

Література

1. Баландин В. И. Психолого-педагогические основы прогнозирования в спорте : автореф. дис. на соискание науч. степени докт. пед. наук : спец. 13.00.04 "Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры" / В. И. Баландин. – СПб., 2000. – 36 с.
2. Бойко Г. М. Психолого-педагогічний супровід спортивної діяльності плавців із порушеннями психофізичного розвитку в паралімпійському спорті : монографія / Г. М. Бойко. – Полтава : ТОВ АСМІ, 2012. – 360 с.
3. Бойко Г. М. Дослідження особистісних якостей плавців із порушеннями психофізичного розвитку / Г. М. Бойко // Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 19: Корекційна педагогіка та психологія : зб. наук. праць. – Київ : Вид-во НПУ ім. М. П. Драгоманова. – 2012. – Вип. 21. – С. 22–26.
4. Инновационные процессы в развитии технологий психической подготовки и психодиагностики в олимпийском спорте / П. В. Бундзен, К. Г. Коротков, В. И. Баландин [и др.] // Теория и практика физической культуры. – 2001. – № 5. – С. 28–36.
5. Коробейнікова Л. Г. Детермінанта психофізіологічного стану у спортсменів високої кваліфікації з різними емоційними характеристиками / Л. Г. Коробейнікова // Психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2011. – № 4. – С. 94–98.
6. Методические рекомендации для врачей областных центров «Инвас-порт», тренеров и инструкторов по физической культуре, осуществляющих медицинский контроль и ведущих оздоровительную и спортивную работу среди спортсменов-инвалидов по зрению. – Киев, 2014. – 56 с.
7. Порада А. М. Медико-соціальна реабілітація і медичний контроль : підручник / А. М. Порада, О. В. Порада. – Київ : Медицина, 2011. – 295 с.
8. Стамбулова Н. Б. О формировании спортивно важных психических свойств спортсмена / Н. Б. Стамбулова // Спортивная психология в трудах отечественных психологов / [сост. И. П. Волков]. – СПб. : Питер, 2002. – С. 64–72.
9. Черникова О. В. Эмоциональные состояния в спорте / О. В. Черникова // Спортивная психология в трудах отечественных психологов / [сост. И. П. Волков]. – СПб. : Питер, 2002. – С. 73–78.

References

1. Balandin, V. I. (2000). *Psihologo-pedagogicheskie osnovy prognozirovaniya v sporte*. (avtoref. diss. na soiskanie nauch. stepeni dokt. ped. nauk : spets. 13.00.04: "Teoriya i metodika fizicheskogo vospitaniya, sportivnoy trenirovki, ozdorovitelnoy i adaptivnoy fizicheskoy kulturyi"). SPb.
2. Boiko, H. M. (2012). *Psykhologo-pedahohichnyi suprovid sportyvnoi diialnosti plavtsiv iz porushenniamy psykhofizychnoho rozvytku v paralimpiiskomu sporti*. Poltava : TOV ASMI.
3. Boiko, H. M. (2012). Doslidzhennia osobystisnykh yakostei plavtsiv iz porushenniamy psykhofizychnoho rozvytku. *Naukovyi chasopys NPU imeni M. P. Drahomanova. Seriya 19 Korektsiina pedahohika ta psykhohihiia*, 21, 22-26.
4. Bundzen, P. V., Korotkov, K. Gh., Balandyn, V. Y., Volkov, Y. P., Kolodyj, O. V., Unestalj, L. Э. (2001). Innovatsionnye protsessy v razvitii tehnologiy psicheskoy podgotovki i psihodiagnosticski v olimpiyskom sporte. *Teoriya i praktika fizicheskoy kulturyi*, 5, 28-36.
5. Korobejnikova, L. Gh. (2011). Determinanta psykhofiziologhichnogho stanu u sportsmeniv vysokoji kvalifikaciji z riznymy emocijnymy kharakterystykamy. *Psykhologhija ta medyko-biologhichni problemy fizychnogho vykhovannja i sportu*, 4, 94-98.
6. Metodycheskye rekomendacyy dlja vrachej oblastnykh centrov «Ynvas-port», trenerov y ynstruktorov po fizycheskoj kuljture, osushhestvljajushhykh medycynskij kontrolj y vedushhykh ozdoroviteljnuju y sportyvnuju rabotu sredey sportsmenov-ynvalydiv po zrenyju. (2014). Kyev.
7. Porada, A. M. (2011). *Medyko-sotsialna reabilitatsiia i medychnyi kontrol*. Kyiv : Medytsyna.
8. Stambulova, N. B. (2002). O formirovanii sportivno vazhnyih psicheskikh svoystv sportsmena. In I. P. Volkov (Sost.). *Sportivnaya psihologiya v trudah otechestvennyih psihologov*. (s. 64-72.). SPb. : Piter.
9. Chernikova, O. V. (2002). Emotsionalnye sostoyaniya v sporte. In I. P. Volkov (Sost.). *Sportivnaya psihologiya v trudah otechestvennyih psihologov*. (s. 73-78). SPb. : Piter.

