



Министерство образования Республики Беларусь
Белорусский государственный педагогический университет
имени Максима Танка

Институт повышения квалификации и переподготовки

ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ ВЗРОСЛЫХ: МЕЖДУНАРОДНЫЕ ТЕНДЕНЦИИ И НАЦИОНАЛЬНЫЕ ПРИОРИТЕТЫ

*Сборник научных статей
Международной научно-практической
конференции,
посвященной 105-летию БГПУ
Минск, 22–23 ноября 2019 г.*

Минск
БГПУ
2019

УДК 37.018.46

ББК 74.4

Д68

Редакционная коллегия:

Шеститко И.В., Радыгина В.В., Клезович О.В., Кислякова Ю.Н.

Научный редактор:

Стрелкова И.Б., кандидат педагогических наук, доцент

Рецензенты:

Торхова А.В., доктор педагогических наук, профессор

Зеленко О.В., доктор педагогических наук, доцент

Д68

Дополнительное образование взрослых: международные тенденции и национальные приоритеты : сборник научных статей Международной научно-практической конференции, посвященной 105-летию БГПУ, Минск, 22–23 ноября 2019 г. / Белорус. гос. пед. ун-т имени Максима Танка ; редкол.: И. В. Шеститко [и др.] ; науч. ред. И. Б. Стрелкова. – Минск : БГПУ, 2019. – 300 с. ISBN 978-985-541-689-1.

В сборник включены статьи участников Международной научно-практической конференции «Дополнительное образование взрослых: международные тенденции и национальные приоритеты».

Издание представляет теоретический и практический интерес для широкого круга учёных и специалистов в области дополнительного профессионального образования взрослых, инклюзивного образования, проектной деятельности, наукометрии, информационных технологий; преподавателей, аспирантов, магистрантов и студентов, а также для всех, кто интересуется инновациями и основными тенденциями развития дополнительного образования взрослых в Республике Беларусь и за рубежом.

Авторы несут ответственность за достоверность представленной информации.

УДК 37.018.46

ББК 74.4

ISBN 978-985-541-689-1

© Оформление. БГПУ, 2019

10. Иванова, О. А. Использование неформального образования в системе дополнительного профессионального образования педагогов / О. А. Иванова // Академия профессионального образования. – 2015. – № 11. – С. 25–28.

УДК [37.015.3:005.32]:61

ФОРМИРОВАНИЕ МОТИВАЦИИ К ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ И АКТИВНОМУ ДОЛГОЛЕТИЮ: ПОСТАНОВКА ВОПРОСА

*Коляго Юлия Георгиевна,
Институт повышения квалификации и переподготовки
Белорусского государственного педагогического
университета имени Максима Танка,
Минск, Республика Беларусь
Julia.kolyago@gmail.com*

*Дерюгин Александр Алефтинович,
Институт повышения квалификации и переподготовки
Белорусского государственного педагогического
университета имени Максима Танка,
Минск, Республика Беларусь
a.dieriughin@mail.ru*

В данной статье представлена модель, описывающая четыре взаимосвязанные и соподчиненные подсистемы (социальное окружение, расширенная семья, ядерная семья и индивид), которые создают основу для формирования единой системы мотивации к здоровому образу жизни и активному долголетию.

Ключевые слова: мотивация, здоровый образ жизни, активное долголетие.

FORMATION OF MOTIVATION FOR A HEALTHY LIFESTYLE AND ACTIVE LONGEVITY: STATEMENT OF THE QUESTION

*Julia Kolyago,
The Institute for Advanced Training and Retraining,
Belarusian State Pedagogical University named after Maxim Tank,
Minsk, Republic of Belarus
Julia.kolyago@gmail.com*

*Alexander Dieriughin,
The Institute for Advanced Training and Retraining,
Belarusian State Pedagogical University named after Maxim Tank,
Minsk, Republic of Belarus
a.dieriughin@mail.ru*

This article presents a model that describes four interconnected and subordinate subsystems (social environment, extended family, nuclear family and individual), which

create the basis for the formation of a unified system of motivation for a healthy lifestyle and active longevity.

