

та якість обробки вербальної інформації у реакції вибору одного із трьох подразників є тип вегетативного балансу та енергетична структура серцевого ритму, що відображає активність різних ланок ВНС у вегетативному забезпеченні розумової діяльності. 3. Найбільшу прогностичну інформативність щодо успішності виконання розумових навантажень мають показник симпатопарасимпатичного балансу LF/HF та відносний вклад наднизькочастотних складових у сумарну потужність спектру серцевого ритму VLF%.

ПЕРСПЕКТИВИ ПОДАЛЬШИХ РОЗРОБОК полягають у обґрунтуванні методів покращення психофізіологічної адаптації студентів до навчального стресу шляхом корекції функціонального стану вегетативної нервової системи за допомогою фізичних вправ та засобів психологічної корекції.

ЛІТЕРАТУРА

1. Бадиков В. И. Теория функциональных систем П.К. Анохина в изучении психофизических показателей результативной деятельности студентов / В. И. Бадиков, Э. В. Быкова, Н. В. Климина // Вестник Российской АМН. – 1997. – № 12. – С. 45 – 49.
2. Баевский Р. М., Берсенева А. П. Оценка адаптационных возможностей организма и риск развития заболеваний / Р. М. Баевский, А. П. Берсенева. – М.: Медицина, 1997. – 235 с.
3. Белов А. Ф. Успешность обучения студентов медицинского вуза: дифференциально-психологический аспект / А.Ф. Белов, М. М. Лапкин, Н. В. Яковлева // Психол. журн. – 1994. – Т. 15. – № 1. – С. 81 – 86.
4. Геворкян Э. С. Влияние экзаменационного стресса на психофизиологические характеристики сердечного ритма студентов / Э. С. Геворкян, А. В. Даян, Т. И. Адамян // Журнал Высшей нервной деятельности им. И. П. Павлова. – 2003. – Т. 53. – № 1. – С. 46 – 50.
5. Коробчанський В. О. Гігієнічна оцінка впливу кредитно-модульної системи навчання на функціональний стан студентів вищих медичних навчальних закладів / В. О. Коробчанський, О. Г. Резніченко // Укр. журнал з проблем медицини праці. – 2010. – Т.3. – № 23. – С. 62-66.
6. Макаренко М. В. Основи професійного відбору військових спеціалістів та методики вивчення індивідуальних психофізіологічних відмінностей між людьми / М. В. Макаренко. – Київ, 2007. – 395 с
7. Рашман С. М. Гемодинамика (общая и мозговая) и умственная деятельность в нормальных условиях / С.М. Рашман // Физиол. журн. – 1989. – Т.35. – № 3. – С. 49 – 56.
8. Рашман С.М. Системная и мозговая гемодинамика и умственная активность в условиях нервно-эмоционального стресса // Физиол. журн.- 1992.- Т.38, №6.-С.78-85.
9. Dyrbye L.N. Medical student distress: causes, consequences, and proposed solutions / L. N. Dyrbye, M. R. Thomas, T. D. Shanafelt // Mayo. Clin. Proc. – 2005 – Vol. 80. – № 12. – P. 1613 – 1622.
10. Everhart D.E. Heart rate and fluency performance among high- and low-anxious men following autonomic stress / D. E. Everhart, D. W. Harrison // Int. J. Neurosci. – 2002. – Vol. 112. – № 10. – P. 1149 – 1171.
11. Inagaki H. Effects of psychological stress on autonomic control of heart in rats / H. Inagaki, M. Kuwahara, H. Tsubone // Exp. Anim. – 2004. – Vol. 53. – № 4. – P. 373 – 378.
12. Lucini D. Selective reductions of cardiac autonomic responses to light bicycle exercise with aging in healthy humans / D. Lucini, M. Cerchiello, M. Pagani // Auton. Neurosci. – 2004. – Vol. 30. – № 110. – P. 55-63.
13. McDougall S. J. Central autonomic integration of psychological stressors: focus on cardiovascular modulation / S. J. McDougall, R. E. Widdop, A. J. Lawrence // Auton Neurosci. – 2005. – Vol. 123. – № 1-2. – P. 1 – 11.
14. Sympathetic and parasympathetic activation in heart rate variability in male hypertensive patients under mental stress / Ruediger H., Seibt R., Scheuch K. [et al.] // J. Hum. Hypertens. – 2004. – Vol. 18. – № 5. – P. 307 – 315.
15. Sherina M.S. Psychological stress among undergraduate medical students / M. S. Sherina, L. Rampal, N. Kaneson // Med. J. Malaysia. – 2004. – Vol. 59. – № 2. – P. 43 – 45.

