

ОБГРУНТУВАННЯ ЕТАПІВ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ГОТОВНОСТІ МАЙБУТНІХ ІНЖЕНЕРІВ-ПЕДАГОГІВ ДО ФІЗИЧНОГО САМОВИХОВАННЯ

У статті розкрито етапи формування готовності майбутніх інженерів-педагогів до фізичного самовиховання. Обґрунтовано забезпечення кожного з етапів і можливості навчально-виховного процесу вищого інженерно-педагогічного навчального закладу у цьому напрямі.

Ключові слова: *готовність до фізичного самовиховання, етапи фізичного самовиховання, майбутній інженер-педагог, забезпечення готовності до фізичного самовиховання.*

В статье раскрыты этапы формирования готовности будущих инженеров-педагогов к физическому самовоспитанию. Обосновано обеспечение каждого из этапов и возможности учебно-воспитательного процесса высшего инженерно-педагогического учебного заведения в этом направлении.

Ключевые слова: *готовность к физическому самовоспитанию, этапы физического самовоспитания, будущий инженер-педагог, обеспечение готовности к физическому самовоспитанию.*

In the article the stages of forming a readiness of future engineers-teachers for physical self-education are discovered. The guarantee of each stage and possibilities of the educational process of higher engineering and pedagogical educational establishment in this direction are substantiated.

Keywords: *readiness for the physical self-education, stages of physical self-education, the future engineer-teacher, guarantee of readiness for physical self-education.*

Постановка проблеми. Формування особистості - це процес, в якому людина одночасно є об'єктом дій соціальних умов на неї, впливу зовнішніх факторів і суб'єктом процесу, виявляючи активність, самостійність, оскільки вона сама перетворює життя, свою власну природу. Знаходячись під впливом навколишнього середовища, вступаючи в спілкування з іншими людьми і засвоюючи накопичені попередніми поколіннями цінності культури, людина прагне реалізувати себе як особистість. Загальновизнаним є той факт, що процес самовиховання обумовлений діалектичним

взаємозв'язком об'єктивних і суб'єктивних чинників, представлених зовнішніми діями і внутрішніми спонуканнями особистості, в їх взаємозв'язку і взаємовпливі.

Фізичне самовиховання завжди пов'язано з усвідомленням і вирішенням суперечностей, які виникають між зовнішніми впливами, способом життя і рівнем фактичного фізичного розвитку студента. Слід зауважити, що практично всі автори підкреслюють особливу і зростаючу роль внутрішніх чинників роботи особистості над собою в студентському віці.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. У працях дослідників процесу самовиховання взагалі і фізичного зокрема [1; 6] проблема рушійних сил самовиховання розкривається через виникнення і вирішення внутрішніх і зовнішніх суперечностей цього процесу: боротьбу мотивів особистості («хочу» і «треба» тощо), суперечності між зовнішніми умовами і внутрішніми чинниками як спонукальні причини самовиховання (наприклад, між вимогами до особистості ззовні і її вимогливістю до себе. Основною передумовою морального самовиховання вважають самосвідомість, а рушійними силами цього процесу - суперечності між низьким і необхідним рівнями самосвідомості.

Мета статті - визначити етапи формування готовності майбутніх інженерів-педагогів до фізичного самовиховання, обґрунтувати забезпечення кожного з етапів у вищому навчальному закладі.

Виклад основного матеріалу. Ми розглядаємо формування готовності студентів інженерно-педагогічного навчального закладу до фізичного самовиховання як цілісну систему педагогічного процесу суб'єктного характеру, що включає всі компоненти педагогічної системи, її принципи, засоби і методи. При певній технології навчально-виховного процесу, орієнтованого на включення студентів в активну роботу над собою, цією системою на суб'єктному рівні повинні оволодіти студенти вищого навчального закладу. Для цього необхідно забезпечення організаційно-

педагогічних умов формування у студентів теоретичних знань і практичних умінь, що має особистісну спрямованість і створюють підґрунтя для мотивації самопізнання і становлення стійкого інтересу до фізичного самовиховання.

Оволодіння студентами методами фізичного самовиховання значно розширює його можливості. До найпоширеніших методів, що пропонуються науковцями [1; 4; 5; 7; 9] до використання у фізичному самовихованні, можна віднести такі: групу методів самопізнання, що включають самоспостереження, самоаналіз, самооцінку, самоконтроль; методи самопрограмування - цілепокладання, самозобов'язання, власні правила і програми; методи самодії - самонавіювання, самовладання, самозаохочення, самонаказ, самокритика. Уміння ж використовувати ці методи виражається багатством засобів фізичного самовиховання: програми самовиховання, щоденники самоконтролю, самохарактеристики і взаємохарактеристики, карти, схеми особистісного саморозвитку, результати тестування тощо.

