

**Сивохоп Едуард Миколайович**  
кандидат педагогічних наук, доцент  
кафедра теорії та методики фізичного виховання  
ДВНЗ «Ужгородський національний університет», м. Ужгород, Україна

**Маріонда Іван Іванович**  
кандидат педагогічних наук, доцент  
кафедра фізичного виховання  
ДВНЗ «Ужгородський національний університет», м. Ужгород, Україна

**Товт Валерій Адальбертович**  
кандидат педагогічних наук, доцент  
кафедра теорії та методики фізичного виховання  
ДВНЗ «Ужгородський національний університет», м. Ужгород, Україна

## ПЕДАГОГІЧНІ УМОВИ ФОРМУВАННЯ САМОПІЗНАННЯ ФАХІВЦЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ В ПРОЦЕСІ НАВЧАННЯ У ВИЩІЙ ШКОЛІ

*У статті виявлено педагогічні умови формування самопізнання майбутніх фахівців фізичної культури. Розроблено структурно-функціональну модель формування готовності студентів до самопізнання. Запропонована автором модель містить структурні блоки: мету самопізнання, методологічні підходи, функції самопізнання, компоненти, критерії, рівні готовності, об'єкти самопізнання, способи самопізнання, фактори самопізнання, педагогічні умови забезпечення цього процесу.*

*Ключові слова: формування готовності, самопізнання, майбутні вчителі фізичної культури, фізична підготовка.*

**Вступ.** В умовах стандартизації та інтеграції загальної й професійної фізичної культури особливо зростає актуальність оптимізації процесу професійно-особистісної фізичної підготовки випускників факультетів фізичного виховання і спорту та профільних вищих навчальних закладів. Проблема формування їхньої готовності до професійної діяльності набуває сьогодні великого значення. Гуманітарно-зорієнтована освіта повинна бути спрямована на підготовку фахівця як суб'єкта власної фізичної культури, здатного до самопізнання та саморозвитку. У цьому випадку особистість сприймає діяльність у галузі фізичної підготовки як складову стилю життя, що сприяє цілям особистого вдосконалення [3; 7].

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Важливий вплив на активізацію навчального процесу у вищій школі мають праці вітчизняних і зарубіжних дослідників щодо вдосконалення професійної підготовки майбутніх фахівців з використанням авторських організаційно-методичних систем комплексного професійного навчання і виховання [3; 4]. Загальні питання підготовки майбутніх фахівців з фізичної культури і спорту до професійної діяльності вчителя, педагога, тренера розглядаються в працях М.Дутчака, Т.Круцевич [5; 6]. Окремі питання організації, управління, оцінювання якості фізичної підготовки розглядаються в роботах Р.Антоніка, І.Боднара, А.Драчука [1; 2; 4].

**Метою статті** є вивчення педагогічних умов формування самопізнання фахівця фізичної культури в процесі навчання у вищій школі. Завдання дослідження: 1. Визначити педагогічні умови формування самопізнання фахівця фізичної культури. 2. Розробити модель формування готовності майбутніх фахівців фізичної культури до самопізнання в процесі фізичної підготовки.

**Виклад основного матеріалу.** Формування го-

товності студентів до самопізнання в процесі фізичної підготовки обумовлено комплексом педагогічних умов. Під педагогічними умовами розуміються фактори, які забезпечують ефективність навчального процесу. Ми визначили дві групи педагогічних умов: організаційно-педагогічні та особистісно-орієнтовані.

1. Організаційно-педагогічні умови формування самопізнання:

*1.1. Орієнтування студентів на ціннісне ставлення до формування особистості.* За коректної оцінки педагогом особистості студента, у останнього формуються адекватні знання про відмінності між еталонними (нормативними) показниками і реальним станом речей, підвищується якість педагогічної взаємодії. Ця організаційно-педагогічна умова спрямовує систему педагог-учень на якісну зміну самосвідомості і «Я-концепції»; під впливом засобів фізичного виховання педагогічна дія направлена на розвиток функцій організму і зміну будови тіла.

