

О.А. Ігнатюк

**ДИДАКТИЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ВИКЛАДАННЯ ДИСЦИПЛІНИ “ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА ТА ПСИХОФІЗІОЛОГІЧНИЙ ТРЕНІНГ” МАГІСТРАНТАМ СПЕЦІАЛЬНОСТІ “ПЕДАГОГІКА ВИЩОЇ ШКОЛИ”**

*У статті розкрито дидактичні особливості організації вивчення магістрантами навчальної дисципліни “Фізична культура і психофізіологічний тренінг”. Розкрито зміст дисципліни, форми і методи професійної підготовки, які сприяють формуванню у магістрантів знань індивідуальних особливостей особистості та практичних навичок їх саморозвитку психічних функцій і саморегуляції емоційних станів, що визначають сутність управлінської ортобіотики. Обговорюються творча складова індивідуальних завдань магістрантів, можливі стратегії і тактики особистісно-професійного самовдосконалення.*

**Ключові слова:** етапи навчання; магістрант; модель навчання; педагогічна діяльність; практичні навички; професійно важливі якості; професійні знання; самокероване навчання; сутність управлінської ортобіотики; шляхи підготовки.

**Постановка проблеми і актуальність дослідження.** Стратегія сучасної педагогічної освіти полягає в професійно-особистісному розвитку і саморозвитку особистості педагога. Образ педагога, представлений в цілях педагогічної освіти, виступає як модель кінцевого результату діяльності – особистості педагога здатного вільно орієнтуватися у площині складних соціокультурних обставин, відповідально і професійно діяти в умовах вирішення актуальних освітніх завдань. Не викликає жодних сумнівів теза про те, що професійну діяльність викладача за своїм характером давно і однозначно віднесено в наукових дослідженнях до творчих видів діяльності і за своїм змістом вона розглядається як вельми нелегка праця [2]. Важливо наголосити, що розгляд цих питань, їх обґрунтування знаходимо в працях видатних мислителів і педагогів різних епох (М. Бердяєв, А. Дистерверг, І. Кант, П. Каптерев, Я. Коменський, М. Ломоносов, А. Макаренко, Й.-Г. Пестолоцці, Г. Сковорода, В. Сухомлинський, Л. Толстой, К. Ушинський та багатьох інших сучасних дослідників).

Природа сучасної професійної діяльності педагога вимагає нового педагогічного мислення, ціннісними установками якого є пріоритет індивідуальності мислення над однодумністю, освітніх інтересів особистості над стандартною навчальною програмою, саморозвитку, самонаучення над уніфікованим засвоєнням, “передачею” знань. Педагог стає майстром своєї справи, професіоналом у міру того, як він освоює і розвиває педагогічну діяльність, опановує педагогічним капіталом, визнаючи педагогічні цінності.

Актуальність дослідження підкреслюється і тим, що дослідження виконане згідно з темою науково-дослідної роботи кафедри педагогіки і психології управління соціальними системами НТУ “ХПІ” “Розробка методології розвитку лідерського потенціалу національної гуманітарно-технічної та управлінської еліти в інформаційному суспільстві”, яка спрямоване на можливість забезпечити ефективне університетське управління та гарантувати якість вищої освіти у відповідності до європейських цінностей та національних пріоритетів України.

© О.А. Ігнатюк, 2015

Варто відзначити, що за умов сьогодення у професійній діяльності будь-якої сфери (промисловості, освіти тощо) в здійсненні управлінського впливу значне місце займає психологія, яка дозволяє максимально ефективно здійснювати взаємодію між суб'єктами у професійній діяльності (керівником-лідером та підлеглими, викладачем та студентами та ін..) організувати спільну працю так, щоб усі учасники такої діяльності були максимально задоволеними не тільки результатами праці, нагородою за неї, але й отримували насолоду від самого процесу роботи. За для цього необхідно наповнити управлінську та лідерську роботу свідомим психологічним змістом (О.Г.Романовський, Л.М.Грень, А.Є.Книш)[5].

