

ПЕРСПЕКТИВИ ПОДАЛЬШИХ ДОСЛІДЖЕНЬ вбачаємо у вивченні зв'язку між забезпеченням здоров'язберігаючого навчального середовища та розвитком емоційного інтелекту й здоров'я суб'єктів навчального процесу – учителів, учнів, викладачів, студентів.

ЛІТЕРАТУРА

1. Вилюнас В.К. Психология эмоциональных явлений / В.К. Вилюнас. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1976. – 142 с.
2. Додонов Б.И. Эмоция как ценность / Б.И. Додонов. – М., Политиздат, 1978. – 272 с.
3. Костюк Г.С. Навчально-виховний процес і психічний розвиток особистості / Г. Костюк. – К.: Рад. шк., 1989. – 608 с.
4. Makarenko A.S. Obshhie problemy pedagogiki. – Izbrannye proizvedeniya v 3-h t. / A.S. Makarenko. – Т.3. – К.: Rad. shk., 1985. – 590 s.
5. Simonov P.V. Jemocional'nyj mozg / P.V. Simonov. – М.: Nauka, 1981. – 215 s.
6. Fromm Je. Psihoanaliz i jetika / Je. Fromm. – М.: Respublika, 1993. – 416 s.
7. Chajnova L. D. Funkcional'nyj komfort. Komponenty i uslovija formirovaniya / L. D. Chajnova // Tehnicheskaja jestetika. – 1983. – №1. – S. 21–23.

Сущенко Л.П.

Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманов

ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ ЗДІБНОСТЕЙ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ З ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ В УМОВАХ СУЧАСНОЇ ПАРАДИГМИ ВИЩОЇ ФІЗКУЛЬТУРНОЇ ОСВІТИ

До здібностей майбутніх фахівців з фізичної реабілітації, які формуються у процесі навчання у вищому навчальному закладі, автором віднесено: експресивні, гностичні, дидактичні, академічні, творчі, організаторські, перцептивні, конструктивні, психомоторні, комунікативні та авторитарні. Враховуючи високу значущість розвитку цих здібностей як для психоемоційного благополуччя і успішності адаптації в соціумі, так і для професійного становлення майбутніх фахівців з фізичної реабілітації, автор вважає за необхідне приділяти відповідну увагу їх формуванню у процесі організації навчальної діяльності студентів у вищих навчальних закладах.

Ключові слова: формування здібностей, майбутні фахівці з фізичної реабілітації, сучасна парадигма, вища фізкультурна освіта.

Сущенко Л. П. Особенности формирования способностей будущих специалистов по физической реабилитации в условиях современной парадигмы высшего физкультурного образования. К способностям будущих специалистов по физической реабилитации, которые формируются в процессе учебы в высшем учебном заведении, автором отнесено: экспрессивные, гностические, дидактические, академические, творческие, организаторские, перцептивные, конструктивные, психомоторные, коммуникативные и авторитарные. Учитывая высокую значимость развития этих способностей как для психоэмоционального благополучия и успешности адаптации в социуме, так и для профессионального становления будущих специалистов по физической реабилитации, автор считает необходимым уделять соответствующее внимание их формированию в процессе организации учебной деятельности студентов в высших учебных заведениях.

Ключевые слова: формирование способностей, будущие специалисты по физической реабилитации, современная парадигма, высшее физкультурное образование.