*1.2. Створення настанови на продуктивну взаємодію між викладачем і студентом.* У процесі спільної діяльності викладача і студента у останнього спостерігається формування самосвідомості, основним наслідком якого є пізнання себе й установка на самовдосконалення. Характер спілкування педагога багато в чому визначається вмінням збагнути внутрішній світ своїх студентів, забезпечити відповідальну, розумово й емоційно адекватну реакцію вихованців. Творчий діалог з викладачем, його емоційна підтримка проявлених студентом зусиль, допомагають останньому набутти впевненості у своїх силах, переконаності у значущості й необхідності самопізнання.

*1.3. Етапність і послідовність формування готовності до самопізнання.* На кожному етапі передбачається вирішення певних завдань, для прикладу: забезпечити позитивне ставлення студентів до процесу самопізнання; розвинути інтерес до фізкультури

турно-спортивної діяльності; сформувавши потребу у всебічному аналізі власних переваг і недоліків; вирішити завдання особистісного самовизначення; розвинути здібності до самопроєктування особистісної програми фізичного самовдосконалення.

1.4. *Регулярне проведення консультацій з метою створення інформативної бази для засвоєння професійно значимих цінностей самопізнання в процесі фізичної підготовки.* На консультаціях триває формування навичок і вмінь орієнтування в науковій і навчальній інформації (вміння розбиратися в потоці різноманітної інформації, вести пошук та обирати репрезентативні джерела інформації залежно від проблеми вивчення, залучати додаткові джерела з метою більш повного розуміння того, що досліджується). Дуже важливо, щоб викладач на консультаціях актуалізував і стимулював студента до фізичного самопізнання.

1.5. *Орієнтація студентів на довгострокову програму самопізнання.* Опанувавши способи самопізнання, студент може усвідомлено і самостійно давати установку на формування програми роботи над самовдосконаленням, після того як закінчиться навчання у ВНЗ. Для цього розробляється план найближчих, середніх й далеких перспектив індивідуального розвитку засобами фізичної підготовки, формуються вміння й бажання самостійного отримання нових знань, продовження вдосконалення вмінь і навичок.

2. Особистісно-орієнтовані умови формування самопізнання:

2.1. *Визначення вектора самопізнання в процесі фізичної підготовки з урахуванням професійно значимих цінностей особистості.* Цілі й завдання повинні бути посильними, ясними, привабливими. Для цього освітній процес будується так, щоби ціннісні уявлення перетворювалися на перевірені особистим досвідом реальні мотиви самопізнання в процесі фізичної підготовки. Самосвідомість направляє на активну участь у формуванні гуманітарної культури майбутніх фахівців фізичної культури і спорту.

2.2. *Забезпечення студентів необхідними методиками щодо самооцінки свого фізичного та психічного стану.* Об'єктивна оцінка студентом свого фізичного і психічного стану є свого роду індикатором і, одноразово, регулятором його поведінки. Зміст експериментальних методик включав критичне ставлення до особистого фізкультурно-спортивного досвіду; мобілізацію психічних і фізичних можливостей у досягненні поставлених цілей; розвиток самодисципліни, волевих зусиль; авторський пошук методів самопізнання, адекватних власним можливостям.

2.3. *Вільний вибір студентами видів рухової активності, адекватної віковим можливостям, рівню фізичної підготовленості, стану здоров'я і працездатності.* Визначення цілей своєї діяльності є показником активності особистості, вираженням суб'єктивної позиції студента в процесі фізичного самопізнання. Коли ж мета задається викладачем, а сам студент її не сприймає, то така співпраця буде пасивною. У вільному виборі технологій самоосвіти виділено такі елементи як: визначення мети й порівняння її із власними можливостями; розгляд умов, необхідних для досягнення мети.

