

## Потреба у фізичному самовдосконаленні студентів неспеціальних факультетів педагогічного університету

*Кіровоградський державний педагогічний університет імені Володимира Винниченка (м. Кіровоград)*

**Постановка наукової проблеми та її значення.** Соціально-економічні умови сьогодення вплинули на зміщення уваги державної політики до питання самовдосконалення особистості, що викликає зміни в педагогічній системі вищої школи [5].

Безумовно, така тенденція у сфері навчання й виховання піднімає роль фізичної культури, яку нині розглядають як важливий засіб профілактики не лише різноманітних захворювань, а й розповсюдження шкідливих звичок серед молоді, конструктивного заповнення вільного часу задля перешкоди протиправним діям підлітків і юнацтва. Такий підхід збільшує та ускладнює завдання, що покладаються на відповідний навчальний предмет у вищих навчальних закладах [3]. Особливо важливо це в професійній підготовці майбутніх педагогів.

Водночас засвідчує досвід, що результативність предмета «Фізичне виховання» у структурі професійної підготовки залишається досить низькою й має тенденцію до подальшого зниження, адже 80 % керівників до її недоліків відносять незадовільну гуманістичну, оздоровчу та прикладну спрямованість, низьку дієвість дидактичного наповнення, недостатню увагу до теоретичної й методичної підготовки, неадекватність сучасного менталітету студентів, вибір не завжди ефективних форм організації навчального процесу, низький рівень професіоналізму педагогів, відсутність належних умов, що забезпечують її ефективне функціонування [6].

Фізичне виховання студентів – невід’ємна частина загального процесу виховання, що ґрунтується на пріоритеті оздоровчої спрямованості. Мета фізичного виховання студентів – вироблення усвідомленої потреби у фізичному вдосконаленні, розвитку інтересу та звички до самостійних занять фізичною культурою й спортом, набуття знань, умінь і навичок здорового способу життя, тобто привити студентам усвідомлення потреби у фізичному самовдосконаленні не лише під час навчання, але й у подальшому житті, – це пріоритетний напрям освіти.

**Аналіз досліджень цієї проблеми.** Наукові засади для розуміння самовдосконалення як фактора розвитку особистості закладено класичною філософією (Сократ, Епікур, Лукрецій, Демокріт, Арістотель). Ці ідеї знайшли свій подальший розвиток у працях низки вітчизняних і зарубіжних філософів, психологів та педагогів. Для нашого дослідження суттєве значення мають ідеї саморозвитку особистості (В. Афанасьєв, І. Блауберг, Т. Десятов, В. Кремень, І. Кон, К. Корсак, В. Лутай, Г. Філіпчук, С. Франк, Е. Юдін), її здатності до самовизначення, самовдосконалення (М. М. Бахтін, В. С. Біблер, М. О. Бердяєв, І. А. Донцов, І. Кант, С. Л. Рубінштейн, Г. Л. Тульчинський та ін.).

У класичній педагогіці ідеї самовдосконалення активно розробляли такі науковці, як П. П. Блонський, П. Ф. Каптерев, М. Монтессорі, В. О. Сухомлинський, Л. М. Толстой, К. Д. Ушинський.

Нині проблема фізичного самовдосконалення особистості також не зменшила своєї актуальності в учених (В. О. Буллі, І. В. Мудрік, Д. В. Піонтковський, С. О. Сичов, Т. Г. Темерівська) стосовно різних верств населення й, особливо, у студентському середовищі (О. П. Внуков, В. Волков, О. Журавель, С. М. Канішевський, І. Паламарчук, Р. Т. Раєвський, П. І. Щербак).

Аналіз літературних джерел свідчить, що окреслена проблема – предмет постійного вивчення науковців, а вимоги практики доводять її актуальність.

**Завдання дослідження** – проаналізувати стан вивчення проблеми в педагогічній теорії та практиці й визначити рівень потреби у фізичному самовдосконаленні студентів педагогічного університету.