Sushchenko L.P. Features of formation of abilities of future specialists in physical rehabilitation in the modern paradigm of higher sports education. *The priority direction of modern higher education is becoming a sports shift from a narrow subject training on the formation and development of a highly integrated personality, transfer student from the object of external influence, "consumer" ready knowledge to the subject of their professional development. The position of the subject of activity involves the maximum inclusion of future specialists in physical rehabilitation activities, giving her personal meanings, awareness goals and take responsibility for its effectiveness. Of particular relevance, the proposed problem gets in the training of future specialists in physical rehabilitation, in which priority is to develop the abilities of future professionals to enable them to adapt themselves in the modern world. In the modern period to achieve a high level of scientific and practical training of future specialists in physical rehabilitation is necessary to solve two major problems: to provide students an opportunity to master the deep fundamental knowledge and change approaches to the organization of training activities in order to improve the quality of learning, to develop students' abilities and their desire to continuous mastery of new knowledge, as well as to take into account the interests of the students in their self-determination and self-realization. The ability of future specialists in physical rehabilitation, which are formed in the process of learning in higher education, the author include: expressive, Gnostic, teaching, academic, creative, organizational, perceptual, design, psychomotor, communicative and authoritarian. Given the high importance of the development of these skills for psycho-emotional well-being and success of adaptation in society, and for the professional development of future specialists in physical rehabilitation, the author considers it necessary to give appropriate attention to their formation in the organization of learning activities of students in higher education institutions.*

Key words: building capabilities, future specialists in physical rehabilitation, the modern paradigm of higher physical education.

Вступ. Пріоритетним напрямом сучасної вищої фізкультурної освіти стає перенесення акценту з вузько предметної підготовки на формування і розвиток високоосвіченої цілісної особистості, перехід студента з об'єкту зовнішньої дії, «споживача» готових знань до суб'єкта свого професійного становлення. Позиція суб'єкта діяльності припускає максимальне включення майбутніх фахівців з фізичної реабілітації в діяльність, надання їй особистісних сенсів, усвідомлення цілей і прийняття відповідальності за її результативність. Особливу актуальність, запропонована проблема набуває у процесі професійної підготовки майбутніх фахівців з фізичної реабілітації, в якій пріоритетним є розвиток здібностей майбутніх професіоналів, що дозволяють їм перетворювати себе у сучасному світі.

Формулювання мети дослідження

Визначені аспекти окреслюють *мету статті*, яка полягає у характеристиці особливості формування здібностей майбутніх фахівців з фізичної реабілітації в умовах сучасної парадигми вищої фізкультурної освіти.

Результати дослідження. Студентський вік є сензитивним періодом для розвитку основних соціогенних потенцій людини. Вища освіта здійснює відповідний вплив на психіку людини, розвиток її особистості. За період навчання у вищому навчальному закладі за наявності сприятливих умов у майбутніх фахівців з фізичної реабілітації відбувається розвиток усіх рівнів психіки. Вони визначають спрямованість розуму людини, тобто формують склад мислення, який характеризує професійну спрямованість особистості майбутнього фахівця з фізичної реабілітації. У сучасний період для досягнення високого рівня науково-практичної підготовки майбутніх фахівців з фізичної реабілітації необхідно розв'язати дві головні проблеми: забезпечити можливість оволодіння студентами глибокими фундаментальними знаннями і змінити підходи до організації навчальної діяльності з тим, щоб підвищити якість навчання, розвинути здібності студентів, їх прагнення до неперервного оволодіння новими знаннями, а також врахувати інтереси студентів в їх самовизначенні і самореалізації. У «Філософському словнику» поняття «здібності» тлумачаться як психічні властивості індивіда, які регулюють його поведінку і виступають умовою його життєдіяльності [6, с. 348]. В історії психології професійні здібності привернули увагу дослідників відносно нещодавно (у 70-х - 80-х роках ХХ століття), проте перші уявлення про них можна знайти вже в працях античних філософів. Так, Платон (який і вводить поняття «здатності» в науку) уперше формулює думку про те, що люди повинні займатися справами відповідними їх природним завдаткам: «можна зробити усе в більшій кількості, краще і легше, якщо виконувати одну яку-небудь роботу відповідно до своїх природних задатків» [4, с. 131].

