

physical culture (physical culture and sport). Vol. 3K1 (70)16. Pp. 115-119. (in Ukrainian).

9. Novitskij Yu (2015) "Determination relations of personality expression in the process of students' health standards forming". Young sport science of Ukraine. 2015. V.4. P. 69-74 (in Ukrainian).

10. Nesterenko T. M. (2015). "Features of forming of positive relation of students of humanitarian specialties are to health preservation activity". Scientific journal of the National Pedagogical Dragomanov University. Series 15. Scientific and pedagogical problems of physical culture (physical culture and sport). Vol. 3K1 (56)15. Pp. 254-256. (in Ukrainian).

11. Byelikova N. O. (2015). "Organizational and pedagogical conditions of formation of readiness of future specialists in physical education and sports to health-saving activities." Scientific journal of the National Pedagogical Dragomanov University. Series 15. Scientific and pedagogical problems of physical culture (physical culture and sport). Vol. 3K1 (56)15. Pp. 59-63. (in Ukrainian).

УДК 378.147.091.33-056.317:796

Мишин С. В., Вігула Я. М.

Центральноукраїнський державний педагогічний університет імені Володимира Винниченка,  
м. Кропивницький

### ФОРМУВАННЯ "Я-КОНЦЕПЦІЇ" МАЙБУТЬОГО ФАХІВЦЯ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

Проаналізовано психолого-педагогічну літературу та розглянуто теоретичні та практичні аспекти даної проблеми. Запропоновано форми організації щодо формування "Я-концепції" майбутнього фахівця: 1) серію лекцій з майбутніми магістрами фізичного виховання: "Я-концепція" як умова успіху і професійного саморозвитку особистості", "Професійна рефлексія як чинник підвищення ефективності діяльності майбутнього фахівця", "Роль рефлексії у формуванні інтелектуальної культури майбутнього магістра фізичного виховання", "Рефлексія як засіб активізації самосвідомості особистості майбутнього магістра фізичного виховання до професійного самовдосконалення"; 2). тренінгів; 3). диспут. На підставі емпіричних досліджень визначено рівень прагнення до саморозвитку, оцінку особою своїх якостей, оцінку проекту педагогічної підтримки. Здійснювався порівняльний аналіз за трьома показниками діагностики Л.М. Бережної в контрольній та експериментальній групах майбутніх магістрів фізичного виховання. По кожному показнику діагностики Л.М. Бережної нами був врахований середній бал у контрольній та експериментальній групах. Достовірність відмінностей результатів досліджуваних груп, а також динаміка їх показників від початку експерименту визначалась за допомогою t-критерію Стьюдента при  $P < 0,05$ . Ефективність запровадження організаційно-педагогічних умов майбутніх магістрів фізичного виховання у процес фахової підготовки доведена за допомогою критерію  $\chi^2$  – квадрат.

**Ключові слова:** "Я-концепція", інтерактивна лекція, тренінг, прагнення до саморозвитку, самооцінка, проект педагогічної підтримки, студенти-магістранти.

**Мишин Сергей Викторович, Вигула Яна Михайловна. Формирование "Я-концепции" будущего специалиста по физическому воспитанию.** Проанализирована психолого-педагогическая литература и рассмотрены теоретические и практические аспекты данной проблемы. Предложены формы организации по формированию "Я-концепции" будущего специалиста: 1) серию лекций с будущими магистрами физического воспитания: "Я-концепция" как условие успеха и профессионального саморазвития личности", "Профессиональная рефлексия как фактор повышения эффективности деятельности будущего специалиста", "Роль рефлексии в формировании интеллектуальной культуры будущего магистра физического воспитания", "Рефлексия как средство активизации самосознания личности будущего магистра физического воспитания к профессиональному самосовершенствованию"; 2). тренингов; 3). диспут. На основании эмпирических исследований определен уровень стремления к саморазвитию, оценку лицом своих качеств, оценку проекта педагогической поддержки. Осуществлялся сравнительный анализ по трем показателям диагностики л. М. Бережновой в контрольной и экспериментальной группах будущих магистров физического воспитания. По каждому показателю диагностики л. М. Бережновой нами был высчитан средний балл в контрольной и экспериментальной группах. Достоверность различий результатов исследуемых групп, а также динамика их показателей от начала эксперимента определялась с помощью t-критерия Стьюдента при  $P < 0,05$ . Эффективность внедрения организационно-педагогических условий будущих магистров физического воспитания в процесс профессиональной подготовки доказана с помощью критерия  $\chi^2$  – квадрат.