УДК: 378.091.3:796

Мельник А.О.

Кіровоградський державний педагогічний університет імені Володимира Винниченка

АКТИВІЗАЦІЯ ПІЗНАВАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ЗАСОБАМИ ФУНКЦІОНАЛЬНОЇ МУЗИКИ

В статті здійснена спроба обґрунтування засобів активізації пізнавальної діяльності майбутніх учителів фізичної культури до навчального процесу. З'ясовано, що активізація пізнавальної діяльності

студентів залежить від педагогічних мотивації і можлива завдяки впровадження у навчальний процес функціональної музики.

Ключові слова: активізація, пізнавальна діяльність, мотивація, навчальний процес, студент, учитель, фізична культура.

Мельник А.А. Активизация познавательной деятельности будущих учителей физической культуры средствами функциональной музыки. В статье предпринята попытка обоснования средств, которые активизируют познавательную деятельность будущих учителей физической культуры к учебному процессу. Выяснено, что активизация познавательной деятельности студентов зависит от педагогической мотивации и возможна благодаря внедрению в учебный процесс функциональной музыки.

Ключевые слова: активизация, познавательная деятельность, мотивация, учебный процесс, студент, учитель, физическая культура.

Melnik A.A. Cognitive activity of future teachers of physical education by means of functional music. The article is an attempt to study effective means to enhance the cognitive activity of future teachers of physical education in the learning process. It was found that cognitive activity of students depends on teachers motivation and made possible with the introduction of the learning process of functional music.

Key words: activation, cognitive activity, motivation, educational process, students, teachers, physical education.

Постановка проблеми. Метою державної політики щодо розвитку національної системи освіти є необхідність теоретичного обґрунтування й практичного оновлення змісту та методики фахової підготовки майбутнього вчителя, який повинен зберегти високу пізнавальну активність протягом усієї трудової діяльності.

Основним видом діяльності для студентів вищих навчальних закладів є навчання, яке орієнтоване не лише на здобуття необхідного обсягу знань, умінь і навичок по спеціальних дисциплінах, але і на розвиток здатності майбутніх фахівців до пошуку й використанню нових знань і технологій. В педагогічній теорії та передовому педагогічному досвіді знайшли переконливе підтвердження такі засоби підвищення ефективності навчального процесу, як формування пізнавальної самостійності, проблемне навчання, розвиток самостійного логічного мислення і, нарешті, активізація пізнавальної діяльності особистості [1, ст.8]. Для обґрунтування теоретичних основ формування пізнавальної активності актуальними є дослідження філософів та соціологів, а саме Г.С. Ареф'єва, Є.І. Головахи, І.А. Джидар'яна, І.С. Кона, Н.І. Соболевої, Л.В. Сохань, Т.М. Титаренко та ін. Проблему активності та формування в процесі навчальної діяльності досліджували такі психологи, як: М.Й. Боришевський, Н.П.Галкіна, Я.В. Галета, Ю.А. Міславський, Р.О. Пономарьова та педагоги Є.А. Антонова, В.Е. Гурін, П.І. Ключник, А.Г. Комков, Л.С. Кулигіна, В.І. Лозова [5, ст.1]. Вивчення стану проблеми в освітній практиці вищих навчальних закладів показало, що пізнавальна діяльність майбутніх учителів знижується і потребує пошуку дієвих засобів її активізації. На нашу думку, в розрізі формування готовності майбутніх учителів фізичної культури до позакласної діяльності саме функціональна музика здатна активізувати сучасних студентів до навчання. Реалізація принципу активності в навчанні достатньо актуальна і має певне значення, адже навчання і розвиток мають діяльнісний характер, і від якості підготовки студента до професійної діяльності залежить результат навчання, розвиток і виховання студентської молоді. Однією з головних умов активізації пізнавальної діяльності студентів є формування професійної спрямованості протягом їхнього навчання. Адже, саме професійна спрямованість залучає студентів до творчості, розвиває креативні здібності та спонукає до самостійності. Професійна спрямованість виражена цілеспрямованим підходом студентів до навчальної діяльності, під час якої вони оволодівають знаннями, вміннями та навичками. Надалі професійна спрямованість переростає в професійне ставлення студентів.