Розвиває ідеї Платона у XVI столітті іспанський лікар Хуан Уарте у своїй книзі «Дослідження здібностей до наук» (1575), в якій він дає відповіді на сформульовані ним проблемні питання «які якості має та природа, яка робить людину здатною до однієї науки і не здатною до іншої... які види дарування є в людському роді... які мистецтва і науки відповідають кожному даруванню зокрема... за якими ознаками можна упізнати відповідне дарування» [5, с. 19-20]. Значний внесок у розвиток уявлень про здібності людини вніс в XIX столітті Ф. Гальтон, який включає в поняття природної обдарованості не лише розумові здібності, але і такі якості характеру, як енергію і здатність до важкої праці. Загальним показником талановитості, на думку Ф. Гальтона, є висока репутація в громадському і професійному житті. У психолого-педагогічних дослідженнях поняття «здібності особистості» розглядається: як індивідуально-психологічні особливості (Ю.Б. Гиппенрейтер, Б.М. Теплов та ін.); окремі властивості, якості (А.Г. Ковальов, Н.В. Кузьміна, А.К. Маркова, С.Л. Рубінштейн та ін.); внутрішні можливості (Е.Е. Данилова, І.В. Дубровіна, М.І. Єнікеев та ін.), пов'язані з діяльністю особистості.

У працях М.М. Амосова, Є.П. Ільїна, Н.В. Кузьміної, К.К. Платонова здібності розглядаються як придатність до певної діяльності. Головними критеріями визначення їх наявності є швидкість освоєння нової діяльності, широта переносу вироблених індивідом способів сприйняття й легкість переключення з однієї діяльності на іншу. Як вказує С.Н. Бубка, «такий підхід характеризує здібність як складне цілісне утворення, що набуває в процесі діяльності індивідуальних спеціальних властивостей» [1, с. 5]. У зарубіжній психологічній літературі здібності трактуються або як природжені особливості індивіда, що фатально визначають усі майбутні досягнення суб'єкта (сарасіту), або як набуті навички і уміння (ability). Зарубіжні автори при вивченні здібностей особливо увагу приділяють шляхам виявлення і прогнозування здібностей, співвідношення природжених завдатків і здібностей, а також використанню тестів і варіантів факторного аналізу для вивчення структури здібностей (Дж. Гилфорд, Р.Б. Кеттелл, Ч. Спирмен, Л. Терстоун). Найбільш поширеною є класифікація, розроблена Н.В. Кузьміною, яка включає наступні здібності: гностичні, конструктивні, комунікативні, організаторські та проектувальні. Ми схилиємося до структури здібностей фахівця, запропонованої М.І. Станкіним.

До здібностей майбутніх фахівців з фізичної реабілітації, які формуються у процесі навчання у вищому навчальному закладі, нами віднесено: експресивні, гностичні, дидактичні, академічні, творчі, організаторські, перцептивні, конструктивні, психомоторні, комунікативні та авторитарні. Експресивні здібності майбутніх фахівців з фізичної реабілітації полягають в їх уміннях образно та яскраво виражати думки за допомогою слів і невербальних засобів, в уміннях надихнути хвору людину на необхідність дотримання усіх рекомендацій лікарів і фахівців з фізичної реабілітації, переконати в доцільності тих або інших реабілітаційних заходів. Гностичні здібності пов'язані з уміннями швидко знайти причини і внести корективи в реабілітаційний процес, з уміннями аналізувати і коригувати власну поведінку і відновлення пацієнта в цілому. Ці здібності залежать від рівня розвитку мислення, від здібностей оволодівати, переробляти і використовувати інформацію. Проте інтелект не можна зводити тільки до розвинутого мислення. Інтелект майбутніх фахівців з фізичної реабілітації виступає складною і багаторівневою фізкультурною освітою, системою психічних процесів, що забезпечують не лише пізнання навколишнього світу, але і ухвалення рішень в різних ситуаціях, управління своєю поведінкою. Невипадково психологи виділяють такі види інтелекту, як загальний, що забезпечує успішність будь-якої діяльності, професійний, орієнтований на вирішення спеціальних проблем, і соціальний, що проявляється у сфері міжособистісних стосунків. Як результат позитивної спрямованості і відкритості мислення сприймається така якість майбутніх фахівців з фізичної реабілітації, як толерантність – терпимість відносно до поглядів, переконань, поведінки хворих.

