ориентиры формирования у будущих педагогов нравственной саморегуляции здорового образа жизни раскрываются через нравственные ценности гуманистической этики, идеи, теоретические положения, принципы и нормы, в соответствии с которыми строится исследуемый процесс. Определение и разработка концептуальных ориентиров обусловлены сущностью данного педагогического процесса и закономерностями его осуществления, с одной стороны, и требованиями к образовательной среде учреждения высшего образования, – с другой. Особое внимание в статье обращается на необходимость творческого подхода к проектированию и реализации программы самосовершенствования

*Ключевые слова:* педагог, нравственная саморегуляция здорового образа жизни, концептуальные ориентиры, закономерности, принципы, образовательная среда.

Conceptual forming orientations for the future teachers of moral self-regulation healthy lifestyle are revealed through the moral values of humanistic ethics, ideas, theoretical positions, principles and standards according to which built the monitoring process. The definition and development of conceptual orientations due to the essence of the pedagogical process and the regularities of its implementation, on the one hand, and the requirements to the educational environment of the University, – on the other. In the article special attention focused on creative approach for designing their own self-improvement program.

*Keywords:* teacher, moral self-regulation of healthy lifestyles, the conceptual guidelines, laws, principles, educational environment.

Поскольку в эпоху информационного общества приоритетом выступает технологическая вооруженность педагогических работников, сама личность педагога, структура его нравственных ценностей все меньше рассматриваются как действенный метод развития духовного, физического, психического потенциала обучающихся. В образовательной практике имеют место случаи пренебрежительного отношения педагогов к гуманистическим принципам, нормам порядочности и благородства. Педагог нередко становится фактором невротизации, источником психических травм учащихся. В системе же педагогического образования не хватает практик, развивающих у будущих педагогов самосознание, эмпатию, направленность на другого, мотивы и опыт нравственного самосовершенствования. Поэтому среди актуальных проблем развития педагогического образования возникают вопросы, связанные с формированием в процессе профессиональной подготовки педагогов нравственной саморегуляции здорового образа жизни, актуализацией и развитием у них физических, психических, социальных и духовных возможностей как основы продуктивной жизнедеятельности и личного счастья, успешного

выполнения социальных и профессиональных функций.

Нравственная саморегуляция здорового образа жизни (НС ЗОЖ) определяется нами как система внутренней активности личности по воплощению своих духовных, социальных, психических, физических возможностей и способностей в ориентации на ценности гуманистической этики. Ценности любви, гармонии, знания, заботы, ответственности, плодотворности обеспечивают этический иммунитет против деструктивного поведения в отношении других и себя, позволяют сохранить положительное отношение к себе, общее физическое, психоэмоциональное и духовное благополучие [1, с. 52]. Нравственные ценности помогают будущему педагогу воспринимать свое поведение в соответствии с нравственной нормой как единственное для него возможное, выражающее саму сущность его личности, его «Я». Именно такое поведение способствует самоактуализации личности, что является гарантом успешного развития будущего педагога и общества в целом. Поэтому в русле Концепции национальной стратегии устойчивого социально-экономического развития Республики Беларусь до 2030 г. формиро-

вание у будущего педагога нравственной саморегуляции здорового образа жизни становится важнейшей задачей для системы образования Республики Беларусь.

Целостную структуру НС ЗОЖ студентов составляет ориентировочная, исполнительная и контрольная основа деятельности, что делает данный процесс замкнутым (кольцевым) и гарантирует достижение принятой субъектом цели. Интегральным образованием этой структуры является формирующийся «регуляторный опыт», обеспечивающий переход НС ЗОЖ в привычный образ жизни студентов.

Аксиологические ориентиры педагогического процесса предполагают выделение в качестве приоритетных нравственных ценностей ЗОЖ. Для успешного освоения будущими педагогами нравственных ценностей и выработки ценностных установок необходимо, чтобы деятельность вуза, преподавателей регламентировалась этими ценностями, чтобы все субъекты образовательного процесса руководствовались нравственными ценностями ЗОЖ, проявляли уважительное отношение к «другому», создавали благоприятный климат.

В процессе познания у студента должно формироваться отношение к ЗОЖ как профессиональной ценности. В. А. Сластенин и Г. И. Чижикова считают, что знания должны стать личностно значимыми, поскольку на их основе формируется ценностное отношение, ценностная установка, ценностные ориентации, которые являются отражением ценностного сознания и выступают регулятором поведения [2, с. 14]. Нравственные ценности здорового образа жизни выступают как движущие силы в деятельности и поведении личности, в организации пространства своей жизнедеятельности (здоровой, в контексте нашего исследования).

Нравственные ценности ЗОЖ детерминируют поведение специалиста, а сформированное ценностное отношение к профессионализму побуждает его к активному личностно-профессиональному развитию, ориентирует на высокие профессиональные достижения.