УДК 37.015.3:796.012.2]-057.875

Кравченко Т. П.

ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Г Сковороди»,
м. Переяслав-Хмельницький

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІ ОСНОВИ ФОРМУВАННЯ ЦІННІСНОГО СТАВЛЕННЯ ОСОБИСТОСТІ ДО ФІЗИЧНОЇ АКТИВНОСТІ ЯК ЧИННИКА ПРОФЕСІЙНОГО РОЗВИТКУ.

У статті розглядається проблема психолого-педагогічних основ формування цінного ставлення особистості до фізичної активності як чинника професійного розвитку. **Мета:** полягає у виявленні в студентській молоді можливостей, пов'язаних з розвитком, навичок природного відновлення та вдосконаленням професійно важливих якостей, у формуванні фізичної активності кожної особистості. **Матеріали і методи.** Предметом певних характеристик ідентифікаційних даних на основі самооцінки особистості, забезпечує вибір такого курсу фізичної активності, який дозволяє співвідносити максимальні можливості студента до рівня складності обраних цілей. **Результати.** Накопичений, соціальний, біологічний та особистісний потенціал студентів, та гармонійний розвиток особистості не суперечить вимогам майбутньої професійної діяльності. А є невід'ємною частиною майбутнього професіонала своєї справи, що допомагає в передачі накопиченого досвіду особистого ціннісного ставлення до фізичної активності, та сприяє взаємодії з іншими

людьми. **Висновок.** Виявлено здатність майбутніх фахівців розуміти зміну структури фізичної активності, що залежить від режиму роботи до потреби рухової активності; підготовка до здачі іспиту; можливості здійснення рухової активності; необхідність використання методів взаємодії з іншими, для успішної передачі накопиченого досвіду.

Ключові слова. Фахівець, студент, рухова активність, ціннісне ставлення.

Кравченко Т. П. Психолого-педагогические основы формирования ценного отношение личности к физической активности как фактора профессионального развития. В статье рассматривается проблема психолого-педагогических основ формирования ценностного отношения личности к физической активности как фактора профессионального развития. **Цель:** заключается в выявлении в студенческой молодежи возможностей, связанных с развитием, навыков естественного возобновления и совершенствованием профессионально важных качеств, в формировании физической активности каждой личности. **Материалы и методы.** Предметом определенных характеристик идентификационных данных на основе самооценки личности, обеспечивает выбор такого курса физической активности, который позволяет соотносить максимальные возможности студента до уровня сложности избранных целей. **Результаты.** Накопленный, социальный, биологический и личностный потенциал студентов и гармоничное развитие личности не противоречит требованиям будущей профессиональной деятельности. А является неотъемлемой частью будущего профессионала своего дела, помогает в передаче накопленного опыта личного ценностного отношения к физической активности, и способствует взаимодействию с другими людьми. **Вывод.** Обнаружена способность будущих специалистов понимать изменение структуры физической активности, зависит от режима работы к необходимости двигательной активности; подготовка к сдаче экзамена; возможности осуществления двигательной активности; необходимость использования методов взаимодействия с другими, для успешной передачи накопленного опыта.