Безумовно, можна припускати, що процес формування готовності до фізичного самовиховання у кожного студента здійснюється індивідуально, з різними тимчасовими відрізками окремих етапів, з різною практикою власної фізкультурно-спортивної діяльності, з власним рівнем психологічної готовності до такої діяльності. Автори по-різному визначають латентний період вироблення захоплення, потреби в регулярних фізичних вправах. За одними даними, для цього потрібний достатньо тривалий час [2], за іншими - від 1,5 до 3 місяців [6]. У зв'язку з цим, цілі формування готовності до фізичного самовиховання, а також засоби і методи їх досягнення, в першу чергу, повинні відповідати початковому рівню розвитку особистості, її готовності до свого самовдосконалення. Тому особливу роль в організації діяльності з формування готовності до фізичного самовиховання студентів автори справедливо відводять педагогічному керівництву цим процесом, впливу викладача на внутрішній світ особистості студента.

Процес формування готовності особистості студента в умовах вищого

навчального закладу до фізичного самовиховання може бути представлений послідовними ланками таких етапів: психолого-педагогічна підготовка студентів до роботи над собою; включення їх в самопізнання і навчання технології фізичного самовиховання; самоорганізація і самоврядування самим суб'єктом свого фізичного вдосконалення. Все це відповідає послідовності етапів виховання й самовиховання: формування й усвідомлення значущості необхідних знань; формування позитивного ставлення до процесу фізичного самовиховання (позитивні емоції, почуття, інтерес до занять над власним фізичним самовдосконаленням), вироблення звички займатися фізичним самовихованням.

На першому етапі психолого-педагогічної підготовки діагностується рівень здоров'я і фізичної підготовленості студентів першого курсу, їх фізкультурно-спортивні інтереси, прагнення, установки, особистісні якості, тобто, визначається рівень готовності до активної фізкультурно-спортивної діяльності. Цей етап передбачає самопізнання особистості, методами якого є самопостереження, самоаналіз, самооцінка. Проблемність цього етапу полягає в значній розбіжності позитивних і негативних чинників, що впливали на попередню (в умовах до вступу до вищого навчального закладу) і чинну практику фізичного виховання (безпосередньо в умовах вищого навчального закладу) і, як наслідок, - різну фізичну підготовку студентів (різний рівень їх готовності) і різне відношення до фізичної культури взагалі й до фізичного самовиховання зокрема. Виявлення і врахування цих чинників, зіставлення вимог навчальної програми і особистих інтересів студентів дають можливість викладачу вибрати стратегію, напрям роботи для того, щоб в процесі розв'язання основних завдань навчального процесу вирішувати завдання підготовки студентів до фізичного самовиховання. Цей етап повинен завершитися твердим вирішенням особистості працювати над собою. "Визначивши мету і програму самовиховання, людина, що планує працювати над собою, починає готувати себе до виконання наміченого" [8, с. 127].

Другий етап (1-2 курс) будується на спільній роботі викладача і студента в умовах суб'єкт-суб'єктних відносин. На цьому етапі відбувається оволодіння студентами методами фізичного самовиховання, розробляється програма фізичного самовиховання на основі особистісно- значущих мотивів. Навички самопізнання, самооцінки і самоаналізу створюють передумови і стимулюють здатність роботи над собою, є своєрідним поштовхом до конкретної практичної діяльності. Інформація про результати власної діяльності може виражатися як об'єктивними показниками - це контрольні вправи фізичної підготовленості і рівень спеціальних знань, умінь і навичок, так і суб'єктивними показниками - це інтерес до діяльності, що спеціально організується, стан комфорту під час занять, задоволення досягнутими успіхами тощо.

Завданнями діяльності на цьому етапі є: включення в здоровий спосіб життя і укріплення здоров'я студентів; активізація пізнавальної і практичної фізкультурно-спортивної діяльності; формування морально-вольових якостей; оволодіння основами методики фізичного самовиховання. Формування здатності студентів до рефлексії при цьому вимагає спеціального впливу викладача, якому відводиться важлива на цьому етапі, оскільки навіть незначні позитивні зрушення від початкового рівня в якомуньбудь показнику дають можливість відчувати власні успіхи і задоволення від самого процесу фізкультурної діяльності. Фактично цей етап є основним у формуванні готовності студентів до фізичного самовиховання.

На третьому етапі (3-4 курси), коли академічні заняття з фізичного виховання у вищих навчальних закладах, як правило, скорочуються або навіть припиняються, відбувається перехід зовнішніх педагогічних дій у внутрішній «план» розвитку особистості. В цей період фізичне самовиховання більшою мірою переходить у самостійні, доцільні для кожного студента форми занять. Тобто, вже визначеним є улюблений вид спорту, тижневий руховий режим, спрямованість і об'єм тренувальних занять. Тут дуже важливу роль відіграє стимулювання фізичного

самовиховання як з боку викладача, так і відносно власного самоствердження студентів.

