

УДК 796.41+159.942,5

*О. М. Підсадочна, К. І. Федик, О. С. Мельник*

*Українська академія друкарства*

**РОЗВИТОК ЛІДЕРСЬКИХ ЯКОСТЕЙ У СТУДЕНТІВ  
СПЕЦМЕДГРУПИ ЯК СКЛАДОВА ПРОФЕСІЙНО-ОРІЄНТОВАНОЇ  
ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ**

*Пропонується методика організації занять лікувальною фізичною культурою в спецмедгрупах академії, що дозволяє розвинути в студентів з хронічними захворюваннями лідерські й інші морально-вольові риси. Правильна організація навчального процесу в цих групах є засобом професійно-орієнтованої фізичної культури загалом і сприяє формуванню особистості майбутнього фахівця.*

***Спецмедгрупа, фахівець, лідер, інструментальність, експресивність, навички, методика оцінки самопочуття, активності, настрою***

Посилений розвиток науково-технічного прогресу зумовлює появу нових технологій, інтенсифікацію трудових процесів. Це, у свою чергу, створює передумови для впровадження вимог підвищеної складності, що ставляться сьогодні перед висококваліфікованими спеціалістами. Їх професійна придатність розглядається не тільки як сукупність теоретичних і практичних знань, але й оцінюється вмінням зберігати функціональну стійкість до несприятливих факторів соціального і виробничого середовища. Від сучасного фахівця вимагається високої концентрації уваги, прагнення до постійного поповнення знань, здатності самостійно ставити та вирішувати різноманітні питання професійного характеру, висувати альтернативні рішення і виробляти критерії для відбору найефективніших з них, бути особистістю з розвиненими морально-вольовими якостями. Зрозуміло, усі ці вимоги сприяють значному напруженню розумових, психічних, фізичних сил і здібностей, узгодженості дій та культури рухів у поєднанні з високим рівнем відповідальності.

Яким же чином студенти з хронічними захворюваннями, що займаються в спецмедгрупі, можуть розвинути ці, необхідні для фахівця, риси, користуючись засобами лікувальної фізичної культури? Які зміни можна внести в програму занять у спецмедгрупах, щоб допомогти студентові розвинути якості лідера й інші морально-вольові риси?

Аналіз літературних джерел з питань фізичного виховання студентів спецмедгрупи свідчить про те, що ефективність фізвиховання в оздоровчому та професійно-орієнтованому аспекті не відповідає соціально-економічній ситуації, яка склалася. Це пов'язано з відсутністю обґрунтованих методик за-

стосування оптимальних форм, засобів і методів оздоровчих фізичних вправ, які вирішували б не тільки проблеми фізичного стану студентів, але й питання психологічного характеру, формуючи таким чином у них надійну основу для професійної діяльності [1].

Результати проведених обстежень студентів, які мають певні відхилення в здоров'ї, указують на високу розповсюдженість тривожно-депресивних розладів, стан пригнічення і невпевненості в собі та своїх здібностях, на наявність так званого комплексу неповноцінності [2].

Відомо, що одним з основних ефективних методів лікування є лікувальна фізична культура (ЛФК). Активізація роботи м'язового апарату, кровообігу і дихання викликає значне збільшення як аферентної, так і еферентної нервової пульсації. З периферійних рецепторів вегетативної й анімальної нервової систем у центральну скеровується потік імпульсів, які здійснюють потужний тонізуючий вплив на регулюючі механізми та органи, у тому числі на кору великих півкуль головного мозку. У зв'язку з тим спостерігається позитивний вплив на психоемоційну сферу [3]. Під впливом ЛФК можуть зменшуватися тривожно-депресивні розлади, больовий синдром і поліпшуватися стан життя [5]. Виконання фізичних вправ за принципами поступовості, регулярності, від простого до складного формує в хворих студентів упевненість у своїх силах, наповнює їх енергією [4].

Метою наших досліджень є вивчення можливості корекції психологічного статусу студентів з хронічними захворюваннями за допомогою ЛФК і доповнення на фоні цього культури соціуму, сприяючи розвитку лідерських й інших якостей особистості, необхідних для майбутнього фахівця.

Об'єктом дослідження виступає процес професійно-орієнтованої фізичної освіти, спрямований на створення професійного потенціалу соціуму й особистості фахівця.