Ключевые слова. Специалист, студент, двигательная активность, ценностное отношение.

Kravchenko Tetiana Petrivna. Psychological pedagogical bases of formation of value attitude of a personality to the physical activity as a factor of professional development. In the article, the problem of psychological pedagogical bases of formation of the value-based attitude of the individual to the physical activity as a factor of professional development is considered. **Aim:** to detect the opportunities in the students associated with the development of skills of natural recovery and improvement of professionally important qualities in the process of formation physical activity of everyone.

Materials and methods. Certain characteristics of identity details based on self-concept that provides a choice of appropriate course of physical activity, which allows relating the maximum ability of a student to the level of complexity of the chosen goals.

Results. Accumulative, social, biological and personal facilities of the students and the harmonious development of personality do not contradict the requirements of future professional activity. This is an integral part of the future professional who helps in the transmission of accumulating experience of personal value attitude to the physical activity that promotes the interaction with other people. **Conclusion.** The ability of future professionals to understand the changing of the structure physical activity, depending from the schedule of work everyone to the necessity of motor activity; a necessity to prepare for passing the exam; the possibility of physical activity; a necessity of using methods of interaction with other people for the useful transmission of accumulated experience.

Key words. specialist, student, physical activity, value-based attitude.

Постановка проблеми. Особливістю сучасного етапу розвитку суспільства України є прагнення виявити індивідуальні особливості кожної людини, що може суперечити вивченню спільної роботи в колективі. Тому методи взаємодії під час досліджень зі студентами мають також відповідний характер, тобто розглядати їх потрібно не лише як колектив, але і як окрему особистість, а саме: вікові та статеві особливості, соціальний клас, професію тип темпераменту тощо (Collins, 2004: 47-49) [7]. У свою чергу стабільність розвитку суспільства напряму залежить від свідомої поведінки людини, розвитку їх потенційних можливостей, сконцентрованих в органічній єдності ціннісної сфери, інтелектуального та емоційно-психофізичного характеру. Тому кожен студент повинен володіти таким набором засобів та методів, що сприятимуть формуванню необхідних якостей. Особливо яскраво це може демонструватися в інтелектуальній, ціннісно-мотиваційній сфері та сфері здоров'я, якісній ефективній роботі та енергійній діяльності кожної особистості. У зв'язку з цим особливо важливим є впровадження послідовного вдосконалення професійного та особистісного розвитку у всіх видах діяльності кожного члена суспільства.

Аналіз основних досліджень та публікацій. До вивчення різних аспектів виховання студентської молоді в плані її становлення як особистості звертаються В. Долженко (виховання духовних цінностей студентів) [4. с 190-191], Ю. Белова (формування національних цінностей) [2, с 13-14], та ін.

Концептуальні засади професійної підготовки майбутніх фахівців всебічно та ґрунтовно розглядалися в працях дослідників Боренько Я.[3,с92-97].

Численні аспекти туризму як форми фізичного, інтелектуального, морального виховання молодого покоління вивчали, Ю.Н.Федотов [6, с 48-56], але не зважаючи на увагу до даної тематики проблему професійного становлення майбутнього фахівця у вищих навчальних закладах досліджено недостатньо. Поза увагою дослідників залишилися ціннісна та емоційна сфера, а її вивчення є досить важливим особливо для студентської молоді.

Мета дослідження полягає у виявленні в студентської молоді можливостей, пов'язаних з розвитком навичок, природним відновленням та вдосконаленням професійно важливих якостей, у формуванні фізичної активності кожної особистості.

Матеріали і методи дослідження. Дослідження проводилися у формі лекцій, практичних, окремих досліджень. На місцях розміщення була надана основна інформація про психофізичні умови, критерії здоров'я та методи оцінки їх динаміки, про характер пози і дії, відновлення організму та його вплив на поведінку людини, про функції взаємодії та пункти передачі отриманих навичок у професійному спілкуванні, про способи обслуговування фізичної активності, шляхи та варіанти самоврядування, розвиток мотивації та передачі ціннісного відношення до фізичної культури в практиці майбутньої професійної діяльності.

