

УДК 378.14.37.034

Крайнюк О. П.

ФОРМУВАННЯ РІШУЧОСТІ СТУДЕНТІВ У ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

На сучасному етапі відбуваються активні зміни у галузі фізичного виховання студентів коледжів. З метою реалізації Указу президента «Про національну доктрину розвитку освіти України XXI ст.» було затверджено положення «Про організацію фізичного виховання і масового спорту у вищих навчальних закладах». Наголошуємо на те, що серед студентів коледжів вільний розвиток особистості у гармонійному поєднанні фізичного та духовного, потреба у самовдосконаленні через фізичну діяльність стає важливим компонентом нового педагогічного мислення. Учені в галузі вивчення потенціалу фізичного виховання відзначають, що воно розвиває фізичні здібності та формує такі якості, як рішучість, витримку, підвищує здатність боротися з несприятливими факторами довкілля. Дослідженнями встановлено паралельне поліпшення успішності в навчанні з посиленням рухової активності, що в свою чергу вимагає значного рівня морально-вольових якостей студентів [1, с.15].

Значущість фізичного виховання студентів коледжів проявляється через гармонізацію фізичних і духовних сил студентів, формування здоров'я, рухової досконалості, формування високого рівня морально-вольових якостей. У той же час сам процес фізичного виховання студентів вимагає набору морально-вольових якостей особистості, зокрема якості «рішучість». Тому одним із завдань процесу фізичного виховання студентів є формування рішучості на заняттях у коледжі та перетворення формування морально-вольових якостей у внутрішню потребу.

Аналізуючи літературні джерела, ми визначили, що формування рішучості нерозривно пов'язане з теорією виховання. Тому проблема формування рішучості, як морально-вольової якості, має історичний аспект. Її практика виходить з глибини цивілізації людини. Проблема формування морально-вольових якостей у процесі фізичного виховання існувала ще в античній філософії та була предметом дискусії вчених.

Заслугове на увагу думка Ф. Гербарта з приводу формування рішучості у процесі фізичного виховання. За Ф. Гербартом рішучість є створеним бажанням, яке переважило всі інші. Тільки коли душа досягне такої єдності та зосередження своїх сил у єдиному бажанні, тільки тоді тіло почне слухатися [2, с. 239].

На початку XX ст. серед посібників, для вихователів, викладачів навчальних закладів і всіх, хто мав справу з фізичним вихованням молоді, слід виділити книгу доктора В. Гориневського під назвою

«Фізична освіта». Автор обґрунтовує основні завдання фізичного виховання молоді та підкреслює шляхи їх вирішення. Відомий педагог підкреслює, що фізична освіта має виконувати різні завдання, але одним з основних є сприяння формуванню та розвитку морально-вольових якостей – рішучості, винахідливості, удосконалення та виправлення недоліків [3, с. 18]. Завданнями фізичного виховання вчений вважав виховання і удосконалення психомоторних центрів складних координаційних м'язових рухів, що сприяють зміцненню волі, розвитку багатьох морально-вольових якостей особистості, особливо рішучості.

І. Сеченов уперше увів розуміння рішучості як діючої сторони розуму та морального почуття [4, с. 117]. Психолог М. Басов назвав таку психічну функцію регулятивним [5, с. 4]. Видатні вчені (І. Сеченов, І. Павлов, Б. Бехтерев) пояснювали зовнішню активність людини, у тому числі рішучість, як спонукання другої сигнальної системи. І. Сеченов обґрунтував проблему формування рішучості, як рефлексорну [4, с. 146]. З часів І. Павлова розуміння фізіологічних механізмів значно змінилось. П. Анохін описав блокову систему керування рішучих дій людини, засновану на: аферентному синтезі, прийнятті рішення, програми дії, виконання та отримання результату та блоку зворотного зв'язку [6, с. 72].

Неоднозначно розуміють на сучасному етапі різні вчені поняття «рішучість». Є. Ільїн визначає рішучість як вміння без коливань приймати обдумані рішення та втілювати їх у життя. Вчений наголошує саме на обдуманому рішенні, як на позитивної властивості особистості. Коли прийняття рішення пов'язане з певним ризиком, то рішучість пов'язують зі сміливістю [7, с. 195]. Вчені Н. Гуменюк і В. Клименко розділяють цю думку: «...решительность и смелость характеризуются умением в ограниченные промежутки времени принимать правильные решения и действовать вопреки явным опасностям...» [Ціт. 8, с. 268].

