УДК 378.001.3-051

Веселовський Анатолій Петрович
доцент кафедри спортивних дисциплін і туризму
Дрогобицький державний педагогічний університет імені Івана Франка
м. Дрогобич, Україна
anton_veselovskiy@ukr.net

Веселовська Олена Миколаївна
викладач кафедри української мови
Дрогобицький державний педагогічний університет імені Івана Франка
м. Дрогобич, Україна
alena67_@ukr.net

ВИХОВАННЯ У МАЙБУТНІХ ВЧИТЕЛІВ ВОЛЬОВИХ ЯКОСТЕЙ ЗАСОБАМИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ЯК ОСНОВИ ФОРМУВАННЯ ЇХ ПРОФЕСІЙНО-ОСОБИСТІСНИХ КОМПЕТЕНТНОСТЕЙ

Анотація. Актуальність проблеми полягає у підвищенні вимог до якості сучасної освіти яка зумовлює необхідність підвищення ефективності процесу професійної підготовки в вузах. Метою статті є формування особистісних і вольових якостей студентів необхідних у майбутній професійній діяльності. Методи дослідження: емпіричні методи: спостереження, опитування, анкетування, практичні тести з метою визначення розвитку у студентів основних вольових якостей в процесі занять фізичною культурою. Анкета, запропонована студентам, дозволяє виявити ступінь сформованості у студентів вольового компонента теоретично, а практичні тести показують результати сформованості даних якостей. Результати дослідження: проведена робота по оцінці формування вольових і особистісних якостей дозволяє зробити висновок про недостатній мірі сформованості вольового компонента, а також відсутність у студентів розуміння користі від занять фізичною культурою для оптимізації фізичного і психофізіологічного стану студентів необхідного для майбутньої професійної діяльності.

Ключові слова: фізична культура, професійна підготовка, особистісні якості, вольові якості, засоби і методи фізичної культури.

Вступ. Формування особистості майбутнього спеціаліста у вузі – складний і багатогранний процес, успіх якого забезпечується, насамперед, його організацією і плануванням, створенням зовнішніх і внутрішніх умов для розвитку і прояву необхідних особистісних якостей, а також знань, умінь і навичок, їх системної єдності і гармонійного поєднання.

Серед основних напрямків педагогічної роботи у вузах можна виділити наступне: формування особистісних і вольових якостей студентів; активізація навчально-пізнавальної діяльності студентів; вдосконалення психолого-педагогічної підготовки майбутніх фахівців; естетичне виховання та організація вільного часу студентів; фізкультурно-спортивна діяльність.

Слід зазначити, що, з одного боку, сучасна система української освіти характеризується різними прогресивними тенденціями, такими як: гуманізація, гуманітаризація, застосування особистістно-орієнтованого підходу у вихованні і навчанні студентів, з іншого боку – недостатньою організацією педагогічного процесу, негативно впливаючи на фізичне та психічне здоров'я учнів.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Оцінюючи сучасний стан вищої педагогічної спеціальної освіти, багато дослідників і практиків приходять до висновку про кризисний стан підготовки викладацьких кадрів (І. Іваній, Т. Круцевич, І. Матвєєв, Б. Шиян та ін.). Практика останніх років показує, що освітній процес може мати наступні «фактори ризику: стресова педагогічна тактика (страх у студентів не скласти залік або іспит); інтенсифікація навчального процесу (постійно зростаюче навчальне навантаження в кінцевому результаті перестає відповідати віковим і функціональним можливостям студентів); функціональна неграмотність педагога в питаннях охорони та зміцнення здоров'я учнів; відсутність системи роботи з формуванням якостей, що сприяють успішній адаптації студентів до навчального процесу.

Аналіз психолого-педагогічної та науково-методичної літератури засвідчує, що науковцями досить широко висвітлюються аспекти сучасного становлення спеціалістів фізичного виховання та спорту (І.Маріонда, Е.Сивохоп, В.Товт, Л.Сущенко), але поза увагою дослідників і досі залишаються деякі питання професійної підготовки формування особистості майбутнього спеціаліста, а також необхідності перетворення фізкультурно-оздоровчої та спортивно-масової діяльності майбутніх учителів фізичної культури.

Метою статті розглянути засоби формування особистісних і вольових якостей студентів необхідних у майбутній професійній діяльності.

