

Носова Ю. Б., Вовк С. В., Мацай Н. Ю. Про результати вивчення мотивації до здорового способу життя у школярів закладу загальної середньої освіти. *Наукові здобутки : проекти, дослідження, перспективи : Матеріали I Міжнародної науково-практичної конференції*. Старобільськ : Вид-во ДЗ «ЛНУ імені Тараса Шевченка», 2020. С. 192–195.

Анотація. В статті подано результати вивчення сформованості в учнів мотивації до здорового способу життя. Встановлено, що переважна більшість учнів досліджуваного закладу загальної середньої освіти має низький та середній рівень сформованості мотивації до здорового способу життя, особливо школярі 6-7 класів, а тому потрібно вживати заходів, спрямованих на виправлення ситуації.

Ключові слова: здоровий спосіб життя, мотивація до здорового способу життя, критерії сформованості мотивації до здорового способу життя, заклад загальної середньої освіти.

Носова Ю. Б., Вовк С. В., Мацай Н. Ю.

магістрантка кафедри біології та агрономії ДЗ «Луганський національний університет імені Тараса Шевченка», м. Старобільськ, Україна, julia.shtefa@gmail.com
доцент кафедри біології та агрономії ДЗ «Луганський національний університет імені Тараса Шевченка», м. Старобільськ, Україна, wolf_sv@ukr.net
доцент кафедри біології та агрономії ДЗ «Луганський національний університет імені Тараса Шевченка», м. Старобільськ, Україна, m19050829@gmail.com

ПРО РЕЗУЛЬТАТИ ВИВЧЕННЯ МОТИВАЦІЇ ДО ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ У ШКОЛЯРІВ ЗАКЛАДУ ЗАГАЛЬНОЇ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ

У Національній доктрині розвитку освіти [1] одним із головних напрямків державної політики в галузі освіти є пропаганда здорового способу життя. Збереження і зміцнення здоров'я молодого покоління – найважливіша функція шкільної освіти. На законодавчому рівні вона закріплена Законами України «Про освіту» [2], «Про повну загальну середню освіту» [3]. Отже, завданням системи освіти є формування в особистості відповідального ставлення до власного здоров'я і здоров'я свого оточення як найвищих суспільних та індивідуальних цінностей, тобто потрібне всебічне вивчення всіх можливих форм і способів формування здорового способу життя [4].

Питання формування позитивного ставлення до здорового способу життя в сучасному суспільстві постало вже на початку 2000 років. Нажаль, це питання не менш гостро стоїть і сьогодні. Виходячи з цього, ми поставили за мету встановити рівень сформованості в учнів мотивації до здорового способу життя.

Констатувальний експеримент проводився у Старобільській загальноосвітній школі II-III ступенів № 4 Старобільської районної ради Луганської області. Всього діагностикою було охоплено 336 учнів 6-11 класів: у тому числі 82 учні шостих класів, 70 учнів сьомих класів, 62 учні восьмих класів, 47 учнів дев'ятих класів, 32 учні десятих класів та 33 учні одинадцятих класів.

Методика констатувального експерименту щодо визначення сформованості мотивації до здорового способу життя спрямовувалася на: визначення наявності: знань у дітей зі сфери здорового способу життя; розуміння дитиною необхідності ведення здорового способу життя; знань про компоненти здорового способу життя; адекватного розуміння основних понять щодо здорового способу життя; лексики щодо понять здорового способу життя в активному і пасивному мовленні дітей; звичок та поведінки з дотримання здорового способу життя; розвинених особистісних якостей, необхідних для дотримання здорового способу життя.

Сформованість мотивації до здорового способу життя в учнів, з одного боку, є сукупністю отриманих раніше знань про здоровий спосіб життя, бажання його дотримуватися, певні звички та навички, з іншого боку, мотивація до здорового способу життя виступає необхідною умовою для подальшого збагачення названих компонентів.

Під критеріями ми розуміємо ознаки, на основі яких відбувається оцінка; а показником є те, відповідно до чого можна судити про розвиток та хід чого-небудь. Критерії сформованості мотивації до здорового способу життя можуть виражатися в конкретних показниках.

Основними показниками сформованості в учнів мотивації до здорового способу життя, на нашу думку, можна вважати:

- розуміння основних понять зі сфери здорового способу життя;
- наявність знань про здоровий спосіб життя, наявність лексики щодо здорового способу життя в активному і пасивному мовленні;
- реалізація в життєвих ситуаціях навичок, що відповідають здоровому способу життя, та наявність відповідно до цього розвинених особистісних якостей;
- наявність інтересу ведення здорового способу життя.

Відповідно до цього виділяємо три критерії визначення в учнів сформованості мотивації до здорового способу життя: когнітивно-мовний, операційний і психологічний.

Оцінка загального рівня сформованості в учнів компонентів мотивації до здорового способу життя проводилася підрахунком кількості набраних респондентами балів. Кожне запитання питальника надавало можливість диференційованої відповіді й оцінювалося від 0 до 2 балів, де відповідь «так» відповідала 2 балам, «не знаю, не впевнений» – 1 балу і «ні» – 0 балів. В кожному блоці було 9 запитань, за відповіді на які максимально можна було отримати 18 балів, а в сумі за трьома компонентами – $18 \cdot 3 = 54$ бали. Розрахунок рівня сформованості одного з компонентів мотивації до здорового способу життя вели за формулою:

$$n = x * 100 \% / 18 ,$$

де n – відсоток сформованості окремого компонента мотивації до здорового способу життя;

x – отримана кількість балів у процесі опитування за окремим блоком.