Формування дидактичних здібностей майбутніх фахівців з фізичної реабілітації пов'язано з розвитком їх мислення, з навчанням працювати на свідомо, ініціативно та самостійно. Академічні здібності майбутніх фахівців з фізичної реабілітації пов'язані з прагненням ґрунтовно оволодіти знаннями, уміннями та навичками з професійно орієнтованих дисциплін. Прояв студентом свого внутрішнього потенціалу сприяє тому, що його діяльність стає ефективнішою і такою, що приносить задоволення. Ця характеристика визнається багатьма дослідниками універсальною. У кожного із студентів, виявляється та або інша форма креативності, яку можна назвати оригінальністю, винахідливістю або творчою жилкою. Креативність – загальна здатність особи до творчості, яка визначається не лише рівнем розвитку творчого мислення, що створює щось нове, оригінальне, але передусім здатністю до самовдосконалення, самоактуалізації як прояву фахівцем своєї внутрішньої суті та індивідуальності.

З позицій сьогодення, коли наука, у тому числі теорія і методика фізичної реабілітації, розвивається небаченими темпами, необхідно уважно стежити за новинками літератури, за науковими роботами у реабілітаційній сфері, вести дослідницьку роботу. Організаторські здібності майбутніх фахівців з фізичної реабілітації передбачають методично грамотне проведення реабілітаційних заходів. Організаторські здібності працівника стають затребуваними незалежно від займаної посади і характеру основної професійної діяльності, оскільки забезпечують результативність індивідуальної і групової діяльності, сприяють розвитку міжособистісної взаємодії і спілкування, дозволяють вибудовувати тимчасові і довгострокові плани, ефективно діяти в стандартних і нестандартних ситуаціях, оптимально використовувати матеріальні, психологічні і кадрові ресурси. Поняття «організаторські здібності» розглядається ученими у зв'язку з успішним оволодінням організаторською діяльністю (І.С. Мангутов, Л.І. Уманський та ін.); умінням ефективно вибудовувати міжособистісне спілкування і взаємодію (В.С. Лазарев, А.Н. Лутошкін, Р.А. Петрунева та ін.); успішно дією на особу і колектив в освітній сфері і спонуканням її до самовиховання, самоосвіти, саморозвитку (О.А. Абдулліна, Н.В. Кузьміна, Л.Д. Столяренко та ін.). Під організаторськими здібностями Н.А. Галєєва розуміє якості особи, які дозволяють ефективно включати людей в певний вид соціальної або професійної діяльності, успішно коригувати дії усередині неї, а також змінювати діяльність відповідно до поставлених цілей і умов, в яких вона протікає [2, с. **Ошибка! Источник ссылки не найден.**]. О.М. Матвєєва та І.С. Матвєєва розробили алгоритм процесу формування організаційно-управлінських здібностей у студентів, що навчаються за фахом «Фізична культура і спорт» [3]. Перцептивні здібності майбутніх фахівців з фізичної реабілітації пов'язані з уміннями адекватного сприйняття, можливості проникнути у внутрішній світ хворої людини. Основа перцепції полягає у аналітичному підході до поведінки хворого, в готовності фахівця фіксувати у свідомості значущі деталі цієї поведінки, що розкривають їх внутрішній зміст.