Завдання дослідження: визначення засобів фізичної культури, що сприяють формуванню вольових і особистісних якостей у студентів.

Методи дослідження. В процесі дослідження були використані наступні емпіричні методи: спостереження, опитування, анкетування, практичні тести з метою визначення розвитку у студентів основних вольових якостей в процесі занять фізичною культурою, які формувалися в результаті дослідницької роботи.

Виклад основного матеріалу. Фізична культура як навчальна дисципліна, є обов'язковою для всіх спеціальностей вузу, і є засобом формування всебічно розвиненої гармонійної особистості, фактором зміцнення здоров'я, оптимізації фізичного і психофізіологічного стану студентів необхідного для майбутньої професійної діяльності [1].

Як навчальний предмет фізична культура має складну будову. Крім впливу на фізичні, функціональні, психофізіологічні якості студентів фізична культура є процесом планомірного, систематичного впливу з метою дати студентам можливість придбати знання та розуміння значення фізичної культури для майбутньої професійної діяльності [4].

© Веселовський А.П., Веселовська О.М.

Актуальність дослідження проблеми формування особистісних якостей у студентів в процесі фізичного виховання обумовлена необхідністю дозволу протиріч між: високим навчально-методичним потенціалом дисципліни «Фізична культура» у вузі і неефективним його застосуванням у різносторонній підготовці студентів в процесі занять з фізичного виховання; необхідністю більш продуктивної реалізації навчально-методичного потенціалу дисципліни «Фізична культура» за формуванням у студентів різних особистісних і вольових якостей, сприяють більш продуктивній професійній діяльності.

Так як до завдань нашого дослідження відноситься формування особистісних і вольових якостей студентів необхідних у майбутній професійній діяльності, то в аспекті нашого дослідження ми спираємося на одну із специфічних функцій фізичної культури – професійно-прикладну. Професійно-прикладна функція дає можливість використання фізичної культури в підготовці людини до специфіки конкретної освітньої та професіональної діяльності. При цьому в процесі занять відбувається формування і розвиток тих особистісних якостей, особливо вольових якостей, які сприятимуть підвищенню ефективності професійної підготовки і конкретної професійної діяльності.

Чисельні дослідження, а також власний досвід роботи на кафедрі фізичного виховання у вузі дозволяють нам припустити, що процес регулярних занять фізичною культурою сприяють формуванню і розвитку не тільки фізичних, а й психічних якостей, рис і якостей особистості.

Вольові якості особистості мають велике значення в професійній діяльності людини. Саме вони визначають вміння людини свідомо направляти свою діяльність відповідно до визначених цілей, долати труднощі і перешкоди в роботі. Всього вченими виділяються вісімнадцять вольових якостей.

За Є.Ільїним, такі якості як рішучість, ініціативність, зібраність, наполегливість, самовладання є основними якостями і грають провідну роль в регуляції поведінки і діяльності особистості [2].

Вольові якості людини формуються за допомогою вольових зусиль: рішучість характеризується мінімальним часом на прийняття рішення; ініціативність визначається взяттям на себе відповідальності за прийняте рішення; зібраність – здатність концентрувати увагу на виконуваному завданні; наполегливість проявляється в прагненні досягти віддалену за часом мету; самонавчання – здатність виконати завдання, незважаючи на перешкоди.

У дослідженні брали участь студенти другого курсу (16 юнаків, 14 дівчат) Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка.

Для виявлення їхнього ставлення до вольових якостей студентам була запропонована анкета з перерахуванням в ній всіх вольових якостей особистості (активність, наполегливість, цілеспрямованість, рішучість, працездатність, відповідальність, самовладання, сумлінність, життєрадісність, впевненість, ініціативність, зібраність, цікавість, надійність, терплячість, оптимістичність, самостійність, свідомість), які необхідно було розставити в порядку їх значимості для себе з першого по вісімнадцяте місце.

Розподіл вольових якостей було визначено в наступному порядку (див.табл. 1): у юнаків основні вольові якості займають 6, 8, 10, 11 і 16 місця; у дівчат відповідно 5, 6, 8, 9 і 17 місця.

Таблиця 1.