Активізація пізнавально-творчої діяльності студентів, ефективне управління її формуванням і розвиток соціальної зрілості, методичне, організаційне і психологічне забезпечення такого розвитку це не лише складна педагогічна проблема, але і важливе соціальне завдання. Сьогодні пізнавально-

творча діяльність вчителя наповнюється новим змістом і стає різновидом його соціальної самореалізації, яка є критеріальною характеристикою соціальної зрілості [3, с. 28-29].

Метою даної роботи є дослідження проблеми активізації пізнавальної діяльності у майбутніх учителів фізичної культури засобами функціональної музики.

Завдання роботи:

1. Проаналізувати літературні джерела та практичний досвід щодо активізації пізнавальної діяльності у професійній підготовці фахівців з фізичної культури.
2. Визначити характер впливу функціональної музики на оптимізацію навчального процесу студентів факультету фізичного виховання.
3. Експериментально обґрунтувати ефективність методики впровадження функціональної музики у навчальний процес фахової підготовки майбутніх учителів фізичної культури.

Наукова новизна полягає у встановленні нових наукових фактів про можливості і шляхи підвищення активізації майбутніх учителів фізичної культури до навчальної діяльності засобами функціональної музики. Дослідження виконано відповідно науково-дослідної проблеми кафедри педагогіки та освітнього менеджменту Кіровоградського державного педагогічного університету імені Володимира Винниченка «Організаційно-педагогічні умови соціально-професійної підготовки вчительських кадрів» (державний реєстраційний номер 0104U003704). Ключовою проблемою у вирішенні задач підвищення ефективності та якості навчального процесу є активізація студентів. Її особлива значущість полягає в тому, що учіння спрямоване не тільки на сприйняття навчального матеріалу, але й на формування відносин студента до самої пізнавальної діяльності.

Виклад основного матеріалу дослідження Перетворюючий характер діяльності завжди пов'язаний з активністю суб'єкта. Знання, які студенти отримують, як правило, викликають деякі труднощі в їх застосуванні, поясненні та вирішенні конкретних задач. Одним з вагомих недоліків знань студентів є формалізм, який проявляється у відриві завчених теоретичних положень від уміння застосувати їх на практиці. Пізнавальний інтерес, в нашому розумінні, являє собою окремих вид інтересів особистості, які несуть в собі всі функції інтересу як психологічного утворення: його вибіркового характеру, єдності об'єктивного і суб'єктивного, наявності у ньому інтелектуальних і емоційно-вольових процесів. Специфіка пізнавального інтересу в основному закладена в його об'єкті (знання і процес їх здобуття). Вивчаючи досвід роботи провідних науковців в галузі професійної освіти, нами було з'ясовано, що пізнавальна активність виступає як якість особистості майбутнього фахівця і є важливою умовою його самореалізації. Пізнавальна активність характеризується через діяльність та без діяльності пізнавальної активності не існує. Ми вважаємо, що слід звертати увагу на такі сторони активної діяльності, як вибірковість, вмотивованість, енергійність, потребу. Нами представлена структура активізації пізнавальної діяльності майбутніх учителів фізичної культури як цілісна система з безліччю взаємопов'язаних елементів, що утворюють стійку єдність. Вона передбачає озброєння студентів системою знань, теорією і методикою професійної освіти, передбаченими навчальними програмами всіх циклів навчальних дисциплін, визначених Держстандартом вищої професійної освіти. Процес формування пізнавальної активності майбутніх учителів фізичної культури представлений нами у вигляді структури, яка зображена на Рис 1. У якості вихідних положень, що визначають зміст, форми методи, засоби і характер взаємодії викладачів і студентів у цілісному педагогічному процесі, в якому здійснюється формування готовності майбутнього вчителя фізичної культури, в тому числі і активізація його пізнавальної діяльності, ми виділили принципи особистісно-діяльнісного і системного підходів, а саме: принцип проблемності; принцип забезпечення максимально можливої адекватності навчально-пізнавальної діяльності; принцип взаємонавчання; принцип дослідження проблем і явищ; принцип індивідуалізації; принцип самонавчання та принцип мотивації. Від рівня сформованості мотивів багато в чому залежить успішність і результативність вчення.