**Ключевые слова:** "Я-концепция", интерактивная лекция, тренинг, стремление к саморазвитию, самооценка, проект педагогической поддержки, студенты-магистранты.

**Mishin Sergiy, Vigula Yana. Formation of the "I-concept" of the future specialist in physical education.** The psychological and pedagogical literature is analyzed and the theoretical and practical aspects of this problem are considered. The forms of organization for the formation of "I-concept" of the future specialist: 1) a series of lectures with future masters of physical education: "I-concept" as a condition of success and professional self-development of the individual", "Professional reflection as a factor of increasing the effectiveness of the future specialist", "the role of reflection in the formation of intellectual culture of the future master of physical education", " Reflection as a means of activating the self-consciousness of the future master of physical education to professional self-improvement"; with the help of an interactive lecture was carried out the transfer of information for the active assimilation of theoretical material with the involvement of thinking mechanisms, while the role of dialogue communication increased, the importance of the social context in the formation of professionally important qualities of the personality of future masters of

physical education. 2). training (each training is aimed at updating the position of the student of the active subject of educational activity in a specially created psychological and pedagogical conditions). 3). debate "can the images of "I" affect the professional self-improvement of the individual?" (the dispute has increased the interest of future professionals to self-improvement. Some of them purposefully and consciously began to work on themselves and their "I-perfect"). On the basis of empirical research, the level of aspiration to self-development, face assessment of their qualities, evaluation of the project of pedagogical support is determined. The comparative analysis on three indicators of diagnostics of L.M. Berezhnova in control and experimental groups of future masters of physical education was carried out. For each indicator the diagnostic L.M. Berezhnova we calculated the average score in the control and experimental groups. The reliability of differences in the results of the study groups, as well as the dynamics of their performance from the beginning of the experiment was determined using the student t-test at  $p < 0.05$ . To check the effectiveness of the process of professional training of future masters of physical education in the control and experimental groups further processed the answer to question number 3 of the questionnaire: "you need to constantly improve the specialist in their activities?" The effectiveness of the implementation of organizational and pedagogical conditions of future masters of physical education in the process of vocational training is proved by the criterion  $\chi^2$  – square ( $\chi^2$ ).

**Key words:** "I-concept", interactive lecture, training, self-development, self-assessment, project of pedagogical support, undergraduate students.

**Постановка проблеми.** З розвитком освіти в Україні швидкими темпами проходить інтенсивний процес пошуку та апробації нових активних форм і методів, що активізують навчально-пізнавальну діяльність студентів у ВНЗ. Значне місце у підготовці майбутніх фахівців належить одному з найважливіших чинників впливу на організацію навчальної діяльності студентів – інтерактивній лекції.

Вона є актуальною, якщо в раціональній формі знайомить слухачів із поки що неопублікованими результатами досліджень. Інтерактивна лекція дозволяє поєднати керівну роль викладача з високою активністю студентів на основі використання сучасних інтерактивних технологій [2].

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Поняття "Я-концепція" народилося в руслі феноменологічної, гуманістичної психології, представники якої (А. Маслоу, К. Роджерс), на відміну від біхевіористів і фрейдистів, прагнули до розгляду цілісного людського "Я" як фундаментального фактора поведінки і розвитку особистості (Петровський А.В., Ярошевський. М.Г., 1998). Слово "концепція" (лат. conceptio – єдиний задум, провідна думка) означає систему поглядів на певне явище. Отже, "Я-концепція" – неповторна система поглядів, когнітивно-емоційний конструкт розуміння себе, ставлення до себе і світу. Це – "теорія самого себе" (Петровський А.В., Ярошевський. М.Г., 1998).