Кількість набраних балів характеризує рівні мотивації до здорового способу життя в такий спосіб: 0-27 балів (0-50%) відповідає низькому рівню, 28-45 балів (52-74%) відповідає середньому рівню, 45-54 балів (76-100%) відповідає достатньому рівню.

Достатній рівень сформованості у школярів мотивації до здорового способу життя в процесі усного опитування констатувався у випадку, коли дитина із цікавістю ставилася до сфери здорового способу життя, із захопленням брала активну участь у різних заходах із забезпечення здорового способу життя (спорт, загартовування тощо); під час спілкування вільно та з цікавістю обговорювала тематику, спрямовану на здоровий спосіб життя; охоче брала участь у таких розмовах, вільно оперувала поняттями зі світу здорового способу життя; пропонувала адекватне рішення у ситуації вибору стосовно способу життя.

Для *середнього рівня* сформованості у школярів мотивації до здорового способу життя була властива наявність у дітей нестійкого інтересу до питань щодо здорового способу життя,

який без подальшого спонукання згасав. З'ясувалося, що стосовно питань здорового способу життя учень в основному діяв залежно від ситуації, але намагався в цілому дотримуватися принципів здорового способу життя. Дитина розуміла значення здорового способу життя, володіла лексиною стосовно питань здорового способу життя, але без захоплення обговорювала цю тематику; швидко втрачала інтерес до будь-якої цілеспрямованої діяльності щодо дотримання здорового способу життя, не отримала від цього великого задоволення або не бачила в кінцевому результаті власної вигоди.

Для *низького рівня* сформованості у школярів мотивації до здорового способу життя були характерні наступні прояви: епізодичний інтерес до питань здорового способу життя; індиферентне ставлення до нових знань, пов'язаних зі здоровим способом життя. Дитина навіть у деяких відповідях демонструвала негативне ставлення до сфери здорового способу життя, показувала небажання збільшувати власний запас знань щодо здорового способу життя, брати участь у відповідних вправах щоденно. Відповідно, незнання і нерозуміння більшості правил здорового способу життя викликало виникнення негативного ставлення до всього, з чим пов'язана сфера здорового способу життя.

За віковим критерієм піддослідних учнів ми об'єднали в такі групи: 6-7 класи – 152 учні; 8-9 класи – 109 учнів; 10-11 класи – 75 учнів.

На початку навчального року ми провели діагностування початкових рівнів сформованості у школярів мотивації до здорового способу життя; його результати подані в таблицях 1-3.

Таблиця 1

*Узагальнені результати
 рівнів сформованості мотивації до здорового способу життя
 у школярів шостих-сьомих класів на початку навчального року*

Критерій сформованості мотивації до здорового способу життя	Достатній рівень		Середній рівень		Низький рівень	
	осіб	%	осіб	%	осіб	%
Когнітивно-мовний	3	2	53	34,9	96	63,1
Операційний	3	2	60	39,5	89	58,5
Психологічний	2	1,3	57	37,5	93	61,2

Таблиця 2

*Узагальнені результати
 рівнів сформованості мотивації до здорового способу життя
 у школярів восьмих-дев'ятих класів на початку навчального року*

Критерій сформованості мотивації до здорового способу життя	Достатній рівень		Середній рівень		Низький рівень	
	осіб	%	осіб	%	осіб	%
Когнітивно-мовний	8	7,3	42	38,5	59	54,2
Операційний	7	6,4	41	37,6	61	56
Психологічний	6	5,5	39	35,8	64	58,7

Таблиця 3

Узагальнені результати
рівнів сформованості мотивації до здорового способу життя
у школярів десятих-одинадцятих класів на початку навчального року

Критерій сформованості мотивації до здорового способу життя	Достатній рівень		Середній рівень		Низький рівень	
	осіб	%	осіб	%	осіб	%
Когнітивно-мовний	17	22,7	33	44	25	33,3
Операційний	15	20	32	42,7	28	37,3
Психологічний	16	21,3	35	46,7	24	32

З наведених даних видно, що на початку навчального року когнітивно-мовний критерій найбільш виражений в учнів 10-11 класів – 66,7 % (сума % за достатнім та середнім рівнями), а в учнів 6-7 класів він виражений найменше – 36,9 %. У групі учнів 6-7 класів низький рівень цього критерію є найбільшим – 63,1 %.

Аналогічні закономірності спостерігали й за операційним та психологічним критеріями.

Ці результати можна пояснити тим, що зі збільшенням віку учнів розширюються їхні знання про здоровий спосіб життя й вони частіше обговорюють свій досвід між собою.

Результати проведеного нами дослідження засвідчили, що переважна більшість учнів має низький та середній рівень сформованості мотивації до здорового способу життя, особливо школярі 6-7 класів, а тому потрібно вживати заходів, спрямованих на виправлення ситуації. Вважаємо, що це можна здійснювати як на уроках, так і позаурочних роботах з біології.

Список використаної літератури

1. Указ Президента України «Про національну доктрину розвитку освіти» від 17 квітня 2002 року № 347/2002. URL : <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/347/2002#Text>
2. Закон України «Про освіту» / Відомості Верховної Ради УРСР (ВВР), 1991, N 34. URL : <http://zakon4.rada.gov.ua/laws/show/1060-12>
3. Закон України «Про повну загальну середню освіту» від 16 січня 2020 року № 463-IX. URL : <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/463-20#Text>
4. Державна національна програма «Освіта» («Україна XXI століття») / Постанова Кабінету Міністрів України від 03.11.1993 № 896. [Електронна версія]. URL : <http://zakon4.rada.gov.ua/laws/show/896-93-%D0%BF>