2.4. *Досягнення студентами особистісно-зна-*

*чущих результатів фізичного самовдосконалення; розширення і збагачення індивідуального досвіду.* Досягнення особистісно-значущих результатів дає певний стимул для подальшого самопізнання, емоційно заряджає особистість. За цієї умови розкриваються кращі якості студентів, зростає потенціал пізнавальної активності й самостійності студентів, а також формуються потреби до отримання нових знань і установки на майбутню творчу пізнавальну діяльність. Здобуваючи індивідуальний досвід, студент здатен самостійно відшукувати необхідні для успішної діяльності знання, навички й уміння (застосовувати методику й техніку творчої розробки завдань, поглиблювати знання, самостійно освоювати нові системи).

З метою реалізації педагогічних умов ефективності сформованості компонентів готовності до самопізнання була розроблена модель формування готовності майбутніх фахівців фізичної культури до самопізнання в процесі фізичної підготовки (рис.1).

Для направленої формування самопізнання, орієнтованого на особистісне фізичне вдосконалення нами створено спеціальну програму. Основою навчально-експериментальної програми були зазначені умови та досліджувані компоненти моделі, а саме: мотиваційно-ціннісний (ставлення особистості до процесу самопізнання); когнітивний (знання своїх психофункціональних і морфофункціональних можливостей); діяльнісний (володіння прийомами самопізнання); перетворювально-творчий (уміння творчо застосовувати знання й уміння спортивної діяльності); оцінювально-корегувальний (адекватна самооцінка й управління процесом самопізнання).

Досліджувана нами модель включає: мету, методологічні підходи, об'єкти, прийоми самопізнання, п'ять взаємозалежних і взаємодоповнюючих компонентів: мотиваційно-ціннісний, когнітивний, діяльнісний, оцінювально-коригувальний, перетворювально-творчий. Стійкість структурних компонентів самопізнання в процесі фізичної підготовки визначається їхнім зв'язком із функціями самопізнання, а саме: інформаційною, оцінювальною, регулятивною, ціннісною, операційною. У моделі так само відображено критерії та рівні готовності до самопізнання, фактори самопізнання: ціннісно-смісловий, гуманізації освітнього середовища, фактор професійно-педагогічної орієнтації та фактор соціальної зрілості.

Викладений матеріал дозволяє зробити наступні **висновки**:

Визначено, що формування готовності студентів до самопізнання в процесі фізичної підготовки обумовлено комплексом педагогічних умов. Під педагогічними умовами розуміються фактори, які забезпечують ефективність навчального процесу. Для перевірки ми визначили дві групи педагогічних умов: організаційно-педагогічні та особистісно-орієнтовані.

З метою реалізації педагогічних умов ефективності сформованості компонентів готовності до самопізнання була розроблена модель формування готовності майбутніх фахівців фізичної культури до самопізнання в процесі фізичної підготовки

Проведене дослідження не вичерпує всіх аспектів розглянутої проблеми. Подальшого наукового пошуку потребують питання про роль самовиховання у формуванні особистості вчителя фізичної культури.



Рис. 1. Функціональна модель формування готовності майбутніх фахівців фізичної культури до самопізнання

### Список використаної літератури

1. Атонік В.І. Процеси фізіологічної адаптації до навчання у педвузі / В.І.Атонік, І.П.Атонік // Адаптація учнівської молоді до навчальних занять і фізичних навантажень: тез. доп. наук. конф. – Черкаси, 1993. – С.5
2. Боднар І.Р. Фізичне виховання студентів з низьким рівнем фізичної підготовленості: автореф. дис. на здобуття наук.

- ступеня канд. наук з фіз. виховання і спорту: спец. 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення» / І. Р. Боднар. – Луцьк, 2000. – 19 с.
3. Борейко Н.Ю. Принцип гуманізації як засіб реалізації особистісно орієнтованого навчання / Н.Ю. Борейко // Проблеми та перспективи формування національної гуманітарно-технічної еліти: зб. наук. пр. – Вип. 1 (5). – Х.: НТУ «ХПІ», 2003. – С.246-253
  4. Драчук А.І. Оптимізація фізичного виховання студентів вищих закладів освіти гуманітарного профілю: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з фіз. вих. і спорту: спец. 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення» / А. І. Драчук. – Львів, 2001. – 20 с.
  5. Дутчак М.В. Спорт для всіх в Україні: Теорія і практика. К. – Олімп. л-ра, 2009. – 279 с.
  6. Круцевич Т.Ю. Наукові основи фізичного виховання : лекція для студентів, аспірантів та слухачів курсів підвищення кваліфікації, викладачів фізичного виховання / Т.Ю. Круцевич. – К.: Т-во «Знання України», 2001. – 23с.
  7. Молнар М.В. Оптимізація програмно-нормативного забезпечення фізичного виховання у вищих закладах освіти України / М.В. Молнар, Е.М. Сивохоп // Реалізація здорового способу життя – сучасні підходи: зб. наук. статей. – Дрогобич: Коло, 2003. – С.57-61