Як зазначає А.І. Зеличенко [3], поняття "Я" є занадто великим і тому має кілька значень: а) як певна константа; б) як "господар" (особистість) людини, який відповідає за життя, контролює думки і керує поведінкою; в) як психічна форма самоідентифікації – індивідуалізації людини на тлі навколишнього світу й інших людей (Е. Еріксон); г) як внутрішнє усвідомлення особистістю самої себе.

Слід зазначити, що розмаїття визначень поняття "Я-концепція" позначилося на моделюванні дослідниками структурних варіантів "Я-концепції". Великий внесок у дослідження сутності категорії "Я" зробили західні дослідники В. Штерн, А. Маслоу, К. Роджерс, Г. Олпорт, Г. Мюррей та ін. Вони виступали проти "атомістичного" подрібнення особистості й поелементного її розгляду. Це сприяло формуванню підходу, відповідно до якого розглядаються не поодинокі "Я" - образи, а систематизована "Я-концепція" [6].

Р. Бернс пов'язує "Я-концепцію" з самооцінкою як сукупністю установок "на себе" і вважає сумою всіх уявлень індивіда про самого себе. Це, на думку автора, впливає з виділення описової та оціночної складових. [1].

Ю.І. Матвеев розглядає "Я-концепцію" як уявлення індивіда про свої соціальні якості, свій реальний, можливий і необхідний соціальний статус, потреби, інтереси, ідеали, що інтегрувалися у складну динамічну систему. [4].

**Мета статті:** визначення стану мотивації особистості до успіху, уникнення невдач і ступеня готовності до ризику.

#### **Завдання дослідження:**

1. Проаналізувати психолого-педагогічну літературу з обраної теми дослідження.

2. Підібрати форми організації щодо формування "Я-концепції" майбутнього фахівця

**Виклад основного матеріалу.** Нами була проведена інтерактивна лекція на тему "Я-концепція як умова успіху і професійного саморозвитку особистості майбутнього фахівця". Контроль за успішністю на лекції визначався декількома способами: запитання ставилися по ходу заняття чи по завершенні. Лектор був готовим буд-якої миті перервати доповідь, щоб відповісти на запитання. Мета лекції – ознайомлення студентів-магістрантів з "Я-концепцією", допомога у формуванні позитивної "Я-концепції", досягнення внутрішньої погодженості особистості, навчання адекватної оцінки своїх стосунків з навколишніми, уникнення конфліктів та встановлення добрих стосунків, навчання управлінню своїм внутрішнім світом, формування позитивного образу власного "Я". Також були включені дискусійні блоки між пунктами плану лекцій. Тоді студенти-магістри вступали в діалог з лектором чи зі своїми товаришами, котрі наприкінці лекції обговорювали зміст лекцій, невіршені проблеми, що спонукало до подальшого вивчення теми.

Формування "Я-концепції" майбутнього фахівця забезпечувалось поєднанням традиційних і нетрадиційних форм та методів проведення навчальних занять з педагогічних дисциплін, а саме інтерактивною лекцією як формою навчання майбутніх магістрів фізичного виховання у вищих навчальних закладах, яка має багатий потенціал і можливості його використання в сучасних умовах для підготовки майбутніх фахівців до професійної діяльності. З допомогою інтерактивної лекції здійснювалась передача інформації для активного засвоєння теоретичного матеріалу із залученням механізмів мислення, при цьому зростає роль діалогічного спілкування, посилюється значення соціального контекста у формуванні професійно важливих якостей особистості майбутніх магістрів фізичного виховання.

Модернізація освітньої діяльності (введення в Болонському процесі на перше місце у навчально-виховній діяльності вищих навчальних закладів самостійної роботи студентів) спонукає до забезпечення майбутніх фахівців знаннями, уміннями, практичними навичками формувального характеру, створення умов для їх творчого самовдосконалення, самореалізації [5].