Key words: motivation, healthy lifestyle, active longevity.

По данным Всемирной Организации Здравоохранения, с годами происходит увеличение продолжительности жизни населения. Но, не смотря на увеличении показателей продолжительности жизни, главным вопросом демографической политики многих стран остается вопрос активного долголетия, одним из ключевых факторов которого отмечают различные компоненты здорового образа жизни.

Здоровый образ жизни – это специфическая форма целесообразной активности человека, деятельность, направленная на сохранение, укрепление и улучшение здоровья. Основными источниками активности являются потребности. Потребность – состояние, которое создается испытываемой человеком нуждой в объектах, необходимых для его существования и развития. Потребности обусловлены процессом воспитания, приобщения к миру человеческой культуры, а также являются источником активности личности. Осознаваемые потребности приобретают форму мотивов, что придает деятельности человека характер сознательно регулируемой деятельности. Вместе с тем, всякая деятельность побуждается не одним мотивом, а несколькими, т.е. деятельность обычно полимотивирована. Совокупность всех мотивов к данной деятельности называется мотивацией деятельности данного индивида. Таким образом, с одной стороны, мотив – это то, что удовлетворяет потребность, а с другой, – это то, что вызывает определенную деятельность. Потребности вызывают мотивы, мотивы вызывают деятельность по удовлетворению возникшей потребности. Мотивация к здоровому образу жизни и активному долголетию – это совокупность внешних и внутренних мотивов, побуждающих к деятельности по сохранению здоровья, и условий, способствующих реализации здоровьесберегающего поведения [1].

Формирование мотивации к здоровому образу жизни и активному долголетию обусловлено многими факторами. Выбор образа жизни, с одной стороны, объективно задан доминирующими в данном обществе социально-психологическими, экологическими, культурными и другими условиями, а с другой, – определяется субъективным набором жизненных ценностей индивида. Формирование мотивации на здоровый образ жизни – это создание личностно развивающей среды, формирующей систему ценностных ориентаций и установок активной жизненной позиции, позитивной мотивации к саморазвитию и самосовершенствованию, принятию ответственности за свою судьбу, заинтересованности в поддержке собственного здорового образа жизни [2, с. 35].

Таким образом, формирование мотивации к здоровому образу жизни и активному долголетию можно представить в виде модели, описывающей четыре

взаимосвязанные и соподчиненные подсистемы (социальное окружение, расширенная семья, нуклеарная семья и индивид), которые создают основу для формирования единой системы мотивации здорового образа жизни и активного долголетия. Каждая из подсистем содержит характеристики когнитивного эмоционального и поведенческого аспектов мотивации к здоровому образу жизни и активному долголетию.

Социальное окружение. Главной целью общества и государств при формировании здорового образа жизни и активного долголетия должна стать политика, которая даст возможность оздоровить ситуацию, к которой привел прогресс. Должны быть созданы условия для активного, творческого, профессионального долголетия, разработаны программы, направленные на формирование здорового образа жизни. Формирование мотивации к здоровому образу жизни, укреплению здоровья, долголетию должно быть связано с дифференцированным подходом с учетом общесоциальных, групповых и личностных характеристик, в результате которого здоровый образ жизни, психическое здоровье станут естественной, органичной потребностью человека, восприняв которую он будет следовать ей без принуждения на протяжении всей своей жизни. В хорошо функционирующей государственной системе когнитивный, эмоциональный и поведенческий аспекты формирования мотивации к здоровому образу жизни и активному долголетию представлены следующим образом:

Когнитивный аспект: наличие в социуме ясных и непротиворечивых норм и критериев здорового образа жизни; поддержание в социуме представлений о ценности здорового образа жизни и активного долгожительства.