Розташування вольових якостей

юнаки	дівчата
1-цілеспрямованість	1-активність
2-відповідальність	2-цілеспрямованість
3-працездатність	3-відповідальність
4-впевненість	4-працездатність
5-активність	5-наполегливість
6-наполегливість	6-самовладання
7-терплячість	7-самостійність
8-рішучість	8-зібраність
9-свідомість	9-рішучість
10-зібраність	10-оптимістичність
11-самовладання	11-надійність
12-самостійність	12-допитливість
13-сумлінність	13-сумлінність
14-надійність	14-впевненість
15-оптимістичність	15-свідомість
16-ініціативність	16-терплячість
17-життєрадісність	17-ініціативність
18-допитливість	18-життєрадісність

Як видно з аналізу отриманих результатів, основні вольові якості, на думку студентів взагалі не входять в ієрархічне ядро структури вольових якостей, які відіграють з точки зору Є.Ільїна провідну роль у поведінці і діяльності особистості.

Практична частина дослідження полягала в тому, що студентам було запропоновано виконати «степ-тест» (див.табл. 2): «степ-тест» сходження на лаву висотою 50 сантиметрів в темпі 180 підйомів і опускань за 3 хвилини; вправа на статичну витривалість; кросовий біг.

Таблиця 2.

Результати «степ-тесту»

Оцінка	Юнаки	Дівчата
Відмінно	2%	3%
Добре	15%	13%
Задовільно	43%	46%
Погано	17%	15%
Дуже погано	23%	22%

Підрахунок отриманих результатів «степ-тесту» проводився за формулою 18000 / П2 + П3 + 2П4, де 18000 – постійне число, П2, П3, П4 – частота пульсу на 2, 3, 4 хвилині після сходження на лавку [3].

Аналіз результатів за всіма вправами показав, що студенти, які мають відмінні і добрі результати в «степ-тесті», показали задовільні і низькі у кросі і при виконанні статичних вправ, і навпаки.

Ми припускаємо, що студенти, які показали високі і задовільні результати в кросі та в статичних вправах відрізняються більш розвиненими вольовими якостями, вони володіють наполегливістю і рішучістю на заняттях, які пов'язані з фізичними навантаженнями. А у студентів, які в даних вправах показали низькі результати, але високі та задовільні в «степ-тесті» можливості не реалізовані і швидше за все вони недостатньо мотивовані до фізкультурно-спортивної діяльності.

Проведене нами дослідження за розвитком особистісних і вольових якостей у студентів не є вичерпним, ми припускаємо його продовження в процесі занять у дисципліні «фізична культура» і участі студентів в різних фізкультурно-спортивних заходах.

Професійна підготовка студентів у вузі вимагає формування різних логічних і вольових якостей, особливих умінь і навичок, тому в процесі занять фізичною культурою з урахуванням її професійно-прикладної функції доцільно вирішувати такі завдання: а) зберегти високу працездатність при тривалому перебуванні в умовах гіподинамії; б) підвищити стійкість організму до монотонних рухів і діям; в) сформувати правильну поставу; г) певні рухові вміння і навики, які будуть використовуватися в майбутній професійній діяльності; д) поліпшити функціонування опорно-рухового апарату і функціональних систем організму.

Для успішного вирішення зазначених завдань доцільно рекомендувати такі види фізичної культури: різні спортивні ігри, естафети, гімнастичні вправи, вправи зі скакалкою, набивним м'ячем, на гімнастичній лаві та інші. У кожне заняття слід включати вправи з професійно-прикладної фізичної культури. До них можна віднести вправи які розвивають координацію рухів: вправи на рівновагу, перекиди вперед-назад, різні естафети, біг з перешкодами і т. д.

Такі вольові якості, як: сміливість і рішучість, наполегливість і завзятість, ініціативність і винахідливість, витримка і самовладання виробляються у студентів під час занять легкою атлетикою, плаванням, лижним спортом. Ці якості можна виховувати цілеспрямовано на заняттях, використовуючи спеціальні вправи. Сприйняття простору і часу, здатність до точної оцінки відстаней, які мають важливе значення для певних професій, можна формувати за допомогою спеціальних вправ на гімнастичних снарядах, елементів зі спортивних ігор. Увага, активність і стійкість до зовнішніх перешкод також виробляються в процесі виконання різних вправ.