Аналізуючи різні форми і методи роботи зі студентами-магістрантами, можна зазначити, що найбільш ефективними є активні групові форми. На сьогоднішній час важливого значення в педагогічній практиці вищих навчальних закладів набуває впровадження тренінгів. Проведення тренінгів спрямоване на формування професійних якостей майбутніх фахівців, сприяє самопізнанню і вдосконаленню особистості в різних аспектах. Це пов'язано із популярністю тренінгів як методу ефективної дії на особистість, підвищенню професійного рівня майбутнього фахівця.

Термін "тренінг" (з англ. train, training) має низку значень: навчання, виховання, тренування, дресирування. У науковій літературі існує багато визначень цього поняття. Однак Ю.М. Ємельянов розглядає тренінг як групу методів, спрямованих на розвиток здібностей до навчання та оволодіння будь-яким складним видом діяльності (Ємельянов Ю.Н., 1985.)

Завдання тренінгу полягає у формуванні: нових знань, умінь і навичок стосовно майбутньої професії; умінь критичного і творчого мислення у процесі вирішення професійних завдань; умінь аналізувати різні навчально-виховні ситуації; навичок роботи в колективі.

Проведення тренінгів надало унікальну можливість вивчити складні питання та розкритись особистості у творчій атмосфері, самостійно і добровільно саморозвиватися і професійно самовдосконалюватися. Тренінги: "Я-концепція та її складові", "Я-реальне та Я-ідеальне, Я-концепція та самооцінка як основа самопізнання та самовдосконалення", "Я-професійне, Я крокую до майстерності" проводилися з майбутніми магістрами фізичного виховання після навчальних занять. Тренінги проводились у 4 навчальних групах. Попередньо були вирішені питання матеріального забезпечення й облаштування аудиторій усім необхідним. Тренінги були спрямовані підвести учасників на усвідомлення актуальності даної теми для розуміння складових свого власного "Я".

До активних форм навчання, які виховують самостійність, розширюють кругозір, формують моральні та вольові якості, належить і диспут. Диспут – це усний публічний спір при обговоренні наукових, політичних, моральних та інших проблем з метою пошуків істини (Омельяненко В.Л., 2008).

Нами був проведений диспут "Чи можуть образи "Я" вплинути на професійне самовдосконалення особистості?", де студентами-магістрантами, обмінюючись інформацією, висловлювали думки, обговорювали позитивні та негативні сторони "Я-концепції".

Диспут посилив інтерес майбутніх фахівців до самовдосконалення. Частина з них цілеспрямовано та усвідомлено розпочали роботу над собою і своїм "Я-ідеальним".

Таким чином, підводячи підсумок, можемо зробити висновок, що "Я-концепція" формується через стосунки у родині, набуває активності з життєвим досвідом й починає впливати на особистість, систему її очікувань та прогнозів щодо свого майбутнього, на оцінку своїх досягнень і, тим самим, на ставлення до самого себе.

**Результати досліджень та їх обговорення.** По завершенні експерименту повторно проводилась діагностика Л.М. Бережної за трьома показниками: рівень прагнення до саморозвитку, оцінка особою своїх якостей, оцінка проекту педагогічної підтримки в контрольній та експериментальній групах.

Одержані результати свідчать про відсутність дуже низького рівня показника прагнення до саморозвитку в обох групах. В експериментальній групі також не виявлено результатів низького рівня. Результатів нижче середнього та середнього рівнів у експериментальній групі менше в середньому на 8,75%, водночас вище середнього, високого та дуже високого рівнів більше на 12,7%, 8,0% та 9,5% відповідно, порівняно з контрольною.

Аналіз динаміки змін рівня прагнення до саморозвитку майбутніх магістрів фізичного виховання від початку до кінця експерименту виявив покращення результату в експериментальній групі по закінченні експерименту, порівняно з початковими даними, а саме: не виявлено дуже низького і низького рівнів; на 16,6% і 21% менше відповідно нижче середнього та середнього рівня; на 14%, 31,6% і 14,3% більше відповідно вище середнього, високого і дуже високого рівня. Одержані результати у контрольній групі після завершення експериментальної роботи, порівняно з початковими даними, становлять: на 4,8%, 23,6% і 1,3% відповідно більше дуже високого, високого і вище середнього рівнів; водночас спостерігаємо зниження середнього рівня на 9,9%, нижче середнього – на 10,2%, низького – на 7,3%; дуже низького рівня не виявлено. Аналіз показника самооцінки дає підстави стверджувати, що у студентів-магістрантів експериментальної групи самооцінка стала більш адекватною. Так, заниженої самооцінки у даній групі не виявлено; нормальної – на 8% більше, завищеної – на 6,3%, водночас на 8% менше показників високої самооцінки, у порівнянні з контрольною групою.