**Виклад основного матеріалу й обґрунтування отриманих результатів дослідження.** Під фізичним самовдосконаленням розуміємо сукупність прийомів і видів життєдіяльності, що визначають та регулюють позицію людини стосовно свого фізичного розвитку, фізичної підготовленості й стану здоров’я [2]. Прагнення до фізичного самовдосконалення може мати різний ступінь активності – від пасивної до розвиненої, а спрямованість – від еґоїстичної до соціально значущої [1].

Для педагогічної практики важливо визначити способи підвищення активності студентів на заняттях фізичною культурою, установити рівні потреби у фізичному самовдосконаленні, спланувати шляхи її подальшого формування.

Специфіка самовдосконалення особистості полягає в тому, що воно найбільше спирається на індивідуальні особливості людини, її нахили та потреби.

Потребу можна визначити як особливий стан психіки індивіда, що відчуває або усвідомлює свою «напруженість», «незадоволеність», «дискомфорт» як відображення невідповідності між внутрішнім станом і зовнішніми умовами його діяльності; це виявляється в прагненнях та мотивах; розглядається як спрямованість на реалізацію певних дій для підтримки життєдіяльності, забезпечення власної цілісності [8].

С. О. Сичов обґрунтував поняття «потреба фізичного вдосконалення» як психічне утворення потребнісно-мотиваційної сфери індивіда, що ґрунтується на усвідомленні суспільної й особистісної значущості певної діяльності та відповідних їй вимог до людини в сучасних умовах і проявляється в прагненні оволодіти необхідними знаннями й уміннями [7].

Зазначимо, що загальнотеоретичні питання формування потреб особистості розглянуто в наукових розвідках В. Г. Афанасьєва, Р. О. Довбуша, Б. С. Кобзаря, О. В. Ліселкіна, М. І. Михайлова, В. М. Оржеховської, Л. П. Станкевича та ін.; психологічні основи формування потреб особистості – у працях Б. Г. Ананьєва, І. Д. Беґа, Л. І. Божович, Л. С. Виготського, О. Г. Ковальова, Г. С. Костюка, О. М. Леонтьєва, К. К. Платонова, С. Л. Рубінштейна й ін.; питання формування мотивів, потреб і ставлення студентів до занять фізичними вправами – у роботах В. О. Бауєра, С. Н. Бубки, М. Я. Віленського, Л. В. Волкова, Г. Е. Іванова, В. І. Ільїнича, І. М. Каплана, М. Ю. Кутєпова, О. С. Куца, Ю. Т. Похолінчука, А. Г. Рибковського, В. А. Щербини та ін.; питання формування потреб фізичного вдосконалення в студентів вищих навчальних закладів розглянуто в дослідженнях О. П. Внукова, Р. Т. Раєвського, П. І. Щербака й ін.

Для виявлення ступеня вираженості потреби в самовдосконаленні студентів запропоновано «Діагностику потреби в самовдосконаленні» за методикою Р. Д. Бабушкіна (табл. 1). У дослідженні брали участь студенти I та II курсів неспеціальних факультетів Кіровоградського державного педагогічного університету імені Володимира Винниченка основної та спеціальної медичних груп (N=1304).

Таблиця 1

**Вираженість потреби в самовдосконаленні студентів (за методикою Р. Д. Бабушкіна)**

Ступінь	I курс (n=676)		II курс (n=628)	
	медична група			
	основна (n=604)	спеціальна (n=72)	основна (n=552)	спеціальна (n=76)
Низький	156	32	148	23
Середній	374	31	390	38
Високий	74	9	90	15

Виходячи з результатів тесту, простежуємо, що на першому курсі навчання низький ступінь вираженості потреби в самовдосконаленні виявлено в 156 студентів (25,8 %) основної групи та 32 (44,4 %) – спеціальної; середній ступінь вираженості – у 374 (61,9 %) і 31 (43,1) майбутніх педагогів, відповідно; високий ступінь – у 74 осіб (12,2 %) основної групи й дев'яти (12,5 %) – спеціальної.