Теоретическую основу процесса формирования НС ЗОЖ составляют **идеи и положения**, отраженные в антропологических концепциях человека как субъекта развития и жизнестворчества (Э. Фромм, В. Г. Ананьев, К. Д. Ушинский), в научных обоснованиях целостности здоровья, взаимосвязи здоровья и здорового образа жизни (Н. М. Амосов, И. И. Брехман, Ю. И. Лисицын), в психолого-педагогических работах по проблемам саморегуляции личности и развития индивидуального стиля профессиональной деятельности (А. К. Абульханова-Славская, О. А. Конопкин, А. Н. Леонтьев, В. И. Моросанова, А. К. Осницкий, А. В. Торхова, Д. С. Шимановский, В. Э. Чудновский), по формированию ценностных отношений учащейся и студенче-

ской молодежи (К. В. Гавриловец, И. С. Кон, В. А. Сластенин, Д. Б. Эльконин).

Анализ результатов исследований упомянутых выше ученых и собственных педагогического опыта дает основание утверждать, что формирование у будущих педагогов НС ЗОЖ будет успешным, если педагогический процесс строится с учетом следующих **закономерностей**:

- влияние внешних педагогических условий в процессе формирования НС ЗОЖ обусловлено мерой собственной активности субъекта в собственном здоровьесберегающем поведении;
- успешность формирования ориентировочной основы НС ЗОЖ зависит от включения в целевой и содержательный компоненты образовательного процесса актуальных для личности смысложизненных ценностей в их взаимосвязях и личностно значимых знаний о здоровом образе жизни;
- результативность формирования исполнительной основы НС ЗОЖ обусловлена возрастающей активностью и самостоятельностью будущего педагога в построении и реализации персональных программ самосовершенствования на всех этапах обучения в учреждении высшего образования;
- динамика формирования контрольной основы НС ЗОЖ обусловлена рефлексивной обращенностью будущего педагога на себя в ходе поиска причин рассогласования запрограммированного хода деятельности и реально полученного результата;
- формирование у будущего педагога НС ЗОЖ обусловлено наличием целевых установок на самоактуализацию в содержательной структуре здоровьесозидающей образовательной среды учреждения высшего образования;
- успешность формирования у будущего педагога НС ЗОЖ обусловлена актуализацией эмоционально-ценностного отношения к здоровому образу жизни на протяжении всего периода обучения в рамках учебно-профессиональной, научной, социально-культурной деятельности и деятельности в период практики.

Перечисленные выше закономерности определяют и концептуальные регулятивы исследуемого процесса. Образовательный процесс в университете будет являться фактором формирования у будущего педагога НС ЗОЖ, если строится в опоре на следующие **принципы и нормы**.

*Принцип ценностных координат* предполагает, что уровень сформированности НС ЗОЖ зависит от местоположения нравственных ценностей в аксиосфере личности. Ценности – это личные суждения о том, что желательно и как следует себя вести человеку [3, с. 53]. Ценности вырастают из потребностей. Стремление сохранить здоровье может родиться из потребности

в безопасности (работает инстинкт самосохранения), но также и из потребности в самоактуализации. В последнем случае к здоровью человек подходит с иных позиций, более осознанно.

Отношения «педагог – ученик» часто становятся отношениями противоборства. В интерпретации самоактуализирующегося педагога эти отношения получают иную окраску: это не ситуация противостояния разнонаправленных желаний и интересов, а благоприятная возможность совместного познания истины. Он не давит на ученика своей эрудицией или авторитетом, он оставляет за собой право просто быть человеком с гармоничной структурой ценностей. Он сам не соперничает со своими учениками, а делает так, чтобы быть для них положительным примером с правильной системой ценностей. Для такого педагога чужда начальственность тона, многозначительность интонаций, зависть, страх, подозрительность, тревога, он оставляет за собой право просто быть здоровым человеком, сохраняет профессиональное долголетие и удовлетворенность трудом.

*Принцип партисипативности* находит свое выражение в актуализации потенциалов саморазвития субъектов образовательного процесса (преподаватель, студент), совместном принятии решения коммуникативных ситуаций, развитии индивидуального творчества обучаемых. Реализация данного принципа предполагает взаимодействие преподавателя и студентов для выработки совместного решения поставленных задач с целью идентификации и интериоризации нравственных ценностей здорового образа жизни. Согласно принципу партисипативности, будущий педагог рассматривается как свободная личность, индивидуальность, способная к самодетерминации в результате общения с другими личностями на основе привлечения к принятию совместных решений, участия и организации кооперативной деятельности с преподавателем по разработке и выполнению программы самосовершенствования, а также неформальной и диалогической межличностной коммуникации, созданной на паритетных началах.