Доцільно рекомендувати наступні засоби і методи професійно-прикладної фізичної підготовки: а) гімнастику – вправи з набивними м'ячами, з гімнастичною лавкою і на гімнастичних сходинках, вправи зі скакалкою; б) спортивні ігри: волейбол – м'який прийом м'яча, точну його подачу, гру в невеликому колі; баскетбол – кидки у кошик, ведення м'яча зі зміною напрямку; в) легка атлетика – спринтерський біг з низького і високого стартів, біг на середні дистанції, стрибки в висоту і довжину з розбігу; г) рухливі ігри та ігри типу естафет.

Також необхідно використовувати вправи для розвитку витривалості, наприклад, серійні вправи в бігу, плаванні, в пересуванні на лижах, інтенсивні спортивні ігри, спеціальні вправи, пов'язані з затримкою дихання.

Крім того, на заняттях необхідно створювати такі умови, щоб студенти проявляли власну ініціативу, вірили в свої сили і здібності. Коректне усунення помилок у виконанні вправ з боку викладача зніме у студентів нерішучість і невпевненість в своїх силах, буде сприяти підвищенню мотивації до досягнення високих результатів.

Викладений матеріал дозволяє зробити наступні **висновки.** Анкета, запропонована студентам, виявила ступінь сформованості у студентів вольового компонента теоретично, а практичні тести показали результати сформованості даних якостей. Проведена робота за оцінкою формування вольових і особистісних якостей дозволила зробити висновок про недостатність у деякій мірі сформованості вольового компонента, а також відсутність у студентів розуміння користі від занять фізичною культурою для оптимізації фізичного і психофізіологічного стану студентів необхідного для майбутньої професійної діяльності. Для підвищення ефективності занять фізичною культурою у вузі слід продовжити дослідження з пошуку технологій вдосконалення освітнього процесу у даній дисципліні. Необхідно експериментально обґрунтувати засоби які сприяють формуванню особистісних і вольових якостей, і на їх основі сформувати необхідну мотиваційну сферу кожного студента до фізичної культури.

References

1. Bekh, I.D. (2003). *Osobystisno oriientovanyi pidkhid: teoretyko-tekhnolohichni zasady* [*Personality oriented approach: theoretical and technological principles*]. Kyiv: Lybid [in Ukrainian].
2. Ilin, Y.P. (2012). *Psykholohiia dlia pedahohiv* [*Psychology for teachers*]. St. Petersburg: Piter [in Russian].
3. Marionda, I.I., Syvokhop, E.M., & Tovt, V.A. (2016). *Formuvannia profesiino-osobystisnykh kompetentnostei fakhivtsia fizychnoi kultury u protsesi zaniat fizychnoiu pidhotovkoiu i sportom: monohrafiia Formuvannia profesiino-osobystisnykh kompetentnostei fakhivtsia fizychnoi kultury u protsesi zaniat fizychnoiu pidhotovkoiu i sportom* [*Formuvannia profesiino-osobystisnykh kompetentnostei fakhivtsia fizychnoi kultury u protsesi zaniat fizychnoiu pidhotovkoiu i sportom*]. Uzhhorod: Vydavnytstvo PP «AUTDOR-ShARK» [in Ukrainian].
4. Sushchenko, L.P. (2003). *Profesiina pidhotovka maibutnikh fakhivtsiv fizychnoho vykhovannia ta sportu (teoretykometodolohichnyi aspekt)* [*Profesiina pidhotovka maibutnikh fakhivtsiv fizychnoho vykhovannia ta sportu (teoretykometodolohichnyi aspekt)*]. Zaporozhye: ZSU [in Ukrainian].
5. Shyian, B.M. (1997). Teoretyko-metodychni osnovy pidhotovky vchyteliv fizychnoho vykhovannia v pedahohichnykh navchalnykh zakladakh [Theoretical and methodological bases of preparation of teachers of physical education in pedagogical educational institutions]. *Extended abstract of doctor's thesis*. Kyiv: Institute of Pedagogics and Psychology of professional education [in Ukrainian].

