

А
УДК 613.96.002.5:37.013.77]:159.947.5-057.875

ББК 88.5

Б 93

Рецензенты:

доктор педагогических наук, профессор Дунаев К.С.

кандидат педагогических наук, доцент Швецов А.В.

Б 93 Буторин, В. В. Психолого-педагогический аспект в формировании мотивационно-ценностного отношения к здоровому стилю жизни у молодежи : монография / Моск. гос. акад. физ. культуры. – Малаховка, 2015. – 208 с.

ISBN 978-5-00063-002-0

В монографии раскрывается психолого-педагогический аспект формирования мотивационно-ценностного отношения к здоровому стилю жизни у студенческой молодежи. Данная работа является результатом диссертационного исследования автора. В работе сделана попытка разведению дефиниций понятий «здоровый стиль жизни» и «здоровый образ жизни», а также автором раскрыта структура процесса формирования мотивационно-ценностного отношения к здоровому стилю жизни. Проведён глубокий анализ концепций и теоретических подходов изучения индивидуального стиля деятельности и жизни. Подчёркивается персонифицированный характер в формировании здорового стиля жизни, который определяется не только историческими, национальными и общественными традициями, но и личностными особенностями личности ведущего его. Даётся своё видение решения данной проблемы – проблемы формирования здорового стиля жизни у молодежи.

Монография адресована студентам вуза, интересующейся молодежи с активной жизненной позицией в плане здоровья. Материалы монографии также могут использоваться в рамках учебных дисциплин валеологической направленности.

ISBN 978-5-00063-002-0

Б 93

*Утверждено научно-методическим советом МГАФК
в качестве учебного пособие*

© Буторин В.В., 2015 г.

© ФГБОУ ВПО «Московская государственная академия физической культуры», 2015

А

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	5
ГЛАВА I.	
ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИССЛЕДОВАНИЯ ЗДОРОВОГО СТИЛЯ ЖИЗНИ.....	8
1.1. Феноменология здорового стиля жизни.....	8
1.2. Здоровый стиль жизни в самосознании личности студента как субъекта образования.....	21
1.3. Содержание и структура здорового стиля жизни	33
1.4. Сущность мотивационно-ценностного отношения к здоровому стилю жизни.....	47
ГЛАВА II. ФОРМИРОВАНИЕ МОТИВАЦИОННО- ЦЕННОСТНОГО ОТНОШЕНИЯ К ЗДОРОВОМУ СТИЛЮ ЖИЗНИ У СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЁЖИ.	77
2.1. Психолого-педагогические условия и механизмы формирования мотивационно-ценностного отношения к здоровому стилю жизни.....	77
2.2. Конструирование процесса формирования мотива- ционно-ценностного отношения к здоровому стилю жизни у студентов.....	91
2.3. Экспериментальная программа по формированию мотивационно-ценностного отношения к здоровому стилю жизни.....	125
2.4. Опытнo-экспериментальная работа по формированию мотивационно-ценностного отношения к здоровому стилю жизни.....	142

ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	181
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.....	192