Дослідження проводилося на таких етапах: діагностики, аналітики, мотивації та розроблення. На етапі діагностики дисципліни, студенти зробили оцінку загального функціонального стану організму за показниками серцево-судинної системи: частота серцевих скорочень, систолічний та діастолічний тиск, а також найпростіші показники для визначення їх динаміки.

Оцінювання запасів системи дихання складалися за показниками: життєвої ємності легень. Рівень фізичної підготовленості організму був встановлений в загальних показниках взаємозв'язку довжини та маси тіла, час реакції на візуальний сигнал та реакції на об'єкт що рухається, що дозволяють оцінити увагу, пам'ять, рухливість роботи мозку, пороги чутливості візуального аналізатора, координація, спеціальна діагностика розвитку професійно важливих якостей та можливостей відповідно до тестування.

У педагогічному процесі пріоритетними були тести, для яких участь компетенції держави, спеціальні стенди та складне обладнання не потрібні. У той же час реакції на тести дозволяють оцінити функціональну стабільність організму в комплексі. Таким чином, визначаючи характеристики серцево-судинної системи, функцію дихання, фізичний розвиток та інтелектуальну характеристику ідентифікаційних даних, в наборі отримуємо інтегровану складову психофізичного стану.

На другому аналітичному етапі дослідження основною метою було формування основ самопізнання (процесу визначення можливостей, переваг та недоліків). Студенти проводили аналіз розвитку компонентів психофізичного стану особистості. Аналіз вимірювальних показників та їх взаємодія, які зроблені студентами на цьому етапі сприяли встановленню особливостей функціонального стану, фізичного розвитку організму, інтелектуальних особливостей особистості студентів, просунутого визначення латентного функціонального дефекту окремих систем, її рівнях, стану регулюючі механізми, адаптивна та компенсаторна відповідь на певне навантаження.

Таким чином, фізіологічний стан та функціональна стійкість, показники розвитку професійно важливих психофізичних якостей та здібностей, а також фізичного виховання - це психофізична готовність студента до професійної діяльності та діяльності в цілому.

Пошук третього етапу методів усунення можливих відхилень від оптимального рівня в психофізичному статусі студента, з яких створюється програма саморозвитку та самовдосконалення, був завершений. Студент створює особистий проект здорового способу життя під час обраного ним практичного курсу незалежно від професії. Створено майстерність саморегуляції у здатності визначити ефективність застосування орієнтованих засобів, методів та форм організації та формування ціннісного ставлення до фізичної активності.

Студенти ДВНЗ «Переяслав-Хмельницького державного вищого навчального закладу імені Григорія Сковороди» брали участь в експерименті у період з 2017 по 2018 рр.

Результати дослідження. Щоденний навчальний процес, робота та діяльність кожної особистості пропонують великі вимоги, що до фізичного розвитку студентської молоді. Система ефективності регуляції функцій організму, що виявляються в умовах життя, визначається рівнем можливостей компенсаторних функцій організму. Визначення динаміки показників стану психофізичних можливостей студентів під час вивчення дисципліни, показує, що вони можуть самостійно і швидко враховувати початкові ознаки порушення механізмів регуляції гомеостазу, зумовлені виснаженням або порушенням способу адаптації та встановлення його впливу на ефективність навчальної професійної діяльності [5, с 127-130; 8, с 24; 9 с 46]. Таким чином, за власними дослідженнями та на основі аналізу теоретичних джерел характер адаптивних реакцій організм і стан здоров'я, стійкість організму до фізичної активності, адаптація до кліматичних умов регіону, здійснює пошук методів підвищення рухової діяльності організму. Інформація про характер змін у стані психофізичної організації сприяє цілеспрямованому процесу фізичного самовдосконалення для оптимальної підготовки до професії, та соціальна установка до фізичної самоосвіти студента. Власний досвід участі в оцінці умов психофізичної організації, що реалізується через педагогічний вплив сприяє розширенню сфери усвідомлення особистих потреб, бажань, почуттів, які кодуються в різних відділах свідомості, підготуватися до реалістичного розв'язання внутрішніх конфліктів, реорганізація форми інформаційної сфери. Інтелектуальний аналіз стану психофізичної організації призводить до більш глибокого сприйняття та обробки інформації. Це підвищує здатність до розуміння та зміни структури фізичної активності: підготовка до дисципліни для здачі іспиту та повернення до початкового стану: знання, вміння необхідні для мене, знання і вміння що можуть допомогти іншим, необхідно шукати способи взаємодія з іншими для передачі накопиченого досвіду. Це сприяє цілеспрямованому процесу фізичного самовдосконалення для оптимальної підготовки до професії, соціальної установки форм з фізичної самоосвіти студента.