Під час визначення рішучості різні вчені акцентують увагу на різних моментах. Так, Левитов Н., Богословский В. підкреслюють швидкість прийняття рішення [9, с.45; 10, с. 456]; Теплов Б., Крутецький В., Пуні А. [11, с. 56; 132 с. 34; 13, с. 23] – на своєчасності, обдуманості рішення у складних ситуаціях та обов'язковом його виконанні; Рудик П., Гуменюк Н., Клименко В. – пов'язують рішучість з найвірнішим у даних умовах рішеннях [14, с. 79; 8, с. 270]. За думкою Пуні А., рішучість це прояв волі, яка характеризується своєчасністю та обдуманістю рішень з реалізацією їх у практичних діях та відсутністю страху брати відповідальність на себе за виконання [13, с. 35].

В основі рішучості лежить вольове зусилля, спрямоване на подолання сумнівів. Богословський В. характеризує рішучість як вольову якість особистості з проявом швидкого та продуманого вибору мети та способів її досягнення [10, с. 449].

Рішучість часто має ситуативний характер. Самий рішучий студент може не проявити рішучість, якщо у його свідомості присутня

внутрішня боротьба, коли борються протилежні бажання. Другий момент ситуативного прояву рішучості визначається, коли немає обмеження часу для виконання рухової дії. У таких випадках своєчасне обдумане рішення може прийматись довго, що не буде проявом рішучості. Ільїн Є. визначає рішучість у процесі фізичного виховання як вольову якість з мінімальним часом прийняття рішення у значущій для студента ситуації, тобто у ситуації, коли прийняття рішення може привести до сприятливих наслідків [8, с. 197].

Петяйкин І., вивчаючи рішучість, довів, що прийняття рішення у значущій ситуації є стійкою характеристикою особистості. Тобто ті студенти, які проявляють рішучість на високому рівні в одній ситуації, будуть діяти так само й в інших ризикованих ситуаціях. Вчений довів, що величина прийняття рішення є постійною вольовою якістю особистості та пов'язана з типологічними властивостями нервової системи, тобто з генетичними задатками [15, с. 46].

Вікові зміни у процесі фізичного виховання експериментальним методом вивчав Петяйкін І. Якість «Рішучість» починає розвиватись за допомогою фізичних вправ з 9-річного віку, до 13 років стабільно зростає, але у віці 14-17 років розвиток рішучості затримується, особливо у дівчат. Вони починають по різним причинам відмовляти виконувати ризиковані фізичні вправи. Автор пояснював цю гетерехронію вікової динаміки вольових якостей статевим дозріванням [15, с. 50].

Експериментальні методики оцінювання рішучості у процесі фізичного виконання розроблялись та апробовані: Висоцьким І. (метод «Лабиринту»), Скрябиним Н. (метод «Стрибок через прірву») [10, с. 359].

Сучасні дослідження якості «рішучість» належать вченому Артюшенко А. [16, с. 150]. Вчений встановив, що прояву рішучості передуює аналіз інформації, яка потрібна для прийняття обґрунтованого рішення та обов'язкового виконання дії. Фактично мова йде про вольовий акт, тобто рішучість розглядається як морально-вольова якість. Перший етап прояву рішучості вчений вважав інтелектуальним процесом – у свідомості визначається мета, шляхи, засоби і методи її досягнення, порівняння внутрішніх та зовнішніх чинників, боротьба мотивів [16, с. 151]. Потім здійснюється вибір потрібного рішення та виконання вольової дії – другий етап прояву рішучості. Третій етап прояву рішучості – рефлексивний, оцінювання правильності та прийняття на себе відповідальності за обране рішення.

Формулювання мети статті: визначення рівня прояву рішучості студентів у процесі фізичного виховання. Для досягнення мети потрібно було вирішити завдання дослідження: виявити рівні прояву рішучості під час виконання фізичних вправ, визначити зміни рівня прояву рішучості у ході експерименту до та після впровадження педагогічних умов з формування морально-вольових якостей студентів у процесі фізичного виховання в коледжі.