Серед студентів, котрі навчаються на другому курсі, отримано такі результати: найбільша кількість респондентів і основної, і спеціальної груп показала середній ступінь вираженості потреби в самовдосконаленні: 390 (62,1 %) і 38 (50,0 %) студентів, відповідно. 148 осіб (23,6 %) – основної та 23 (30,3 %) – спеціальної груп виявили низький ступінь вираженості потреби в самовдосконаленні. Показники високого рівня спостерігаємо в 90 осіб (14,3 %) основної й 15 (19,7 %) – спеціальної груп.

Порівняльний аналіз результатів в основній і спеціальній групах дає підстави стверджувати про тенденцію до підвищення ступеня вираженості потреби в самовдосконаленні з роком навчання у ВНЗ: в основній групі – у межах 0,2–2,2 %, у спеціальній – 6,9–14,1 %. Відтак, незважаючи на зазначені вище недоліки системи фізичного виховання загалом, установлено тісні взаємозв'язки вузівського фізичного виховання з програмами зміцнення здоров'я та формування здорового способу життя з професійним навчанням, що здійснюється у ВНЗ, функціонування спільно з кафедрою спортивного клубу, – не так, як хотілося б, але все ж здійснюють незначний позитивний вплив на формування потреби студентів у самовдосконаленні.

Аналіз одержаних результатів дав підставу розподілити респондентів за такими рівнями потреби у фізичному самовдосконаленні, визначеними й обґрунтованими М. Я. Віленським та А. П. Внуковим [1]:

1. Пасивний – потреба у фізичному самовдосконаленні виражена слабо або відсутня.
2. Ситуативний – характеризується нестійкою зацікавленістю у фізкультурно-спортивній діяльності.
3. Активно-діяльнісний – відрізняється достатньо високою активністю особистості до занять фізичною культурою й спортом.

Зазначене вище свідчить про те, що потреба у фізичному самовдосконаленні майбутніх педагогів не є достатньою для підготовки в умовах вищого навчального закладу. Відтак можемо констатувати необхідність цілеспрямованого впливу з боку педагогічного колективу, оскільки потреба у фізичному самовдосконаленні не виникає сама по собі – її потрібно виховувати, прищеплювати, моделювати впродовж усього навчально-виховного процесу у ВНЗ. При цьому важливо визначити педагогічні умови, за яких студенти із власної ініціативи включатимуться в активну фізкультурно-спортивну діяльність, пред'являючи вимоги до самих себе.

Підвищення рівня потреби у фізичному самовдосконаленні досягається за дотримання таких педагогічних умов:

- спрямованого формування соціальних й індивідуальних мотивів, що забезпечують поєднання особистої зацікавленості із соціально значущими цілями діяльності;
- професійної направленості фізичного виховання студентів;
- виявлення існуючих і розвитку нових фізкультурно-спортивних інтересів студентів;
- усвідомлення студентами рухових здібностей, що обумовлюють перехід від зовнішніх регуляторів поведінки до внутрішніх;
- диференційного підходу, що визначає пізнання й урахування об'єктивних закономірностей, які комплексно впливають на фізичне самовдосконалення студентів [1].

Результати аналізу практики й численних наукових досліджень свідчать, що процес формування в студентів потреби у фізичному самовдосконаленні складається з низки взаємопов'язаних напрямів:

- виховання позитивного ставлення до занять фізичною культурою та спортом;
- оволодіння знаннями й усвідомлення на їх основі переконань у необхідності систематичних занять фізичними вправами;
- формування відповідних умінь і навичок;
- залучення студентів до щоденних занять фізичною культурою.