Конструктивні здібності майбутніх фахівців з фізичної реабілітації забезпечують прогнозування, проектування і побудову реабілітаційного процесу: постановку цілей і завдань, розробку планів і проектів їх вирішення, визначення умов ефективної організації оздоровчої діяльності, визначення можливих результатів. Психомоторні здібності майбутніх фахівців з фізичної реабілітації забезпечують уміння вникнути в механізм руху, що виконується хворим, знайти слабкі моменти і посилити їх, уміння підібрати індивідуальну техніку, враховуючи індивідуальні особливості хворої людини. Комунікативні здібності майбутніх фахівців з фізичної реабілітації є провідною групою здібностей, що забезпечують міжособистісне і ділове спілкування у реабілітаційному процесі. Ці здібності включають цілий комплекс здібностей і особливостей фахівців з фізичної реабілітації:

- *товариськість* – здатність швидко вступати в контакт, орієнтуватися в ситуаціях спілкування і адекватно реагувати на дії партнерів із спілкування;

- *емпатія* – здатність до співпереживання, емоційної причетності, на основі яких формується уява та інтуїція щодо життєвої ситуації іншої людини.

У комплексі професійних якостей, що формуються у майбутніх фахівців з фізичної реабілітації, особливе місце займає формування здібностей співчуття, емоційного співпереживання, навіть співчуття, а в цілому здібностей психологічного розуміння індивідуальних особливостей

розвитку конкретного іншої людини. Комунікативні здібності майбутніх фахівців з фізичної реабілітації дозволяють безболісно попередити і ліквідувати найскладніший конфлікт, нейтралізувати найсильнішу напругу, активізувати реабілітаційний процес, будь-який вид роботи і відпочинку. Оптимістичний тон і доброзичливість фахівця з фізичної реабілітації не менш важливі, чим його професійна кваліфікація і педагогічна майстерність. Авторитарні здібності майбутніх фахівців з фізичної реабілітації полягають в умінні швидко завоювати авторитет, здатність до вольового впливу на хворих. Авторитет отримується не якимись штучними прийомами, а усією діяльністю фахівця з фізичної реабілітації, його повсякденною поведінкою.

ВИСНОВКИ. У сучасній освітній системі спостерігається зміна парадигми вищої фізкультурної освіти, яка пов'язана з пошуком таких педагогічних умов і засобів, які забезпечували б успішну підготовку майбутніх фахівців з фізичної реабілітації до високого темпу життя, реалій ринку праці, що постійно змінюється. Своєрідний діалектичний зв'язок між здібностями, знаннями, уміннями та навичками майбутніх фахівців з фізичної реабілітації полягає в тому, що для оволодіння останніми потрібні відповідні здібності, а формування здібностей припускає освоєння пов'язаних з відповідною діяльністю знань, умінь та навичок.

ЛІТЕРАТУРА

1. Бубка С. Н. Формування індивідуальних здібностей студентів у процесі фізичного виховання: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук : спец. 13.00.07 «Теорія і методика виховання» / С. Н. Бубка. – К., 2001. – 18 с.

2. Галеєва Н. А. Формирование организаторских способностей студентов вуза во внеаудиторной деятельности : автореф. дис. на соискание учен. степени канд. пед. наук : спец. 13.00.01 «Общая педагогика, история педагогики и образования» / Н. А. Галеєва. – Красноярск, 2008. – 20 с.
3. Матвеева О. М. Алгоритм процесса формирования организационно-управленческих способностей у студентов, обучающихся по специальности «Физическая культура и спорт» / О. М. Матвеева, И. С. Матвеева // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2008. – № 8. – С. 58-62.
4. Платон Собрание сочинений : В 4-х т. – Т. 3. – М., 1994. – 380 с.
5. Уарте Х. Исследование способностей к наукам. – М., 1960. – 228 с.
6. Философский словарь, под ред. И.Т. Фролова, М.: Изд-во политической литературы, 1980. — 444 с.
7. Akgün, A.E , Lynn G.S, & Byrne, John C. (2003) : Organizational learning: a socio-cognitive framework, Human Relations, 56, 7, pp. 839-868.
8. Barnett R. Supercomplexity and the curriculum. Studies in Higher Education, 2000. 25(3), pp. 255–265.
9. Justice, C., Rice, J., Warry, W., & Laurie, I. Taking inquiry makes a difference – a comparative analysis of student learning. Journal of Excellence in College Teaching, 2007. 18(1), pp. 57-77.