У нашому експерименті було прийнято рішення застосувати діагностування рішучості стрибком спиною на руки студентам, які страхують (проба Скрябіна Н.) [10, с. 67]. Вимірювався час після сигналу до начала дії. В експерименті прийняли участь 50 студентів (N1). За високий рівень якості «рішучість» було прийнято час 0,12 – 0,22 сек.; за достатній – час 0,23 – 0,33 сек.; за низький – час 0,34 сек. та більше. У ході констатуючого експерименту з 50 студентів (100%) 16 студентів показали високий рівень рішучості – це 32%; 20 студентів показали результат у межах достатнього рівню – це 40%; 10 студентів показали низький рівень рішучості – це 20%. Решта – 4 студенти (8%) відмовилися виконувати тестування – проявили відсутність рішучості. Причому серед них виявилися і хлопці, й дівчата.

Друга спроба діагностування рішучості – стрибок з мінливої висоти. Студент мав виконати стрибок угору спочатку з висоти 50 см, потім з висоти 1.5 м. Вимірювався час підготовки до II стрибка після сигналу. Час менше 1 сек. показував високий рівень рішучості; час від 1 сек. до 2 сек. – достатню рішучість; час більше 2-х сек. – низький рівень рішучості; відмова від виконання тесту – відсутність рішучості.

Під час виконання другого діагностування рішучості (проба Висоцького [44, с. 48]) студенти показали наступні результати: з 50 студентів (N2) 15 студентів (30%) показали високий рівень рішучості, 22 студента (44%) – достатній, 11 студентів (22%) показали низький рівень рішучості, 2 студенти (4%) показали відсутність якості.

Третю пробу якості «Рішучість» ми визначали вмінням фінішувати під час бігу на 100 м. Студентів, які вміли примусити себе додати швидкість на останніх 20 м. дистанції, ми визначали як рішучих. За даними експерименту з 56 студентів (N3) 15 студентів (26,8%) проявляють високий ступень рішучості, пробігаючи останні 20 м. за 3 сек. та менше, 22 студента (39,3%) показали достатній рівень рішучості – пробігали 20 м. 3-4 сек., 19 студентів (33,9%) проявили низький рівень рішучості на фініші – пробігали фінішний відрізок більше, ніж за 4 сек.

Визначення рішучості, як складної морально-вольової якості – з одночасним проявом зі сміливістю, ми проводили човниковим бігом. Човниковий біг на незвичній поверхні одночасно характеризує комплекс рішучість і сміливість, цей тест вимагає від студентів швидкого виконання складних дій зі спритністю. Виконання човникового бігу на слизькій підлозі спортивної зали додає труднощі студентам під час виконання тесту, характеризує якості сміливість і рішучість. В експерименті взяли участь 60 студентів (N4) – 35 хлопців і 25 (N5) дівчат.

Серед хлопців результат 9,5 сек. і менше вважався проявом високого рівня сміливості та рішучості, результат 9.6 – 10,0 сек. достатнім, результат більше, ніж 10,0 сек. вважався низьким проявом сміливості та рішучості. З 35 хлопців високий рівень означених якостей

показали 13 хлопців (37,1%). 17 хлопців – достатній рівень (48,6%). 5 хлопців – низький рівень (14,3%).

У дівчат результат 10,0 сек. сміливості та рішучості вважався високим проявом, 10.1-10,7 сек. – достатнім проявом сміливості та рішучості, результат 10,8 сек. – низьким проявом якостей. Серед 25 дівчат 9 студенток (36%) показали високий рівень сміливості та рішучості, 4 дівчат – достатній рівень (16%), 12 студенток – низький рівень (48%).

Після впровадження експериментальної програми з формування морально-вольових якостей ми провели перевірку рівня рішучості студентів у процесі фізичного виховання. Було досліджено ту ж саму групу студентів II-III курсу, яку ми досліджували на I курсі. Розподіл студентів експериментальної та контрольної груп за проявом якості рішучість відображено у Таблиці. Математична обробка за допомогою критерію Пірсона довела: $\chi^2_{\text{емп}} = 10,634$; $\chi^2_{\text{кр}} = 9,210$; $\chi^2_{\text{емп}} > \chi^2_{\text{кр}}$ при $p \geq 0,01$. Це значить, що відмінності у показниках експериментальної та контрольної групи в ході формуючого експерименту стосовно формування рішучості — достовірні.