Для підвищення активізації студентів до навчання ми надали вирішальне значення пізнавальним мотивам, які становлять основу оволодіння мислительними операціями, а разом з тим і сприяють формуванню пізнавальної активності студентів. Вони проявляються у пробудженні пізнавальних інтересів і реалізуються через одержання задоволення від самого процесу навчання і його

результатів. Формування пізнавальних мотивів – провідний фактор успішності пізнавальної діяльності, оскільки через нього реалізується природна потреба [4, ст.99].



Рис.1. Формування пізнавальної активності майбутніх учителів фізичної культури

В процесі дослідження нами була проведена робота з виявлення вихідного рівня сформованості пізнавальної активності майбутніх учителів фізичної культури до навчальної діяльності. В анкетуванні взяли участь студенти четвертих (63 чол.) і п'ятих (48 чол.) курсів факультету фізичного виховання.

Проведене анкетування дозволило оцінити труднощі, які, на думку студентів, є перешкодою для активізації ефективної пізнавальної діяльності майбутніх фахівців, визначити якості особистості, необхідні для активізації пізнавальної діяльності майбутніх учителів фізичної культури. Головними труднощами недостатнього рівня сформованості пізнавальної діяльності 17,0% студентів вважають у нестачі сучасних технічних засобів навчання; 22,0% студентів – у занадто великій кількості аудиторних занять протягом дня; 6,0% студентів – у недостатньо сформованих знань і уявлень про пізнавальну діяльність; 22% студентів – у недостатньо особистісній організованості та 33,0% - у відсутності інтересу до дисципліни. Найбільшу оцінку отримали дані про бажання і інтерес відвідувати дисципліни практичного циклу, а саме 47,4% та занять спортивно-педагогічного вдосконалення – 46,6% і тільки 6% студентів віддали перевагу циклу фундаментальної підготовки. На нашу думку, визначення рівня сформованості якостей особистості у студентів дозволять їм успішно здійснювати пізнавальну діяльність. Так, з них - 15,2% опитаних сформовані на креативному (високому) рівні, у 32,0% - на продуктивному (середньому) та 50,2% - на репродуктивному (початковому).

Для підвищення активізації пізнавальної діяльності студентів нами було запропоновано проведення циклу практичних дисциплін відповідно Держстандарту вищої професійної освіти за умови впровадження функціональної музики. Використання даного засобу в навчальному процесі на думку Ю.Г. Коджаспірова [2, ст.4] дозволить в необхідний момент під впливом спеціальної музики на фоні позитивних емоцій і ритмічних пульсацій інтенсифікувати навчальний процес и підвищити працездатність студентів, минаючи психічне перенапруження і пов'язані з ними негативні наслідки. Був запропонований наступний музичний репертуар: «Крокуємо зі міною», на українську народну пісню «Диби, диби»; «Побігайте, діти», на музику Я. Степового; «Тапці, ручки, тапці», «Зайчику, зайчику», українські народні забавлянки; «Веселий марш», музика І. Кишка; «Марш», музика М. Робера; «Рухатись і відпочивати», музика Я. Степового; «Збираймося у коло», музика М. Степаненка; «Пташки літають», музика Г. Фріда; «Конячка», музика О. Тилічєєвої; «Весело пострибаємо», на музику О. Гнесіної «Етюд»; «Гопак», «Коло», «Козачок», «Полька», «Коломийка», українські народні мелодії обробка М. Різоля; «Вальс», музика Ж. Колодуб.

Спеціально підібрані музичні твори під кожний вид руху навчального процесу спрямовано стимулювали і регулювали діяльність робочих функцій і психічний стан студентів під час оволодіння

практичними вміннями з фахових дисциплін, а саме теорії і методики викладання гімнастики, спортивних ігор, футболу, теорії і методики викладання рухливих ігор та ін.