*Принцип моральной ответственности* диктует необходимость осуществления контроля результатов нравственной саморегуляции ЗОЖ посредством гуманистической совести, что делает деятельность будущего педагога не только целенаправленной, но и целедостигающей. Совесть, как и любая моральная способность, не может быть врожденным или унаследованным качеством личности. Она формируется прижизненно под влиянием определенных условий социальной среды и воспитания. Важным субъективным признаком зрелой совести служит честность студента перед собой, проявляемая в искренности и правдивости по отношению к себе, в верности собственным убеждениям вести здоровый образ жизни. Моральная неудовлетворенность, испытывае-

мая совестью, свидетельствует о переоценке личностью своего образа жизни. Таким образом, через совесть происходит процесс нравственного выздоровления будущего педагога.

*Креативно-деятельностный принцип* ориентирует в выборе способов обогащения опыта будущего педагога по организации и ведению здорового образа жизни. Важной организационной составляющей в данном случае является включение будущего педагога в освоение приемов самопомощи и здоровьесозидающую деятельность, поскольку включение в любую деятельность вызывает собственную активность личности, способствуя обогащению опыта, развитию, самореализации и самоактуализации. Поэтому деятельностный аспект в контексте нашего исследования приобретает особое значение. Деятельность – это проявление активности личности, выражающейся в творческом преобразовании окружающего мира и самого себя, установлении реальной связи человека с миром; это внутренняя (психическая) и внешняя (физическая) активность человека, регулируемая сознательной целью [4–6]. Деятельность личности с осознанной целью проявляется как творческое преобразование окружающего мира и самого себя и служит основой здорового бытия.

Создание личностью собственного здорового образа жизни предполагает проявление творческого подхода к проектированию программы самосовершенствования, к ее построению и реализации, сознательную, систематическую работу над собой. Как субъект здоровой жизнедеятельности личность творчески формирует себя, свое самосохранительное поведение, включаясь в здоровьесозидающую деятельность. Включение студента в здоровьесозидающую деятельность будет рассматриваться нами как механизм приобщения его к здоровому образу жизни, способствующий приведению в действие знаний, умений и навыков организации собственного здорового образа жизни и обогащению такого опыта.

*Принцип волеорефлексивной кумуляции* требует накопления будущим педагогом опыта нравственной рефлексии, помогающей в кризисных ситуациях совершать моральный выбор и побуждающей к самосовершенствованию. Нравственная деятельность проявляется в самосознании рефлекслирующей личности, синтезируется и обобщается в виде сущностных свойств, образуя устойчивую «Я-концепцию».

Обеспечение будущему педагогу конструктивной нравственной рефлексивной позиции в деятельности является одним из условий продуктивности педагогического процесса, формирующего НС ЗОЖ. Рефлексия помогает субъекту познать себя в ориентировочном, исполнительном и контрольном аспектах саморегуляции. В ориентировочном – рефлексивному осмыслению подлечит ценностно-смысловой контекст здоровьесозидающей деятельности. В исполни-

тельном – осваиваемая программа самосовершенствования соотносится с возможностями субъекта. В контрольном – анализируется результативность действий и деятельности в целом, степень соответствия (или рассогласования) планируемых и реально полученных результатов, причины этого.

Власть человека над собой – это есть воля, способность преодолевать трудности на пути к благородной цели, способность управлять собой в сложных ситуациях. Каждый силен настолько, насколько может побороть собственные слабости. Значимыми волевыми качествами при этом являются целеустремленность, ответственность, активность, умение владеть собой. Педагоги, обладающие такими качествами, являются истинными субъектами ЗОЖ.

Для включения будущего педагога в здоровьесозидающую деятельность должна быть создана **адекватная образовательная среда**. Анализ научных работ, связанных с характеристикой понятия и сущности образовательной среды, ее признаков и структуры (Н. Б. Крылова, И. А. Ларионова, В. А. Петровский, В. И. Слободчиков, В. А. Ясвин) позволяет сделать вывод, что под образовательной средой в целом понимается совокупность педагогических условий, влияющих на формирование личности посредством обучения и воспитания. В контексте формирования у будущих педагогов НС ЗОЖ такими педагогическими условиями являются: 1) актуализация эмоционально-ценностного отношения будущего педагога к НС ЗОЖ; 2) актуализация в содержании социально-гуманитарных дисциплин знания о НС ЗОЖ; 3) обогащение опыта НС ЗОЖ в процессе профессионального становления.

Основную смысловую нагрузку в определении образовательной среды несет словосочетание «педагогические условия». Вместе с тем уточним, что студенты как субъекты являются одновременно и продуктами, и творцами своей среды. Поэтому стимулирование их активности в расширении и использовании возможностей образовательной среды для формирования НС ЗОЖ представляется весьма значимым.