Таблиця

Розподіл студентів за проявом рішучості у процесі фізичного виховання

Рівень сформованості якості	Рішучість, падіння спиною, проба Скрябіна	Рішучість, стрибок з мінливої висоти, проба Висоцького	Рішучість, біг 100 м, фініш	Рішучість і сміливість, човниковий біг 4×9	
				Хл. N4 % - кількість студентів	Дівч. N5 % - кількість студентів
ЕГ	N1 % - кількість студентів	N2 % - кількість студентів	N3 % - кількість студентів	Хл. N4 % - кількість студентів	Дівч. N5 % - кількість студентів
Високий	40%-20	38%-19	28,6%-16	48,6%-17	52%-13
Достатній	44%-22	52%-26	48,2%-27	51,4%-18	36%-9
Низький	16%-8	10%-5	23,2%-13	-	12%-3
Всього студентів	50-100%	50-100%	56-100%	35-100%	100%-25
КГ	N1	N2	N3	Хл. N4	Дівч. N5
Високий	36%-18	36%-18	28,6%-16	56%-14	36%-9
Достатній	48%-24	52%-26	35,7%-20	60%-15	16%-4
Низький	10%-5	10%-5	26,8%,- 15	14,3%-5	48%-12
Відсутній	6%-3	2%-1	8,9%-5	-	-
Всього студентів	100%-50	100%-50	100%-56	100%-35	100% -25

Висновки. У ході реалізації педагогічних умов формування морально-вольових якостей студентів коледжів у процесі фізичного виховання була виявлена позитивна динаміка у формуванні рішучості. Були отримані дані про наявність кореляції між сміливістю та рішучістю.

Під впливом експериментальної програми було виявлено, що показники рішучості збільшилися на 8,07% і корелюють зі сміливістю.

Перспективи подальших розвідок у напрямку формування морально-вольових якостей студентів коледжів спрямовані на дослідження зміни рівня сміливості під впливом впровадження педагогічних умов з формування морально-вольових якостей студентів у процесі фізичного виховання в коледжі.

Список використаної літератури

- 1. Вовк В. К.** Влияние знаний на физкультурно-спортивную деятельность и воздействие на студенческую молодёжь : сб. научн. тр. / В. К. Вовк, Г. А. Хомак. – Луганск : ВУНУ им. В. Даля, 1993. – С. 15–20.
- 2. Ушинский К. Д.** Педагогические сочинения : в 6 т. / сост. С. Ф. Егоров. – М. : Педагогика, 1990. – Т. 6. – 528 с.
- 3. Гориневський В. В.** Фізична освіта: посіб. для виховат., виклад. навч. заклад., осіб, які займаються фіз. вих. / В. В. Гориневський. – М. : Наркомздрав, РСФСР, 1927. – 32 с.
- 4. Сеченов И. М.** Рефлексы головного мозга / И. М. Сеченов. – М. : Изд-во АН СССР, 1952. – 170 с.
- 5. Басов М. Я.** Воля как предмет функциональной психологии / М. Я. Басов. – СПб. – Питер, 1922. – 14 с.
- 6. Анохин П. К.** Философские аспекты теории функциональной системы: избранные труды / П. К. Анохин. – М., – 1978. – 198 с.
- 7. Ильин Е. П.** Психология воли / Е. П. Ильин. – СПб : Изд-во Питер, 2000. – 288 с.
- 8. Гуменюк Н. П.** Психология физической культуры и спорта / Н. П. Гуменюк, В. В. Клименко. – Киев, 1987. – 337 с.
- 9. Левитов Н. Д.** О психических состояниях человека / Н. Д. Левитов. – М. – Просвещение, 1964. – 123 с.
- 10. Богословский В. В.** Общая психология : учебн. пособ. / В. В. Богословский. – М., 1973. – 569 с.
- 11. Теплов Б. М.** Психология / Б. М. Теплов. – М., – 1954. – 450 с.
- 12. Крутецкий В. А.** Воспитание воли. / В. А. Крутецкий. – М. : Педагогика, 1957. – 123 с.
- 13. Пуни А. Ц.** К вопросу об интеллектуальных основах волевой подготовки спортсменов / А. Ц. Пуни // Психология и современный спорт. – М., 1961. – 40 с.
- 14. Рудик П. А.** Воля и волевые действия / П. А. Рудик // Психология : учебник. – М., 1974. – 345 с.
- 15. Петяйкин И. П.** Связь проявления решительности с типологическими особенностями нервной системы / И. П. Петяйкин // Психофизиологические особенности спортивной деятельности. – Л., 1975. – С. 45-52.
- 16. Артюшенко А. О.** Особистісна рішучість і особливості її прояву в учнів загальноосвітніх шкіл при виконанні фізичних вправ різного характеру / А. О. Артюшенко // Слобожанський науково-спортивний вісник : зб. наук. пр. – Х., 2008. – № 3. – С. 149–153.