Відповідно до логіки (Collins, 2004 р., С.47-49), виконання цих умов починає ретельно здійснювати механізм взаємодії через: ритмічну колективну участь, - від неї до солідарності групи. Учасники, яких буде згруповано, стануть цінними, емоційно насиченими для роботи в групі, також це сприяє накопиченню емоційної енергії в людині для вдалої професійної діяльності що дозволить вступати в взаємодію із людьми з почуттям впевненості та ентузіазму (Collins, 2004: с 49). У фізіологічному плані він характеризується як "... настрої нервової системи людини на ритмічну участь у взаємодії з іншими людьми" (Collins, 2004: с. 49) [7, с 47-49].

З точки зору професійного зростання важливо бути в змозі контролювати ситуацію тут і зараз, використовувати місце та час використання суб'єкта і їх культурних умов. На думку І.Д. Бежа формування міцних зв'язків відбувається за рахунок сил емоційної сфери: важке пробудження механізмів і перетворення людських емоцій через основні емоції (щастя, горе, страх, гнів) та їх різні комбінації беруть участь у взаємодії. Через емоції відбувається взаємодія, та встановлення

стійкості соціальної системи. Люди вступають в взаємодію, маючи різну потребу стикаються з проблемами самовизначення, результат інструменту взаємодії, приналежності до певної групи, відчуття реальності подій [1, с 7-13].

Результати нашого дослідження з усіма доведеннями дозволяють припустити, що особисті та професійні формації студента досягаються в процесі взаємодії на заняттях фізичної культури.

Процес зміни представлення та професійної роботи з орієнтацій, організаційно-методичної підготовки, структури управління цим процесом, включення в систему рішення одиниці ситуаційних завдань, пов'язаних з майбутньою професійною діяльністю; організація професійної діяльності в навчальному закладі на добровільних засадах; створення асоціації студента професіоналів, де студенти під спостереженням кваліфікованих фахівців, надають професійні послуги студентам інших організацій, результати діяльності кожного учасника, детально аналізуються та вивчаються для подальшого удосконалення та корекції.

Висновки та перспективи подальших досліджень. Виявлено здатність майбутніх фахівців розуміти зміну структури фізичної активності, що залежить від режиму роботи кожного окремого індивідуума, до потреби рухової активності; необхідність підготовки до здачі іспиту; можливості здійснення рухової активності; необхідність використання методів взаємодії з іншими людьми, для успішної передачі накопиченого досвіду.