Стаття надійшла до редакції 07.05.2016 р.

**Сивохоп Едуард**

кандидат педагогических наук, доцент  
кафедра теории и методики физического воспитания

**Марионда Иван**

кандидат педагогических наук, доцент  
кафедра физического воспитания

**Товт Валерий**

кандидат педагогических наук, доцент  
кафедра теории и методики физического воспитания

Государственное высшее учебное заведение  
«Ужгородский национальный университет», Ужгород, Украина

**ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ ФОРМИРОВАНИЯ САМОПОЗНАНИЯ СПЕЦИАЛИСТА  
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ПРОЦЕССЕ ОБУЧЕНИЯ В ВЫСШЕЙ ШКОЛЕ**

*В статье выявлены педагогические условия формирования самопознания будущих специалистов физической культуры. Разработана структурно-функциональную модель формирования готовности студентов к самопознанию. Предложенная автором модель содержит структурные блоки: цель самопознания, методологические подходы, функции самопознания, компоненты, критерии, уровни готовности, объекты самопознания, способы самопознания, факторы самопознания, педагогические условия обеспечения этого процесса.*

*Ключевые слова: формирование готовности, самопознания, будущие учителя физической культуры, физическая подготовка.*

**Syvokhop Eduard**

Candidate of Pedagogical Sciences, Ph.D., Assistant Professor  
Department of Theory and Methodology of Physical Education

**Marionda Ivan**

Candidate of Pedagogical Sciences, Ph.D., Assistant Professor  
Department of Physical Education

**Tovt Valeriy**

Candidate of Pedagogical Sciences, Ph.D., Assistant Professor  
Department of Theory and Methodology of Physical Education

Sate Higher Educational Establishment  
«Uzhhorod National University», Uzhhorod, Ukraine

**PEDAGOGICAL CONDITIONS OF FORMATION OF SELF-COGNITION OF A PHYSICAL CULTURE  
SPECIALIST IN THE PROCESS OF STUDYING AT A HIGH SCHOOL**

*Two groups of pedagogical conditions of formation of self-cognition of future physical culture specialists have been defined in the article: organizationally-pedagogical and personality-oriented.  
To the organizationally-pedagogical conditions belong:*

- Targeting of students to the value treatment to the personality formation;
- Targeting of students to the productive interaction between a teacher and a student;
- Stages and sequence of formation of readiness for self-knowledge.
- Regular consultations with the aim to establish informative basis for the acquiring of professionally important values of self-cognition in the process of physical training.
- Targeting of students to the long-term programme of self-cognition.

*To the personality-oriented conditions belong:*

- Determination of vector of self-cognition in the process of physical training taking into account of professionally important personal values.
- Providing students with necessary techniques on self-assessment of physical and mental condition.
- Free choice by students of a type of physical activity, age-appropriate, level of physical fitness appropriate, health and labour performance appropriate.
- Reaching by students of personal and significant results of physical self-perfection; expanding and enriching of personal experience.

*Also the authors have work out the structural-functional model of formation of readiness of future physical culture specialists to self-cognition, that includes: sweep self-knowledge, objects of self-cognition, methodological approaches, five interdependent components and model of criteria: motivational-valued, cognitive, active, estimate-correcting and converting-creative.*

*Key words: pedagogical conditions, readiness of formation, self-cognition, physical education teacher, physical training.*