Не можна не погодитися з ученими [4; 8], котрі найбільш розповсюдженими в практиці формування потреби у фізичному вдосконаленні вважають такі: глибше ознайомлення студентів із діяльністю їхнього власного організму; актуалізацію інтересу до власної фізичної організації (завдяки стимуляції потреб за допомогою опори на індивідуальні можливості й інтереси, через актуалізацію потреби в досягненні певного результату за допомогою використання зовнішніх і внутрішніх стимулів).

Дієвий засіб формування потреби у фізичному самовдосконаленні – прийом оперативного й постійного інформування студентів про поточні та оперативні результати, тобто прийом зворотного зв'язку. Такий зв'язок (який уключає також інформацію про стан окремих систем організму: дихальної, серцево-судинної, нервової тощо) сприяє значному підвищенню інтересу й активності студентів, дає їм змогу здійснювати самоконтроль за динамікою свого стану й ступенем розвитку умінь і навичок [1].

Формування потреби у фізичному самовдосконаленні – довготривалий навчально-виховний, педагогічний процес, у якому проявляються різноманітні позитивні та негативні мотиви, фактори, як зовнішні, так і внутрішні. Серед зовнішніх – особистість викладача, зміст навчання й методика викладання, стан спортивних споруд та якість і наявність спортивного інвентарю. Серед внутрішніх – мотиви, інтереси, ціннісні орієнтири, рівень розвитку особистісних якостей, самооцінка стану здоров'я та фізичної підготовленості. Саме вплив на мотиваційну й ціннісну складові частини особистості вбачаємо ефективними задля розв'язання окреслених завдань. Водночас погодженість зовнішніх і внутрішніх факторів характеризує якість управління процесом фізичного виховання у ВНЗ і, як наслідок, – ступінь сформованості потреби у фізичному самовдосконаленні.

**Висновки.** Проаналізовані в процесі дослідження праці науковців підтвердили актуальність і важливість розв'язання зазначеної проблеми. Визначений рівень потреби у фізичному самовдосконаленні студентів неспеціальних факультетів педагогічного ВНЗ не є достатнім і потребує подальшого цілеспрямованого педагогічного впливу.

**Перспективи подальших досліджень** убачаємо у визначенні підходів та способів формування потреби студентів неспеціальних факультетів педагогічного ВНЗ у фізичному самовдосконаленні за професійним спрямуванням, відповідно до напрямів, указаних вище, та з урахуванням напрацювань науковців.

#### *Джерела та література*

1. Виленский М. Я. Потребность в физическом самосовершенствовании и основы методики ее формирования у студентов / М. Я. Виленский, А. П. Внуков // Теория и практика физической культуры. – 1983. – № 5. – С. 33–35.
2. Волков В. Основи фізичного самовдосконалення студентської молоді : [навч.-метод. посіб.] / В. Волков, І. Паламарчук. – К. : Нора-прінт, 2007. – 28 с.
3. Мудрик І. В. Виховання у студентів навичок до фізичного самовдосконалення [Електронний ресурс] / І. В. Мудрик. – Режим доступу : [archive.nbuv.gov.ua/.../1\\_17\\_Mudryk2.pdf](http://archive.nbuv.gov.ua/.../1_17_Mudryk2.pdf)
4. Петров О. П. Формирование у студентов мотивов к занятиям физкультурно-спортивной деятельностью : автореф. дис. канд. пед. наук : 13.00.01 / О. П. Петров. – Алма-Ата, 1989. – 25 с.
5. Піонтковський Д. В. Формування вмінь самовдосконалення студентів у позааудиторній діяльності з фізичного виховання: теоретико-методичний аспект [Електронний ресурс] / Д. В. Піонтковський. – Режим доступу : <http://eprints.zu.edu.ua/2728/2/Vip42.pdf>
6. Раевский Р. Т. Физическое совершенствование студенческой молодежи в XXI веке: стратегия, проблемы и пути их решения / Р. Т. Раевский, С. М. Канишевский, А. Г. Рыбковский // Теория і практика фізичного виховання : наук.-метод. журн.: спец. Вип. за матеріалами міжнар. наук.-практ. конф. «Здоров'я і освіта: проблеми та перспективи». – Донецьк, ДонНУ. – 2008 – № 1. – С. 145–151.
7. Сичов С. О. Формування пореби фізичного вдосконалення у студентів вищих технічних навчальних закладів : автореф. дис. канд. пед. наук : 13.00.07 / С. О. Сичов. – К., 2002. – 22 с.
8. Собко С. Г. Формування потреби у фізичному вдосконаленні майбутніх учителів фізичного виховання / С. Г. Собко // Наукові записки : Серія «Педагогіка і психологія». – Вінниця, 2004. – № 9. – С. 128–132.