Порівняльний аналіз результатів визначення самооцінки майбутніх магістрів фізичного виховання проводився за період між початком експерименту і його закінченням. Виявлено різнонаправлені зміни результатів в обох групах. Так, в експериментальній групі: дуже низької, низької та заниженої самооцінки не виявлено; на 11% і 5,3% більше відповідно нормальної і завищеної самооцінки; на 5,7% менше – дуже високої. У контрольній групі спостерігаємо наступні результати: менше на 4,3% і 1% відповідно заниженої і завищеної; водночас бачимо зворотну тенденцію нормальної та дуже високої самооцінки відповідно на 3% та 2,3%. Результати показника оцінки педагогічної підтримки, дозволяють говорити, що студенти-магістранти експериментальної групи більше розуміють важливість і необхідність педагогічної підтримки для власного професійного вдосконалення. Так, швидше як перспективну для самореалізації вважають таку підтримку 33,3% студентів, необхідною і достатньою для самореалізації – 28,6% респондентів, як можливість професійної самореалізації – 23,8% опитаних. У контрольній групі ці показники є значно нижчими. Водночас, 14,3% майбутніх магістрів фізичного виховання експериментальної групи вважають безперспективною педагогічну підтримку, що яскраво доводить важливість подальшого цілеспрямованого педагогічного впливу на процес самовдосконалення студентів.

Для з'ясування змін результатів оцінки проекту педагогічної підтримки майбутніх магістрів фізичного виховання проводився їхній порівняльний аналіз між початком експерименту і його завершенням. Якщо на початку експерименту 7,1% опитуваних експериментальної групи вважають підтримку як недостатню уваги в плані самореалізації, то по його завершенні таких респондентів не виявлено; на 46,4% менше студентів-магістрантів з невизначеною оцінкою та швидше безперспективною для самореалізації; на 9,5%, 22% і 22% більше відповідно майбутніх магістрів фізичного виховання з перспективною оцінкою, необхідною і можливою для професійної самореалізації. У контрольній групі від початку експерименту динаміка змін оцінки проекту педагогічної підтримки мала наступний вигляд: на 6,1% більше респондентів вказали на можливість професійно самореалізуватись; на 4,5% та 23,8% відповідно більше опитуваних зазначили на необхідності та перспективності педагогічної підтримки для самореалізації; водночас на 32,1% та 2,3% відповідно менше опитуваних з невизначеною оцінкою і недостатньою увагою для самореалізації.

По кожному показнику діагностики Л.М. Бережної нами був вирахований середній бал у контрольній та експериментальній групах. Достовірність відмінностей результатів досліджуваних груп, а також динаміка їх показників від початку експерименту визначалась за допомогою t-критерію Стьюдента при  $P < 0,05$

Для перевірки ефективності процесу фахової підготовки майбутніх магістрів фізичного виховання у контрольній та експериментальній групах додатково оброблено відповідь на запитання № 3 анкети: "Чи потрібно постійно самовдосконалюватися фахівцю у своїй діяльності?" Передбачалося, що при впровадженні організаційно-педагогічних умов професійного самовдосконалення у навчальний процес в експериментальній групі результат буде кращим, ніж у контрольній. Відповіді респондентів на запитання анкети ідентифікувалися за трьома категоріями: "так", "ні" "не знаю". Розподіл відповідей подано в таблиці 2.