У дослідженні брали участь 70 студентів спецмедгрупи. Спочатку вивчали психоемоційну сферу студентів з хронічними захворюваннями. Застосовували методику діагностики оцінки самопочуття, активності і настрою (тест САН). В анонімних анкетах студенти самі оцінювали своє самопочуття, активність і настрої перед заняттям і після нього. Обробка анкетних даних тесту САН показала позитивні результати: після заняття лікувальною фізкультурною самопочуття в студентів поліпшувалося на 3,7 %, настрої – на 4,1%, підвищувалася активність – на 2,3%. Цей етап дослідження дуже важливий, оскільки показав, що заняття ЛФК є доброю основою для впровадження методики розвитку лідерських якостей студента.

Наступним методом дослідження було педагогічне спостереження. Його результати показали, що студенти спецмедгрупи порівняно зі студентами основної групи фізичної підготовки є невпевненими в своїх силах і здібностях, нерішучими, у фізичному аспекті неактивними, відчувають страх перед виконанням незнайомих фізичних вправ, бояться висловлювати вголос власну думку.

Усе це є показником дуже малого творчого потенціалу особистості майбутнього фахівця.

Крім того, була проведена діагностика уявлень і знань студентів. Для цього вибрали основні термінологічні поняття, без усвідомлення суті яких у навчальному процесі не можна повною мірою реалізувати принцип свідомості – основної передумови навчання. Аналіз отриманої інформації свідчить, що знання студентів у сфері фізичної культури, здорового способу життя, впливу фізичних вправ на функціональні системи організму, анатомії, біохімії є поверховими, без упорядкованості і взаємозв'язку. Приблизно 78% студентів мають низький рівень знань, уривчасті уявлення про професійно-орієнтовану фізичну культуру. Результати оцінки конкретних навиків, якими володіли опитувані, показали, що скласти для себе комплекси ранкової гімнастики можуть лише 32,3% студентів, здійснити самоконтроль у процесі заняття – 25,1%, провести бесіду про користь фізичної культури (соціальну, медичну, професійну) – 11,7%. Навиками організації і проведення підготовчої частини заняття володіли лише 30,3% студентів, консультації щодо загартовування могли дати лише 5,7%, виділити психофізичні якості, необхідні при професійній діяльності, та підібрати методику розвитку цих якостей здатні лише 2,3%, не можуть нічого з перерахованих пунктів – 11,6%.

Таким чином, перед нами стояло завдання: розвинути в студентів спецмедгрупи лідерські якості особистості, допомогти виявити свої можливості і здібності та розвинути їх на заняттях ЛФК. Передовсім потрібно було навчити спеціальної термінології: назву положень тіла, рук і ніг при виконанні вправ, фізичних рухів і вихідних положень. Потім студенти вчилися правильно виконувати фізичні вправи і розуміти їхній вплив на організм людини. Кожен з них мав добре вивчити своє захворювання і в результаті скласти самостійно комплекс лікувальних вправ. Після того отримував завдання самостійно здати комплекси вправ з різних вихідних положень (стоячи, сидячи, лежачи на животі, спині і боці, стоячи на колінах). Такі ж комплекси вправ мусив виконати і з групою. Відтак завдання ускладнювалося. Студент складав комплекси вправ ЛФК при захворюваннях хребта, внутрішніх і дихальних органів. Ці комплекси вправ також потрібно було скласти з групою. Наступною вимогою була підготовка конспекту 20-хвилинного заняття з ЛФК і проведення його з групою. Отже, кожен студент здавав дев'ять різних комплексів вправ, готував один конспект заняття з ЛФК і дев'ять разів виконував роль керівника групи. При оцінюванні зазначених завдань увагу звертали на оригінальність вправ, техніку виконання і вміння керувати групою.

Впровадження вищевказаної методики організації занять у спецмедгрупі дало певні результати. Так, кількість студентів, які можуть скласти комплекси ранкової гімнастики, збільшилася до 98,3%. Навиками організації і проведення підготовчої частини заняття оволоділи 96,8% студентів. Підібрати методику для розвитку психофізичних якостей, необхідних для своєї професії, змогли

88,4% студентів. Кількість студентів, які нічого не можуть, становить 0%. Опитування студентів показало, що 36% з них виявили в собі лідерські риси, 72% повірили в свої можливості і 34,6% відкрили в собі нові здібності. Спостереження педагогів засвідчили, що їхні вихованці стали життєрадіснішими, активнішими, у третини спостерігався творчий підхід до виконання завдань.

