

початку нового тисячоліття спостерігалася тенденція зростання числа осіб, які займаються оздоровчою діяльністю. У 2002-2004 роках вона поширилась на 19 з 20-ти найпопулярніших видів спорту. При цьому високі темпи залучення населення до спортивно-оздоровчої діяльності (від 10% до 30%) були притаманні восьми видам спорту (футбол - 26,9%, бокс – 22,6%, плавання – 21,1%, рукопашний бій – 19,9%, баскетбол – 19,4%, аеробіка спортивна – 18,3%, бодібілдинг – 13,9%, важка атлетика – 14,1%). А ще шести видам спорту (футзал, спортивний туризм, стрільба кульова, волейбол, теніс настільний, спортивні танці) притаманні дуже високі показники (від 30% до 98,2%) залучення населення до занять спортом.

Приємним є й створення Державної програми розвитку фізичної культури і спорту на 2007–2011 роки. Мета Програми полягає у створенні умов для розвитку фізичної культури і спорту, зокрема удосконалення відповідного організаційного та нормативно-правового механізму. Основними ж завданнями Програми є: проведення фізкультурно-оздоровчої та спортивно-масової роботи в усіх навчальних закладах, за місцем проживання, роботи і у місцях масового відпочинку громадян, а також фізкультурно-оздоровчої та реабілітаційної роботи серед інвалідів; забезпечення розвитку олімпійських, паралімпійських, дефлімпійських та неолімпійських видів спорту шляхом підтримки дитячого, дитячо-юнацького, резервного спорту, спорту вищих досягнень, спорту інвалідів і спорту ветеранів; підвищення рівня нормативно-правового, кадрового, матеріально-технічного, фінансового, науково-методичного, медичного, інформаційного забезпечення; участь у міжнародній діяльності.

Отож, фізична культура - це сукупність досягнень суспільства у створенні та раціональному використанні спеціальних засобів, методів і умов цілеспрямованого вдосконалення людини. А основними показниками розвитку фізичної культури на даному етапі розвитку нашої держави, згідно з вищенаведеними даними, є: рівень здоров'я, фізичний розвиток та підготовленість різних верств населення; ступінь використання фізичної культури в різних сферах діяльності; рівень розвитку системи фізичного виховання; рівень розвитку самодіяльного масового спорту; рівень забезпеченості кваліфікованими кадрами; рівень впровадження у фізичну культуру досягнень науково-технічного прогресу; відображення явищ фізичної культури в засобах масової інформації, у творах мистецтва і літератури; матеріальна база; а також рівень спортивних досягнень.

Самоудосконалення та соморозвиток курсантів

Г. А. Лещенко, доц., канд. пед. наук

*Кіровоградська льотна академія
Національного авіаційного університету*

Першопричиною негараздів у суспільстві є втрата або відсутність морально-духовних і культурних цінностей. Першопричиною негараздів у житті людини є невміння або небажання розвиватися. Наш особистий двадцятирічний досвід роботи із студентами підтверджує думку багатьох психологів та педагогів про те, що більшість молодих людей сьогодні не усвідомлює себе як різнобічно розвинуту особистість, майже не володіє знаннями про себе – про свою соціальну спрямованість, властивості свого темпераменту, характеру, особливості свого мислительного апарату, власні здібності, таланти, професійну придатність тощо. Значна частина майбутніх фахівців з вищою освітою, а часом навіть тих, хто давно її отримав, перебуває в стані

недовершеного розвитку, на маючи необхідності, здатності або бажання рухатися уперед до найвищих рівнів самовдосконалення.

Людина розвивається не лише за закладеною в ній спадковою програмою і під впливом довкілля, але і залежно від того досвіду, якостей, здібностей, що складаються в його психіці.

Такий розвиток, який визначається змістом і рівнем психічного розвитку особистості на даний момент, може бути названий психогенним, "самопсихічним" розвитком, або саморозвитком. Самовиховання є невід'ємна і найважливіша частина процесу саморозвитку.

Взаємодія вихователя з вихованцем, його педагогічна організація, зовнішня частина педагогічного процесу є власне виховною дією.

Друга, внутрішня частина процесу — це вже психічна діяльність виховання як суб'єкта саморозвитку, самовиховання; вона здійснюється на внутрішньоособистісному рівні і є сприйняттям, певною переробкою, привласненням особистістю зовнішніх впливів і перетворенням їх у свої якості; інтерпретацію цих впливів, їх оцінку, рішення про їх збереження, перетворення на свої якості і застосування їх здійснює сама особа. "Будь-яке виховання є в кінцевому рахунку самовиховання" (Л.С.Виготський).

Педагогічне завдання полягає в тому, щоб допомогти особистості здійснити самовиховання: усвідомити процеси, що відбуваються в її психіці, навчити усвідомлено управляти ними, викликати їх мотивацію, ставити цілі свого вдосконалення.