#### *Анотації*

*Визначено, що потреба у фізичному самовдосконаленні майбутніх педагогів не є достатньою для підготовки в умовах вищого навчального закладу. Для аргументації такого висновку проаналізовано роботи вчених щодо проблеми самовдосконалення особистості, обґрунтовано необхідність цілеспрямованого впливу щодо її формування з боку педагогічного колективу. Користуючись надбанням педагогічного досвіду та апелюючи до проблем сьогодення щодо фізичного самовдосконалення студентської молоді неспеціальних факультетів ВНЗ, розглянуто поняття «потреба», «фізичне самовдосконалення», «потреба у фізичному самовдосконаленні». За допомогою методики Р. Д. Бабушкіна «Діагностика потреби в самовдосконаленні» виявлено ступінь вираженості потреби в самовдосконаленні студентів. Визначено рівень потреби у фізичному самовдосконаленні студентів основної й спеціальної медичних груп педагогічного університету. Запропоновано педагогічні умови підвищення рівня потреби у фізичному самовдосконаленні.*

**Ключові слова:** потреба, фізичне самовдосконалення, студенти.

**Наталія Собко, Сергій Собко. Потребность в физическом самосовершенствовании студентов неспециальных факультетов педагогического университета.** *Определено, что потребность в физическом самосовершенствовании будущих педагогов не является достаточной для подготовки в условиях высшего учебного заведения. Для аргументации такого вывода, проанализированы работы ученых по проблеме самосовершенствования личности, обоснована необходимость целенаправленного воздействия по ее формированию со стороны педагогического коллектива. Пользуясь достоянием педагогического опыта и апеллируя к проблемам сегодняшнего дня относительно физического самосовершенствования студенческой молодежи неспециальных факультетов вузов, рассмотрены понятия «потребность», «физическое самосовершенствование», «потребность в физическом самосовершенствовании». С помощью методики Р. Д. Бабушкина «Диагностика потребности в самосовершенствовании» обнаружена степень выраженности потребности в самосовершенствовании студентов. Определен уровень потребности в физическом самосовершенствовании студентов основной и специальной медицинских групп педагогического университета. Предложены педагогические условия повышения уровня потребности в физическом самосовершенствовании.*

**Ключевые слова:** потребность, физическое самосовершенствование, студенты.

**Nataliya Sobko, Serhiy Sobko. The Need in Physical Self-improvement of Students of Non-special Departments of Pedagogical University.** *It was determined that the need in physical self-improvement of future teachers is not enough for preparation in conditions of higher educational institution. For reasoning of this conclusion, we have analyzed the works of scientists on the problem of self-identity of personality, it was grounded the need of purposeful influence on its formation from the side of pedagogical staff. Making profit of heritage of pedagogical experience and by appealing to problems of present relatively physical self-improvement of student youth of non-special departments of universities. There were considered the notions of «need», «physical self-improvement», «need in physical self-improvement». With the help of methodology of R. D. Babushkin «Diagnosis of the need of self-improvement» it was discovered the level of*

*expression of need in students' self-improvement. It was defined the level of need in physical self-improvement of students of the main and special medical groups of pedagogical university. It was offered pedagogical conditions of increasing of the level of need in physical self-improvement.*

**Key words:** *need, physical self-improvement, students.*