Крайнюк О. П. Формування рішучості студентів у процесі фізичного виховання

У статті висвітлюється аналіз рівня морально-вольових якостей студентів технічних коледжів у процесі фізичного виховання. Формування всебічно розвиненої особистості неможливе без розвитку високого рівня морально-вольових якостей студентів. У якості морально-вольової якості наведено дослідження рішучості у процесі фізичного виховання. Описаний процес дослідження формування рішучості, її взаємозв'язок з розвитком сміливості, наведені експериментальні способи визначення рівня сформованості рішучості. Визначена вірогідна достовірність отриманих даних.

Ключові слова: воля, критерії, проба, ситуативні, якості, віковий період.

Крайнюк О. П. Формирование решительности студентов в процессе физического воспитания

Статья посвящена анализу уровня морально-волевых качеств студентов технических колледжей в учебной деятельности по физическому воспитанию. Формирование всесторонне развитой личности невозможно без высокого уровня морально-волевых качеств у студента. Описан процесс исследования формирования решительности, её взаимосвязь с развитием смелости, приведены экспериментальные способы определения уровня проявления решительности. Определена вероятностная достоверность полученных данных исследования.

Ключевые слова: воля, критерии, проба, ситуативные качества, возрастной период.

Krainsiuk O. P. Forming of Students' Determination during Physical Education

The article is dedicated to the analysis of the level of moral and endurance qualities in technical college students during the study of physical education. Formation of universally developed personality is not possible without high level of moral and endurance qualities of students. The process of investigation of determination formation, its connection with courage development; experimental methods of determination level are given. Statistically distributed significance of the found research data is determined. The study gives the analysis of college students' possibilities during the study of physical education. Only skillful specialists will be able to realize themselves, using strong moral-will qualities. Those materials will help to researches of college students' strong-will and moral qualities during physical training. The strong moral and endurance qualities are formed only with the developed determination. The objective of the article is determination of manifestation level of student's determination in the process of physical education. To achieve this objective it is necessary to solve the task of

investigation, which is to reveal levels of determination manifestation during the performance of physical exercises.

Key words: endurance, criterion, test, situational quality, age period.

Стаття надійшла до друку 20.02.2013 р.

Прийнята до друку 29.03.2013 р.

Рецензент – к. б. н., доц. Полтавський А. П.

УДК 378.016 797.212

Леонтьева И. В.

МЕТОДЫ ОБУЧЕНИЯ ПЛАВАНИЮ СТУДЕНТОВ И ЕГО ЗНАЧЕНИЕ

Обучение плавания является одной из основных задач, которые закреплены в программах физического воспитания молодежи Украины. Однако в большей мере уроки плавания введены в дошкольных, общеобразовательных и профессионально-технических учебных заведениях, в высших учебных заведениях они предоставлены на выбор студентов. Тем не менее, обучение плаванию студентов является сегодня актуальной проблемой в связи с учащением случаев смертности на воде. Для эффективного обучения необходимо применять новые методы.

Данная работа выполнена в соответствии с комплексной программой кафедры физического воспитания Института физического воспитания и спорта Луганского национального университета имени Тараса Шевченко «Организационно-методические основы, структуры, содержание, формы и методы подготовки студентов», а также с Концепцией Общегосударственной целевой социальной программы развития физической культуры и спорта на 2012-2013 год.

Необходимость в обучении молодежи плаванию стала заметной в последнее десятилетие, именно поэтому особое внимание уделяется методике обучения. В научную разработку данной проблемы внесли вклад многие деятели спортивной науки. Создано множество методических пособий с рассматриваемой темы, написано ряд статей и публикаций. Среди научных публикаций следует отметить методическое пособие М. Степановой «Обучение плаванию в системе физического воспитания студентов вузов», в котором рассмотрено основные методы обучения, описано историю плавания, основные техники. Более конкретно рассмотрено методы обучения в работе «Теория и методика обучения плаванию студентов высших учебных заведений», авторами которой являются М. Непочатых, В. Богданова, К. Лабзо, И. Никитина, О. Алексеева, А. Смирнов. В работе изложены основные вопросы, связанные с теорией и методикой обучения плаванию, техникой