Цей етап базується на використанні способів впливу на себе з метою самозміни. Методи самозміни, спрямовані на вдосконалення особистості, є методами самоуправління, до яких відносять самонаказ, самонавіювання, самопереконавання, самовправу, самокритику, самозобов'язання, самоконтроль, самозвіт. “Самопереконавання і самонавіювання створюють позитивну настанову на самовиховання, тонізують діяльність, в процесі якої відбуваються зміни особистості” [8, с.157]. Проте визначальним у процесі формування готовності до фізичного самовиховання студентів є вироблення звички займатися фізичним самовихованням, в основі якої лежить вироблення стереотипу. Звичка формується в результаті багаторазового повторення певних вчинків, для здійснення яких спочатку потрібно більше зусиль. “Особливо великі зусилля потрібні, якщо дія або вчинок нецікаві для індивіда або якщо він не підготовлений до них” [8, с.157].

Результатом реалізації всіх етапів педагогічної дії можна вважати сформовану у студентів стійку потребу у фізичному самовихованні, їх уміння впливати на себе, управляти собою і контролювати свій фізичний стан. Взаємозв'язок фізичного виховання і самовиховання присутній на всіх етапах фізичного вдосконалення студентів протягом всього періоду навчання студентів у вищому навчальному закладі. При цьому формування у студентів готовності до фізичного самовиховання може бути успішним при певному рівні самосвідомості, коли в результаті виховання особистість усвідомлює значущість власних зусиль у своєму фізичному розвитку і вдосконаленні.

На жаль, економічний спад в Україні зумовив різке зниження витрат на масову фізичну культуру. У нашій країні рівень фізичної культури населення є невисоким порівняно з розвинутими країнами, проте останнім часом все частіше піднімається питання про створення й облаштування спортивних майданчиків, відродження спортивних традицій тощо. Тим важливішою виявляється освітня і просвітницька робота серед студентів,

оскільки ідеологія “здорової людини” громадянина, працівника і сім’янина - є не тільки заставою майбутнього благополуччя, але й необхідною умовою фізичного вдосконалення студентів у сучасному освітньому процесі.

Можливості для такої просвітницької роботи серед студентів вищого інженерно-педагогічного навчального закладу є не тільки у викладанні дисципліни “Фізичне виховання”, але й у викладанні циклу педагогічних дисциплін (“Теорія і методика виховної роботи”, “Професійна педагогіка” тощо), у викладанні дисциплін циклу “Безпека життєдіяльності”, “Охорона праці”. Широкі можливості організації і здійснення просвітницької роботи щодо формування позитивного ставлення до фізичного вдосконалення, розвитку морально-вольових якостей закладено й у виховній роботі, що проводиться в інженерно-педагогічному навчальному закладі.

Висновки і перспективи подальших досліджень. Отже, процес формування готовності студентів інженерно-педагогічного навчального закладу до фізичного самовиховання передбачає послідовну реалізацію етапів спеціально організованої цілеспрямованої роботи, що зумовлює необхідність врахування й використання можливостей різних навчальних дисциплін, а також виховної роботи для забезпечення даного процесу.

Література:

1. Арет А.Я. Основные положения теории самовоспитания / А.Я.Арет: Автореф. дис.... докт. пед. наук. - Л., 1964. - 24 с.
2. Асеев В.Г. Мотивация поведения и формирования личности / В.Г.Асеев. - М.: Мысль, 1976. - 324 с.
3. Бальсевич В.К. Концепция альтернативных форм организации физического воспитания детей и молодежи // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - М, 1996. - № 1. - С. 23-25.
4. Беляева В.А. Педагогические основы физического самовоспитания студентов: Автореф. дисс. ...канд. пед. наук. - Рязань, 1978. - 22 с.
5. Виленский М.Я., Беляева В.А. Физическая культура в самовоспитании личности будущего учителя: Учебное пособие / Под общей ред. В.А.

- Сластенина - М.: МГПИ им. В.И.Ленина, 1985. - 57 с.
6. Виленский М.Я. Физическая культура в образовательном процессе //
 7. Физическая культура и спорт на рубеже тысячелетий: Материалы Всерос. науч.-практ. конф. Ч. 3. - СПб., 2001. - С. 35-44.
 8. Дунина Н.И. Профессионально-педагогическое самовоспитание студентов: автореф. дисс. ...канд. пед. наук. - Рязань, 1975. - 21 с.
 9. Ковалев А.Г. Личность воспитывает себя / Александр Григорьевич Ковалев. - М.: Политиздат, 1983. - 256 с. - (Личность. Мораль. Воспитание).
 10. Рувинский Л.И. Теория самовоспитания: Учеб. пособие для студентов / Леонид Изотович Рувинский. - М.: Изд-во Моск. ун-та, 1973. - 263 с.