Эмоциональный аспект: наличие в социуме системы эмоциональногоощернения (например, установка на позитивную оценку и групповое принятие) людей, ведущих здоровый образ жизни, и долгожителей.

Поведенческий аспект: организация различных мероприятий, связанных с популяризацией здорового образа жизни и активного долголетия.

Расширенная семья. Одним важнейших показателей эффективного функционирования семейной системы является наличие семейных ценностей, направленных на формирование здорового образа жизни, которые одобряются и культивируются в кругу семьи, способствуют созданию связей между членами семьи, способствуют поддержанию семейной идентичности путем передачи от поколения к поколению паттернов поведения, направленных на формирование и поддержание здорового образа жизни и активного долголетия. Таким образом, важно, чтобы у членов расширенной семьи когнитивный, эмоциональный и поведенческий аспекты мотивации к здоровому образу жизни и активному долголетию были представлены следующим образом:

Когнитивный аспект: наличие у членов расширенной семьи представлений о здоровом образе жизни и активном долголетию; наличие моделей (обра-

за) позитивных переживаний, связанных со здоровым образом жизни и долгожительством у родственников в разных поколениях.

Эмоциональный аспект: наличие у членов расширенной семьи позитивных переживаний, связанных с историями долгожительства в разных поколениях.

Поведенческий аспект: поддержание членами расширенной семьи действий, связанных со здоровым образом жизни и активным долголетием.

Нуклеарная семья. Семья выступает важным фактором в формировании дисциплины и поведения у ребенка. Родители влияют на поведение ребенка, поощряя или осуждая определенные типы поведения. Ребенок учится у родителей тому, что ему следует делать, как вести себя. Формирование мотивации здорового образа жизни и активного долголетия должно базироваться на двух важных принципах: возрастном и деятельностном. Первый принцип гласит: воспитание мотивации необходимо начинать с раннего детства. Второй принцип утверждает: мотивацию следует создавать через оздоровительную деятельность по отношению к себе. Чтобы мотивировать детей на здоровый образ жизни, надо находить правильные мотивы, имеющие смысл применения в их жизни. Если в семье заложены привычки соблюдать элементарные правила и нормы здорового образа жизни и имеется много мотивов к активной, здоровой жизнедеятельности, то это легко воспримут и дети. Все это происходит в результате процесса, который в психологии называют интериоризацией, – процесса, при котором происходит формирование внутренних структур человеческой психики посредством усвоения внешней социальной деятельности. Любое сложное действие, прежде чем стать достоянием разума, должно быть реализовано вовне.

По мнению Л.С. Выготского, «всякая функция человеческой психики первоначально складывается как внешняя, социальная форма общения между людьми, как трудовая или иная деятельность, и лишь затем, в результате интериоризации, становится компонентом психики человека» [3, с. 370]. Каждая культурная форма поведения возникает первоначально как форма сотрудничества с другими людьми, как подражание другому или обращение к взрослому; только на следующем этапе эта форма становится индивидуальной функцией самого ребенка. Изначально поведение ребенка является социальной формой сотрудничества со взрослым. Таким образом, родители являются первыми значимыми фигурами в формировании здорового образа жизни. Но для этого также важно, чтобы у родителей были сформированы когнитивный, эмоциональный и поведенческий аспекты здорового образа жизни и активного долголетия.

Когнитивный аспект: присутствие в образах Я-родителей представлений о себе как об активных долгожителях; наличие модели (образа) здорового образа жизни и активных долгожителей в родительской семье.

Эмоциональный аспект: наличие у членов родительской семьи позитивных переживаний, связанных со здоровым образом жизни и долгожительством.

Поведенческий аспект: реализация родителями стереотипного поведения, способствующего формированию здорового образа жизни.