**Мета статті** полягає в розгляді дидактичних особливостей викладання названої навчальної дисципліни, а саме з'ясуванні сутності управлінської ортобіотики, її важливості для суб'єктів освітнього процесу і практичних кроків, які визначатимуть ефективність процесу творчого саморозвитку на прикладі слухачів магістерської програми спеціальності “Педагогіка вищої школи”.

**Основний зміст роботи.** Фундаментальною умовою професійного розвитку педагогів є усвідомлення ними необхідності зміни, перетворення свого внутрішнього світу, пошуку нових можливостей самоздійснення в педагогічній діяльності, тобто підвищення рівня професійної самосвідомості. Багатство, різносторонність і емоційна насиченість педагогічної діяльності спонукають викладача до вивчення себе як професіонала.

Не можна не погодитися із думками авторів роботи [4] (О.Г. Романовський В.Є. Михайличенко, Л.М. Грень) відносно того, “високий рівень професіоналізму спеціаліста проявляється у його підготовленості до складних видів діяльності, у професійній мобільності, систематичному зростанні виробничої кваліфікації. Тобто мова йде про формування професіоналізму, який є соціально цінною рисою особистості. Професійне навчання можна вважати успішним, коли знання стають переконаннями, їхній обсяг – ерудицією, навички й уміння – звичкою, розвиваються активність, самостійність, відповідальність, творче мислення та інші особистісні якості, необхідні справжньому професіоналу” [4, с. 22].

З 2006 року на базі кафедри педагогіки і психології управління соціальними системами щорічно здійснюється набір і підготовка за очною та заочною формами навчання слухачів магістерської програми за спеціальністю “Педагогіка вищої школи”. Кафедра готує магістрів з фундаментальною підготовкою в галузі науково-педагогічної діяльності в рамках концепції формування національної гуманітарно-технічної еліти і моделі фахівця XXI століття. Навчальний план підготовки магістрантів включає як нормативну частину - цикл професійно-орієнтованих дисциплін (“Педагогічна і психологічна психологія”, “Моделювання діяльності фахівця”, “Дидактичні системи в освіті”, “Педагогічний контроль в системі освіти”, “Практична підготовка та стажування” та інші), так і вибіркову частину, яка пропонує такі дисципліни як “Філософія освіти”, “Логіка педагогічної діяльності”, “Педагогічна спілкування і риторика”, “Педагогічна етика”, “Педагогіка успіху” та ряд інших. Хотілося б зупинити свою увагу на змісті дисципліни “Фізична культура і психофізіологічний тренінг” (нормативна частина навчального плану). Ця дисципліна призначена для формування у студентів знань щодо індивідуальних особливостей особистості та практичних навичок їх саморозвитку психічних функцій і саморегуляції емоційних станів, що власне і розкриває характеристику управлінської ортобіотики.

**Мета курсу** полягає: *по-перше*, у забезпеченні підтримки та розвитку фізичного і морального здоров'я суб'єктів освітнього процесу у вищій школі; *по-друге*, у впровадженні комплексного підходу до формування розумових і фізичних якостей особистості; *по-третьє*, у формуванні у слухачів навчальної дисципліни готовності до особистісно-професійного розвитку і самовдосконалення його особистісного потенціалу.

Необхідність забезпечення гармонійного розвитку в процесі професійної підготовки фахівців досліджується в межах науки, яка отримала назву управлінська ортобіотика. Остання визначається так наука про єдність фізичного, психологічного та морального здоров'я людини як системна передумова його тривалої працездатності. Згідно цієї спрямованості дисципліна “Фізична культура і психофізіологічний тренінг” (ФКіПФТ) містить три блоки змістовних модулів: психологія професійної діяльності та методи психодіагностики та самоконтролю особистості; психологія індивідуальності, діагностика та корекція особистісної сфери; зміст, організація та способи самоконтролю за станом свого здоров'я. Основними видами занять при вивченні даної дисципліни є як теоретичні й істотні навчальні години, що відводяться для практичних занять, проведення яких спрямоване на формування відповідних навичок щодо підтримки загальної фізичної культури майбутнього педагога та його професійної працездатності, а також розвитку і самовдосконалення особистісно-професійного потенціалу суб'єктів освітнього процесу в вищій школі.