Список використаної літератури

1. Бех І.Д. Виховання особистості [Текст]: у 2 кн. / І. Д. Бех. – Київ: Либідь, 2003. – Кн. 1: Особистісно орієнтований підхід: теоретико-технологічні засади. – 280 с.
2. Ільїн Є.П. Психологія для педагогів / Є.П.Ільїн. − СПб.: Пітер, 2012. − 640 с.
3. Маріонда І.І. Формування професійно-особистісних компетентностей фахівця фізичної культури у процесі занять

фізичною підготовкою і спортом: монографія / Маріонда І.І., Сивохоп Е.М., Товт В.А. – Ужгород: Видавництво ПП «АУТДОР-ШАРК», 2016. – 212 с.
4. Сущенко Л.П. Професійна підготовка майбутніх фахівців фізичного виховання та спорту (теоретикометодологічний аспект) [монографія] / Л.П.Сущенко. – Запоріжжя: ЗДУ, 2003. – 442 с.
5. Шиян Б.М. Теоретико-методичні основи підготовки вчителів фізичного виховання в педагогічних навчальних закладах: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня д-ра. пед. наук: 13.00.04 / Б.М.Шиян; Ін-т педагогіки і психології проф. освіти. – К., 1997. – 50 с.

Стаття надійшла до редакції 30.03.2018 р.
Стаття прийнята до друку 02.04.2018 р.

Веселовский Анатолий
доцент кафедры спортивных дисциплин и туризма
Дрогобычский государственный педагогический университет им.И.Франко
г.Дрогобыч, Украина

Веселовская Елена
преподаватель кафедры украинского языка
Дрогобычский государственный педагогический университет им.И.Франко
г. Дрогобыч, Украина

ВОСПИТАНИЕ У БУДУЩИХ УЧИТЕЛЕЙ ВОЛЕВЫХ КАЧЕСТВ СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ КАК ОСНОВА ФОРМИРОВАНИЯ ИХ ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ЛИЧНОСТНОГО КОМПЕТЕНТНОСТИ

Аннотация. Актуальность проблемы заключается в повышении требований к качеству современного образования обуславливающей необходимость повышения эффективности процесса профессиональной подготовки в вузах. Целью статьи является формирование личностных и волевых качеств студентов необходимых в будущей профессиональной деятельности. Методы исследования: эмпирические методы: наблюдение, опрос, анкетирование, практические тесты с целью определения развития у студентов основных волевых качеств в процессе занятий физической культурой производилось в результате исследовательской работы, которая включала в себя следующие. Предложенная студентам анкета, позволяет выявить степень сформированности у студентов волевого компонента теоретически, а практические тесты показывают результаты сформированности данных качеств. Результаты исследования: проведена работа по оценке формирования волевых и личностных качеств позволяет сделать вывод о недостаточной степени сформированности волевого компонента, а также отсутствие у студентов понимание пользы от занятий физической культурой для оптимизации физического и психофизиологического состояния студентов необходимого для будущей профессиональной деятельности.

Ключевые слова: физическая культура, профессиональная подготовка, личностные качества, волевые качества, средства и методы физической культуры.

Veselovsky Anatoly
Associate Professor
Department of Sports Disciplines and Tourism
Drohobych State Pedagogical University named after Ivan Franko
Drohobych, Ukraine

Veselovska Olena
Lecturer
Department of the Ukrainian Language
Drohobych State Pedagogical University named after Ivan Franko
Drohobych, Ukraine

DEVELOPING IN FUTURE TEACHERS OF VOLATILE QUALITIES BY MEANS OF PHYSICAL EDUCATION AS A BASIS OF FORMATION OF THEIR PROFESSIONAL-PERSONAL COMPATIBILITY

Abstract. The urgency of the problem lies in increase of requirements for the quality of modern education, necessitating the increase of efficiency of the process of professional training in higher educational institutions. Due to the fact that the key to successful academic and future professional activity is personal and volitional quality, which we tried to consider by involving students in physical culture as one of the priority means of their development. The purpose of the article is the formation of personal and volitional qualities of students necessary in future professional activities. Methods research: empirical methods: observation, questioning, questioning, practical tests used to define the development of students' basic qualities in the process of physical education. The questionnaire, offered to students, allows us to determine the degree of formation in students of the volitional component theoretically, and practical tests show the results of the formation of these qualities. Results of research: the work carried out on the evaluation of the formation of volitional and personal qualities allows us to conclude that the volitional component is not sufficiently developed, as well as the lack of understanding among students of the benefits of physical education to optimize the physical and psycho-physiological state of students necessary for future professional activities. It is advisable to recommend the following means and methods of professional-applied physical training: a) gymnastics; b) sports games: volleyball; basketball; c) athletics; d) mobile games.

Key words: physical culture, vocational training, personal qualities, volitional qualities, means and methods of physical culture.