Самовиховання, самоудосконалення — це процес усвідомленого, керованого самою особистістю розвитку, в якому в суб'єктивних цілях і інтересах самої особистості цілеспрямовано формуються і розвиваються її якості і здібності.

Для того, щоб процеси самоудосконалення стали домінантними в психічному розвитку курсантів, необхідна організація трьох груп умов:

1. Усвідомлення курсантами цілей, завдань і можливостей свого розвитку і саморозвитку.

2. Участь курсантів в самостійній і творчій діяльності, певний досвід успіху і тренінг досягнень.

3. Адекватні стиль і методи зовнішніх дій: умов навчання, виховання і устрою життєдіяльності.

Створення у курсантів домінантної установки-мотивації на самовиховання, формування культу самоудосконалення допоможе вирішити багато сьогоденних проблем освіти, зокрема, таких важливих, як мотивація навчання без зовнішнього примусу, самовиховання.

У найзагальнішому вигляді сучасна вища школа орієнтується на наступні виховні моделі:

- а) модель освіченого, інтелектуально розвиненого випускника, підготовленого до освоєння професійного етапу навчання;

- б) модель фізично та психічно здорової людини;

- в) модель етично вихованої людини і громадянина;

- г) модель успішної (продуктивної, творчої) особистості;

- д) модель особистості, здатної адаптуватися, пристосовуватися до існуючих соціальних та професійних умов, якій притаманні наполегливість і конкурентоздатність.

Концепція самовиховання висуває ще одну, нову для сучасної вищої школи модель виховного ідеалу: особу, що самовиховується, самоудосконалюється, саморозвивається. Зрілий рівень самоудосконалення характеризують: натхненність, ідейна спрямованість, зв'язок мотивів (цілей) роботи над собою з духовним ядром

особистості; стійкість цілей і завдань самоудосконалення, перетворення їх в домінанту життєдіяльності; володіння, оснащеність сукупністю умінь самоудосконалення; усвідомлена поведінка, направлена на поліпшення себе, своєї особи; високий рівень самостійності особистості, готовність до включення в будь-яку діяльність; творчий характер діяльності людини; результативність, ефективність самоформування особистості. До такого рівня самовиховання курсант повинне підійти в результаті використання певної педагогічної технології, націленої, зорієнтованої на самовиховання.

Під педагогічною технологією слід розуміти системну сукупність і порядок функціонування усіх особистісних, інструментальних та методологічних засобів, що використовуються для досягнення педагогічних цілей.

Отже, головною метою технології самовиховання курсантів є створення умов для переходу виховання в самовиховання, введення особистості в режим саморозвитку, підтримка і стимуляція цього режиму на кожному етапі, формування віри в себе і забезпечення інструментарієм самовиховання.

Література:

1. Бех І.Д. Виховання особистості: У 2 кн. Кн. 1: Особистісно орієнтований підхід: теоретико-технологічні засади. – К.: Либідь, 2003, - 280 с.
2. Бех І.Д. Виховання особистості: У 2 кн. Кн. 2: Особистісно орієнтований підхід: теоретико-технологічні засади. – К.: Либідь, 2003, - 244 с.
3. Занюк С.С. Психологія мотивації. – К.: Либідь, 2002. – 304 с.
4. Карпенчук С.Г. Самовиховання особистості. – К.: ІЗМН, 1998. – 216 с.
5. Пезешкиан Н. Психосоматика и позитивная психотерапия: Пер. с нем. – М.: Медицина, 1996. – 464 с.
6. Пезешкиан Х. Основы позитивной психотерапии. – Архангельск: Издательство Архангельского медицинского института, 1993. – 116 с.
7. Психология. Словарь / Под общ. ред. А.В. Петровского, М.Г. Ярошевского. – М.: Политиздат, 1990. – 494 с.
8. Терлецька Л. Технологія самоаналізу. – К.: Главник, 2005. – 96 с.

Проблеми фізичного виховання в процесі професійної підготовки студентів

*Липчанська Л.М., ст. викл. кафедри фізичного виховання
Кіровоградський національний технічний університет*

Фізична культура є частиною передової культури, набутком всього народу. Це потужний засіб не тільки фізичного вдосконалення та оздоровлення, але також і виховання соціальної, трудової, творчої активності громадян. Фізична культура не вичерпується вправами, спортом, гімнастикою, іграми та туризмом: вона включає громадську та особисту гігієну праці, побуту, використання природних сил для загартування, правильний режим праці, відпочинку та харчування. Систематично вживані фізкультура та спорт – це молодість, що не залежить від паспортного віку, це старість без хвороб, оживлена оптимізмом, довголіття, і нарешті – здоров'я.

Проблема професійно-прикладної фізичної підготовки є водночас нагальною, оскільки потребує стрімких дій в процесі її подолання, так і актуально-доцільною, що обумовлюється збільшенням ефективного та правильно розподіленого навантаження,