Фізіологічна характеристика емоцій, яка була викликана музикою, пов'язана з розповсюдженням збудження з області гіпоталамуса на всі афекторні системи. Тільки в гіпоталамусі виникають емоційні збудження, в той же час весь організм з усіма його системами і периферійними органами залучаються в емоційний вираз, який призводить до:

- 1) емоційного збудження, яке ініціює ту моторну діяльність організму, яка може задовольнити виникаючу потребу;
- 2) забезпечення моторної діяльності за допомогою перебудови роботи внутрішніх органів;
- 3) емоційного збудження активності рецепторних апаратів (органів відчуття), приймати участь в діяльності, по задоволенню потреб, які виникають.

ВИСНОВКИ. В процесі експерименту здійснювалося переключення функціонального стану організму на нові рівні життєдіяльності відповідно до емоційного. Під час роботи позитивні емоції знижували об'єктивні і суб'єктивні симптоми втоми, стимулювали увагу, сприйняття, уяву, пам'ять, мислення. На нашу думку, емоційна активізація приводить до підвищення можливостей організму, викликає натхнення, творче піднесення і активізує пізнавальну діяльність в цілому. В результаті проведеного експерименту успішність з дисциплін практичного циклу покращилась на 6,4%, а відвідування занять на 12,5%.

Таким чином, виникає необхідність у створенні такого освітнього середовища, яке дозволить студенту оволодіти навичками самостійної активної діяльності. Причому характер навчання має забезпечувати творчий розвиток особистості, а впроваджені у вузі методи навчання сприяти реалізації на практиці активної позиції студента. Сформована пізнавальна активність дозволить майбутньому вчителю фізичної культури актуалізувати свій потенціал, моделювати професійну майстерність та творчий саморозвиток, будувати перспективи подальшої професійної діяльності.

ЛІТЕРАТУРА

1. Галета Я.В. Пізнавальна самостійність студентів економічного коледжу: [Монографія]/Ярослав Володимирович Галета. – Кіровоград: Вид-во ТОВ «КОД», 2008. – 228 с.
2. Коджаспиров Ю.Г. Функциональная музыка в подготовке спортсменов/Юрий Георгиевич Коджаспиров. – М.: Физкультура и спорт, 1987. – 64 с.
3. Радул В.В. Соціальна активність у структурі соціальної зрілості (теретико-методологічний аспект): [Монографія]/Валерій Вікторович Радул. – Кіровоград: Поліграфічно-видавничий центр ТОВ «Імекс-ЛТД», 2011. – 256 с.
4. Рацул А.Б. Педагогіка: опорний конспект/Анатолій Борисович Рацул. – Кіровоград: Поліграфічно-видавничий центр ТОВ «Імекс-ЛТД», 2005. – 348 с.
5. Собко С.Г. Формування особистісної активності майбутніх учителів фізичного виховання у позааудиторній діяльності : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук: спец 13.00.07 „Теорія і методика виховання” / С.Г. Собко. – Кіровоград, 2006. – 20 с.

УДК: 616.12-008.31/.33:616.12-008.331.1:796.61.015.6] -07-057.875

Михалюк Є.Л., Малахова С.М.

Запорізький державний медичний університет

ЗСУВИ ПУЛЬСУ ТА АРТЕРІАЛЬНОГО ТИСКУ У СТУДЕНТІВ З АРТЕРІАЛЬНОЮ ГІПЕРТЕНЗІЄЮ ПІД ЧАС ТЕСТУВАННЯ НА ВЕЛОЕРГОМЕТРІ

Проведено тестування фізичної працездатності за допомогою субмаксимального тесту PWC_{170} та розрахунок індексу функціонального стану підліткам з первинною артеріальною гіпертензією до та після року дозованих фізичних навантажень на велотренажерах. Вивчено динаміку пульсу і артеріального тиску на всіх етапах проведення тестування (до, після I-го та II-го фізичного навантаження на велоергометрі, а також на 5-ій хвилині відновлювального періоду). Отримані дані дозволяють судити про зміни показників, що