Таблиця 2

Розподіл студентів-магістрантів (у залежності від відповідей на питання анкети)

Групи	Так	Частково	Ні
Контрольна (n = 126)	K <sub>1</sub> = 30	K <sub>2</sub> = 58	K <sub>3</sub> = 38
Експериментальна (n = 126)	E <sub>1</sub> = 54	E <sub>2</sub> = 30	E <sub>3</sub> = 42

Перевірка припущення здійснювалася за допомогою критерію  $\chi^2$  – квадрат ( $\chi^2$ ).

$$\chi^2_{\text{спост.}} > \chi^2_{\text{крит.}} \quad (15,96 > 5,99),$$

що свідчить про достовірність відмінностей між відповідями студентів-магістрантів експериментальної і контрольної груп, а відтак не має підстав для відхилення нульової гіпотези. Отже, професійне самовдосконалення майбутніх магістрів фізичного виховання у процесі фахової підготовки у експериментальній групі при впровадженні організаційно-педагогічних умов та відповідного змісту буде більш ефективним, ніж у контрольній.

**Висновок.** Розроблено серію лекцій з майбутніми магістрами фізичного виховання. Проведення тренінгів допомагає формуванню професійних якостей майбутніх фахівців, самопізнанню і вдосконаленню особистості в різних аспектах, надає унікальну можливість вивченню складних питань, самостійно професійно саморозвиватись і самовдосконалюватись. Тренінги навчають молодь аналізувати, цінувати власні знання і можливості, сприяє обміну досвідом, формує відповідальність за своє навчання та самовдосконалення.

По кожному показнику діагностики Л.М. Бережної було вираховано середній бал у контрольній та експериментальній групах. Достовірність відмінностей результатів досліджуваних груп, а також динаміка їх показників від початку експерименту визначена за допомогою t-критерію Стьюдента при  $P < 0,05$ .

**Перспективу подальших досліджень вбачаємо** у розробці спеціальних методик для формування "Я-концепції" майбутнього фахівця з метою їх професійного самовдосконалення.

#### Література

1. Бернс Р. Развитие Я-концепции и воспитание / Р. Бернс. Пер. с англ. /Общ. ред. В.Я.Пилиповского. - М.: Прогресс, 1986. – 422 с.
2. Бєленька Г. В. Інтерактивні прийоми викладання навчальної дисципліни у вищій школі / Г. В. Бєленька. – К. : СП «ЧИП», 2001. – 118 с.
3. Зеличенко А. Психология духовности / А. Зеличенко. – М.: Изд-во Трансперсонального Института, 1996. – 400 с.
4. Матвеев Ю.И. Социальная ориентация личности / Ю.И. Матвеев. – Ростов-на-Дону, 1990. – 210 с.
5. Тренінг як форма навчання у студентському театрі вищого навчального закладу гуманітарного спрямування [http://www.rusnauka.com]. Назва з екрану. Режим доступу : http://www.rusnauka.com
6. Федоришина И.Л. Влияние образа "Я" на особенности профессионального самоопределения старшеклассников: Дис...канд. психол. наук / И.Л. Федоришина – К., 1990. – 185 с.

#### References

1. Berns R. (1986) .Razvytye Ya-kontseptsyy u vospytanye Moskva: Prohress [in Russia]
2. Bielienska H. V. (2001) Interaktyvni pryimy vykladannia navchalnoi dystsypliny u vyshchii shkoli. Kyiv: SP «ChYP», [in Ukrainian]
3. Zelychenko A. (1996) Psykholohyia dukhovnosti Moskva: Yzd-vo Transpersonalnogo Ynstytuta [in Russia]
4. Matveev Yu.Y. (1990) Sotsyalnaia orientatsiya lichnosti Rostov-na-Donu [in Russia]
5. Treninh yak forma navchannia u studentskomu teatri vyshchoho navchalnogo zakladu humanitarnoho spriamuvannia [http://www.rusnauka.com]. Nazva z ekranu. Rezhym dostupu : http://www.rusnauka.com
6. Fedoryshyna Y.L. (1990) Vlyianyie obraza "Ia" na osobennosti professyonalnogo samoopredeleniya starsheklassnykov: Candidate's thesis. Kyiv [in Ukrainian]