Література

1. Бех І. Д. Особистість у контексті орієнтирів розвивального виховання. Інноватика у вихованні. 2015. Вип. №1. – С 7-13.
2. Белова Ю. Ю. Модель професійної компетентності майбутнього інженера машинобудівної галузі. Наукові записки Бердянського державного педагогічного університету. Сер: Педагогічні науки. 2014. Вип. 2. С. 13-19
3. Боренько Я. Особливості громадянських ціннісних орієнтацій студентської молоді. Вісник Львівського ун-ту. Серія педагогічна. 2006. Вип. 21. Ч. 2 С. 92–97.
4. Долженко І. В. Педагогічна установка в професійній підготовці Майбутнього фахівця з фізичної культури і спорту. Науковий вісник Південноукраїнського національного педагогічного університету ім. К. Д. Ушинського. 2011. № 3-4. С. 190-195.
5. Makeeva, V.S. Barkalov S.N., Gerasimov I.V. Дифференцированная физическая подготовка атлетической направленности для курсантов юридических вузов. Мир образования - образование в мире. 2017. № 2 (66). С. 127-130.
6. Федотов Ю. Н. Спортивно-оздоровительный туризм: учебник. [под общ. ред. Ю. Н. Федотова]. М. Сов. Спорт, 2003. 328 с.
7. Collins, R. (2004). Interaction Ritual Chains. Princeton: Princeton University Press 2004. С 47-49
8. Education for Democratic Citizenship. Seminar on basic concepts and core competences. Strasbourg. 2000. 32 p.
9. Strategies for learning democratic citizenship. Council of Europe project "Education for Democratic Citizenship" Strasbourg, 2000. 78 p.

References

1. Bex I. D. Osoby`stist` u konteksti oriyenty`riv rozvy`val`nogo vy`hovannya. Innovaty`ka u vy`hovanni. 2015. Vy`p. 1. – S 7-13.
2. Byelova Yu. Yu. Model` profesijnoyi kompetentnosti majbutn`ogo inzhenera mashy`nobudivnoyi galuzi. Naukovi zapu`sky` Berdyans`kogo derzhavnogo pedagogichnogo universy`tetu. Ser: Pedagogichni nauky`. 2014. Vy`p. 2. S. 13-19
3. Boren`ko Ya. Osobly`vosti gromadyans`ky`x cinnisny`x oriyentacij students`koyi molodi. Visny`k L`vivs`kogo un-tu. Seriya pedagogichna. 2006. Vy`p. 21. Ch. 2 S. 92–97.
4. Dolzhenko I. V. Pedagogichna ustanovka v profesijnij pidgotovci Majbutn`ogo faxivcya z fizy`chnoyi kul`tury` i sportu. Naukovy`j visny`k Pivdenoukrayins`kogo nacional`nogo pedagogichnogo universy`tetu im. K. D. Ushy`ns`kogo. 2011. # 3-4. S. 190-195.
5. Makeeva, V.S. Barkalov S.N., Gerasy`mov Y`.V. Dy`ffereny`rovannaya fy`zy`cheskaya podgotovka atlety`cheskoj napravlenosti` dlya kursantov yury`dy`chesky`x vuzov. My`r obrazovany`ya - obrazovany`e v my`re. 2017. # 2 (66). S. 127-130.
6. Fedotov Yu. N. Sporty`vno-ozdorovy`tel`nyj tury`zm: uchebny`k. [pod obshh. red. Yu. N. Fedotova]. M. Sov. Sport, 2003. 328 s.
7. Collins, R. (2004). Interaction Ritual Chains. Princeton: Princeton University Press 2004. S 47-49
8. Education for Democratic Citizenship. Seminar on basic concepts and core competences. Strasbourg. 2000. 32 p.
9. Strategies for learning democratic citizenship. Council of Europe project "Education for Democratic Citizenship" Strasbourg, 2000. 78 p.

УДК: 612.01-053.4:796.41

Кротов Г. В., Кротова О. Д.
Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова, м. Київ

ФОРМУВАННЯ ПСИХОФІЗІОЛОГІЧНИХ ПОКАЗНИКІВ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ У ПРОЦЕСІ ДОДАТКОВИХ ЗАНЯТЬ ГІМНАСТИЧНИМИ ВПРАВАМИ

Досліджувався вплив додаткових занять гімнастикою з молодшими школярами на формування психофізіологічних показників, які є вагомими чинниками успішності навчання в процесі фізичного виховання. Аналіз результатів проведеного дослідження дає можливість стверджувати, що додаткові заняття гімнастичними вправами позитивно впливають на прояв психофізіологічних показників у молодших школярів, які є основою для успішного оволодіння шкільною програмою з фізичного виховання.