Особлива увага при організації пропонованого навчального процесу приділялася розвитку рис особистості, необхідних для успішного фахівця (цілеспрямованості, впевненості в своїх діях, організованості, дисциплінованості, рішучості, сміливості), формуванню лідерських якостей. Завдання, які виконували студенти, розвиваючи лідерські якості, базувалися на спеціально розробленій програмі для розвитку самооцінки, сформованій на основі двох складових самосприйняття: інструментальності й експресивності. Під інструментальністю слід розуміти ставлення до самого себе як до компетентної особи і впевненість у своїх здібностях ефективно діяти, справляти вплив і приймати самостійні рішення. Особи, яким властива інструментальність, характеризуються активністю, рішучістю, схильністю до ризику. Інструментальність є провідним компонентом високої самооцінки, основою для розвитку впевненості в собі, захищає від непорозуміння з групою. Експресивність розглядається як сприйняття себе людиною турботливою, товариською, здатною до філіації. Особи з високим рівнем експресивності відзначаються чутливістю до міжособових стосунків, високорозвинутою самосвідомістю і саморозумінням.

Таким чином, запропонована нами методика організації занять допомагає формувати лідерські й інші морально-вольові риси. Саме такі складові, як інструментальність і експресивність, є основою лідерських якостей та інших рис особистості, необхідних для фахівця, який повинен відповідати сучасним вимогам. Крім того, позитивно впливає на психоемоційний стан студентів, забезпечує формування в них здатності до генерації нових знань, видів і способів діяльності.

1. Амельков А.А. Развитие личности младших школьников средствами подвижных игр на занятиях ЛФК: матер. XI Междунар.науч.сессии по итогам НИР за 2009 г. «Научное обоснование физического воспитания, спорттренировки и подготовка кадров по физической культуре, спорту и туризму» / А.А. Амельков, О.С. Чулкова, А.П. Балабан. – Минск, 2010. – С. 3–6. 2. Бондаренко Т.В. Проблема лидерства / Бондаренко Т.В., Зайцев В.П., Манугарян С.В. // Здоровьеформирующие технологии в контексте гендерного подхода: моногр. – Х., 2009. – С. 42–46. 3. Ильницкая Т.А. Дифференциальная методика физического воспитания для студентов спецгрупп как средство профессионально-прикладной физической подготовки: автореф. дис. на соискание науч. степени канд. пед. наук. – М., 1993. – 19 с. 4. Коровин С.С. Теоретико-методологическое основание концепции профессиональной физической культуры / Коровин С.С. // Теория и практика физ. культ. – 2012. – №2. – С. 23–27. 5. Кричевский Р.А. Психология руководства и лидерства в спортивном коллективе / Р.А. Кричевский, М.М. Рыжак. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1985. – 224 с. 6. Усатова І.А. Сформованість окремих показників у структурі психофізичного потенціалу професійного розвитку студентів вузу / Усатова І.А. // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту – 2010. – №12. – С.153–155.

## **РАЗВИТИЕ ЛИДЕРСКИХ КАЧЕСТВ В СТУДЕНТОВ СПЕЦМЕДГРУППЫ КАК СОСТАВНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНО- ОРИЕНТИРОВАННОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ**

*Предлагается методика организации занятий лечебной физической культурой в спецмедгруппах, позволяющая развить в студентов с хроническими заболеваниями лидерские и другие морально-волевые черты. Правильная организация учебного процесса в этих группах является средством профессионально-ориентированной физической культуры в целом и способствует формированию личности будущего специалиста.*

## **DEVELOPING LEADERSHIP SKILLS IN STUDENTS SPETSMEDGRUPPY AS PART PROFESSIONALLY ORIENTED FITNESS.**

*The methods of the organization of classes of therapeutic physical training in spetsmedgrupah allows students to develop leadership skills with chronic diseases and other moral standing features. Proper organization of the educational process in these groups is a means of professionally-oriented physical education as a whole and contributes to the formation of the future specialist.*

*Стаття надійшла 15.04.2013*