УДК. 796.011.3

Терещенко О. В.

Національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова

РУХОВА АКТИВНІСТЬ І ПРАЦЕЗДАТНІСТЬ У РЕЖИМІ НАВЧАННЯ ТА ВІДПОЧИНКУ СТУДЕНТІВ

Підтримання високого рівня працездатності, успішна адаптація до умов навчання у ВУЗі залежить від стану здоров'я людини. Ефективним засобом зміцнення здоров'я є здоровий спосіб життя, який передбачає дотримання певних правил, спрямованих на підтримку і розвиток високого рівня життєдіяльності, що ґрунтується на оптимальному поєднанні праці та відпочинку, раціональному харчуванні, вмінні знімати психофізичне напруження, раціональному використанні засобів відновлення, реалізації відповідної навчальної діяльності, рухового режиму.

Ключові слова: Активність, працездатність, студент, фізична активність, розумова діяльність, навантаження

Терещенко Александр. Двигательная активность и работоспособность в режиме обучения и отдыха студентов. Поддержание высокого уровня работоспособности, успешная адаптация к условиям обучения в ВУЗе зависит от состояния здоровья человека. Эффективным методом укрепления здоровья – является здоровый образ жизни, предусматривающий необходимые правила, которые базируются на оптимальном объединении труда и отдыха, рациональном питании, умении снимать психофизические напряжения, рационально использовать методы восстановления, реализация соответственной учебной деятельности, двигательного режима.

Ключевые слова: Активность, работоспособность, студент, физическая активность, умственная деятельность, нагрузка.

Tereshchenko Oleksandr. Physical activity and labour ability in the regime of studying and relaxation of students. Maintaining a high level of efficiency, successful adaptation to the conditions of learning in the university depends on the state of person's health. An effective mean of health promotion is a healthy lifestyle, which includes: compliance with certain rules that are aimed at maintaining and developing a high level of life and are based on the optimal combination of work and rest, balanced diet, the ability to remove psychophysical stress, the rational use of recovery tools, implementation of relevant learning activities, impellent mode. Full recovery is only able in the way, when hygienic requirements are implemented. Bed should be big enough (its recommended to use bed for one person), stiff enough and fully straight. Recovery would be much more effective if the body will be in horizontal position (on the back) during the sleeping time. In that way person's muscular system is able to be fully relaxed and the respiration becomes easier. It is strongly recommended to sleep undressed and with the window opened. Passive relaxation is also very important, but it should be provided carefully (it should be limited). It is one of the most important elements of healthy life is the way of dealing with stresses of physical and psychical, which are barely negative for health, mood and labor qualities of person. It is known that psycho regulative training is the good way to deal with psychical and physical overworking. Main task of that kind of training is that during it person inflicts on its own psychical condition (provokes the energy income or outcome). Effective way of psycho regulative training is the self-inflicting, which is carried on with concentration control and attention control. Sense of self inflicting is to help person to relax physically with the linguistic constructions.

Key words: activity, student, physical activity, mind activity, efficiency.

Актуальність. Ефективність навчальної діяльності студентів залежить від раціонально організованого режиму їх праці та відпочинку. Раціоналізація режиму навчальної праці та активного відпочинку можлива на основі знань психофізичних характеристик розумової праці студентів, а також особливостей їх життєдіяльності у вищому навчальному закладі. Функції серцево-судинної та м'язової систем у процесі розумової праці значно змінюється. Відбувається посилення кровообігу мозку та зниження показників периферійного кровообігу. Підвищується навантаження нервової системи, що призводить до уповільнення умовних реакцій на дію різноманітних подразників, збільшується час реакції, знижується обсяг і