Наиболее адекватной образовательной средой для формирования НС ЗОЖ является среда, обладающая потенциалом здоровьесозидания, направленного на мотивированное воплощение будущими педагогами своих духовных, социальных, психических, физических возможностей

и способностей. Мы используем емкое понятие «здоровьесозидание», аккумулирующее в себе такие смыслы как: «создание», «сохранение», «развитие», «сбережение», «укрепление» здоровья.

Здоровьесозидательная образовательная среда возникает там, где происходит коммуникативное взаимодействие студента и преподавателя на основе толерантного сотрудничества, где каждый из участников оказывается способным изменить собственную позицию и создать новый проект деятельности на основе этого опыта. Толерантное сотрудничество способствует успеху взаимодействия между студентами и преподавателями, оно исключает примитивно демагогические притязания между субъектами, несовместимо с бестактностью, агрессивностью, унижением достоинства собеседника, предполагает тактичность, доброжелательность, гуманизм в общении. Такая образовательная среда характеризуется функциональной целесообразностью, системностью, обеспечивает возможности творческой активности, открытость к толерантному сотрудничеству; функционирование на основе накопления «регуляторного опыта»; эмоциональности.

Педагогическими нормами такой образовательной среды являются:

- обеспечение здоровьесозидательной деятельности на протяжении всего периода обучения;
- осуществление педагогического процесса на основе сотрудничества;
- непрерывное обогащение рефлексивного опыта в ориентировочном, исполнительном и контрольном аспектах саморегуляции;
- культивирование практики демократического выражения чувств, взглядов;
- обогащение креативно-деятельностного опыта будущего педагога, обеспечивающего динамику самостоятельности в организации и ведении здорового образа жизни на основе нравственной рефлексии.

Формирование у будущих педагогов НС ЗОЖ – это современный вызов в подготовке здорового и духовно развитого педагога, которого ждет школа. Такой педагог получает удовольствие от своей работы, обладает высоким уровнем работоспособности, активности, творчества, стремится к совершенствованию, готов работать со всеми учениками, не исключая детей с ограниченными возможностями здоровья.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Лобковская, Е. А. Нравственная саморегуляция здорового образа жизни как психолого-педагогическая проблема / Е. А. Лобковская // Адукацыя і выхаванне. – 2015. – № 12. – С. 48–53
2. Сластенин, В. А. Введение в педагогическую аксиологию: учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / В. А. Сластенин, Г. И. Чижакова. – М. : Издательский центр «Академия», 2003. – 192 с.

#### REFERENCES

1. Lobkouskaja, E. A. Nrvstvennaja samoreguljacija zdravovogo obraza zhizni kak psihologa-pedagogicheskaja problema / E. A. Lobkouskaja // Adukatsija i vykhavanne. – 2015. – № 12. – S. 48–53
2. Slastenin, W. A. Vvedenie v pedagogicheskiju aksiologiju: ucheb. posobie dlja stud. vyessh. ped. ucheb. zavedenij / V. A. Slastenin, G. I. Chizhakova. – M. : Izdatelskiy tsentr «Akademija», 2003. – 192 s.

3. *Доброворская, С. Г.* Ориентация старшеклассников и студентов на здоровый образ жизни : учеб. пособие / С. Г. Доброворская. – Казань : Казанск. ун-т, 2001. – 156 с.
4. *Коджаспирова, Г. М.* Педагогический словарь : для студ. высш. и сред. пед. учеб. заведений / Г. М. Коджаспирова, А. Ю. Коджаспиров. – М. : Издательский центр «Академия», 2001. – 176 с.
5. *Головин, С. Ю.* Словарь практического психолога / С. Ю. Головин. – Минск : Харвест, 1998. – 800 с.
6. *Фролов, И. Т.* Философский словарь / И. Т. Фролов. – 7-е изд. – М.: Республика, 2001. – 719 с.
3. *Dobrovorskaja, S. G.* Orientatsija starsheklassnikov i studentov na zdorovi obraz zhizni : ucheb. posobie / S. G. Dobrovorskaja. – Kazan : Kazansk. un-t, 2001. – 156 s.
4. *Kodzhaspirova, G. M.* Pedagogicheskiy slovar: dlja stud. vyessh. i sred. ped. ucheb. zavedeniy / G. M. Kodzhaspirova, A. Ju. Kodzhaspirov. – M. : Izdatelskiy tsentr «Akademija», 2001. – 176 s.
5. *Golovin, S. Ju.* Slovar prakticheskogo psihologa / S. Ju. Golovin. – Minsk : Harvest, 1998. – 800 s.
6. *Frolov, I. T.* Filosofskij slovar / I. T. Frolov. – 7-e izd. – M. : Respublika, 2001. – 719 s.

РЕПОЗИТОРІЙ БДПУ