Также при формировании мотивации к здоровому образу жизни и активному долголетию важно учитывать закономерности развития мотивации человека:

1) на рубеже дошкольного и младшего школьного возрастов появляются новые, различные по характеру мотивы, формируются ведущие, доминирующие мотивы, которые могут подчинять себе все иные побуждения, происходит соподчинение мотивов и непосредственных побуждений;

2) мотивация не только побуждает человека к какой-либо деятельности, но и сама формируется в процессе деятельности;

3) человек часто неосознанно и неуклонно предпочитает заниматься тем, что у него лучше получается,

4) поведение человека полимотивировано. При конфликте мотивов чаще всего преобладает тот, который согласуется с общими интересами личности и общественными нормами.

5) с возрастом мотивы меняются, преобразуются, изменяются. Устойчиво доминирующие мотивы поведения приобретают для человека ведущее значение и тем самым подчиняют себе все иные его мотивы.

6) происходит развитие внешней (побуждение или принуждение что-то делать внешними для человека обстоятельствами или стимулами) и внутренней (связанной не с внешними обстоятельствами, а с самим содержанием деятельности) мотивации. При формировании здорового образа жизни важно, чтобы внешняя мотивация переходила во внутреннюю.

Если процесс взаимодействия социального окружения, расширенной и нуклеарной семьи проходит успешно, с учетом закономерностей развития мотивации, когнитивный, эмоциональный и поведенческий аспекты здорового образа жизни и активного долголетия у отдельного индивида будут представлены следующим образом.

Когнитивный аспект: наличие у человека интереса к вопросам долголетия, сформированность представлений о здоровом образе жизни, его месте в системе индивидуальных жизненных ценностей и о себе как о будущем долгожителе.

Эмоциональный аспект: наличие позитивных переживаний, связанных с представлениями о здоровом образе жизни и о себе как о будущем долгожителе.

Поведенческий аспект: наличие активности, направленной на ведение здорового образа жизни, сохранение здоровья, стремление к физической активности.

Таким образом, забота о здоровье, его укрепление должны стать ценностными мотивами, формирующими, регулируемыми и контролирующими образ жизни. Необходимы новая концепции и комплексная программа, построенная с учетом психологических факторов формирования здорового образа жизни, укрепления здоровья, создания культа долголетия. Комплексная программа должна основываться не только на концептуальном осмыслении влияния установок общественного мнения на здоровый образ жизни, здоровье и долголетие, но и на использовании укрепляющих здоровье технологий.

Список использованных источников:

1. Немов, Р. С. Психология : учебник для студ. высш. пед. учеб. заведений : в 3 кн. / Р. С. Немов – 4-е изд. – М. : ВЛАДОС, 2003. – Кн. 1 : Общие основы психологии. – 688 с.
2. Чудинова, Л. Е. Формирование мотивации на здоровый образ жизни / Л. Е. Чудинова // Образование. Карьера. Общество. – 2013. – № 3. – С. 35–36.
3. Розин, В. М. От взглядов Л. С. Выготского к современной концепции развития / В. М. Розин // Психология. Журнал Высшей школы экономики. – 2016. – Т. 13, № 2. – С. 367–385.

УДК [378.091.12:005.963]:004.738.5

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ТЕХНОЛОГИИ СМЕШАННОГО ОБУЧЕНИЯ ДЛЯ ПОДГОТОВКИ ПРЕПОДАВАТЕЛЕЙ ВЫСШЕЙ ШКОЛЫ К РАЗРАБОТКЕ ОНЛАЙН КУРСОВ

*Краснова Татьяна Ивановна,
ГУО «Республиканский институт высшей школы»,
Минск, Республика Беларусь
tikrasnova@yandex.ru*

В тексте зафиксирована проблема дефицитности компетенций преподавателей, требуемых для разработки образовательного процесса в виртуальном пространстве, и представлен анализ ее причин. Обосновывается тезис об использовании моделей смешанного обучения для повышения компетентности преподавателей в области применения принципов и инструментов педагогического дизайна онлайн курсов.

Ключевые слова: виртуальное пространство, онлайн курс, массовые открытые онлайн курсы, смешанное обучение, педагогический дизайн, информационно-образовательные ресурсы.