У процесі вивчення цієї дисципліни майбутній викладач усвідомлює професійно значущі якості, які визначає як для ідеалу так і себе. У ході вивчення особливостей викладацької діяльності у вищій школі магістрант знайомиться з протипоказаннями до педагогічної діяльності, а також знайомиться з такими поняттями як “готовність до педагогічної діяльності”, “професійне вигорання”, “управлінська ортобіотика” та багатьма іншими важливими дефініціями.

Базовими поняттями ортобіотики є “калокагатія” і “ортобіоз” [3].

Калокагатія - поняття, яке виражає гармонію морально-етичного та естетичного вимірів людського буття. Ортобіоз - в перекладі з латинської, розглядається як розумний спосіб життя. Відзначається, що у науковій думці ХХ сторіччя поняття “калокагатія” використовується філософською антропологією, етикою і естетикою як єдність прекрасного і доброго, взаємозв'язок краси (духовної і фізичної) і моральної особистості. Таким чином, оволодіння майбутніми педагогами вищої школи основами управлінської ортобіотики слід розуміти як єдність фізичного, психологічного та морального здоров'я людини і розглядати як системну передумову його тривалої працездатності. Ці знання важливі для всіх суб'єктів освітнього процесу: педагогів і студентів. Сформувавши у себе відповідну компетентність педагог формуватиме і у своїх студентів ціннісне ставлення до фізичного, психологічного та морального здоров'ю майбутнього фахівця, його особистісно-професійного розвитку і самовдосконалення.

В рамках курсу “Фізична культура і психофізіологічний тренінг” магістранти знайомляться із сутністю процесу особистісно-професійного розвитку педагога і приходять до висновку, що його слід розглядати як підсумок професійно-педагогічної підготовки, як набуття індивідуальності, неповторності, духовності, суб'єктності. У ході лекційних та практичних занять магістранти приходять до висновків, що ці характеристики проявляється: *по-перше*, у здатності до самостійного осмислення і трактуванні педагогічних процесів; *по-друге*, в доцільності, обґрунто-

### ТЕОРЕТИЧНІ І ПРИКЛАДНІ АСПЕКТИ ДОСЛІДЖЕННЯ ФЕНОМЕНУ ЛІДЕРСТВА

ваності, свободі дій у ситуаціях виховання і навчання; *по-третє*, в оригінальності вибору і поєднання засобів, форм, позицій, прийомів діяльності; *по-четверте*, в умінні свідомо впливати на зміну ситуації, в якій ця діяльність здійснюється.

Слід зазначити, що саморозвиток педагога - показник суб'єктності викладача на всіх етапах його неперервної педагогічної освіти (Б.Г. Ананьєв, Л.І. Анциферова, Н.М. Боритко, В.М. Гриньова, З.Д. Жуковська, С.Т. Золотухіна, І.А. Зязюн, В.І. Лозова, Л.С. Нечепоренко, І.Ф. Прокопенко, Л.С. Рибалко, О.Г. Романовський, Т.І. Сущенко, А.В. Сущенко, Б.Є. Фішман та ін.).

Аналіз досліджень К.А. Абульханової-Славської, Н.М. Боритко, Л.М. Грень, О.А. Ігнатюк, А.Є. Книш, В.Г. Маралова, В.Є. Михайличенко, Л.С. Рибалко, О.Г. Романовського, В.А. Слостенина, Б.Є. Фишмана, І.А. Шаршова та ін. дозволяє виділити ряд істотних характеристик саморозвитку: саморозвиток - обов'язково внутрішній процес самозміни особистості під впливом внутрішніх протиріч; спосіб реагування людини на вплив соціального середовища; прояв активності, яка визначається здатністю здійснювати особистісні вибори на основі пізнання себе; свідомо якісна зміна самого себе і власної діяльності; цілеспрямований процес, в якому зміни відбуваються не тільки в мотиваційній, емоційній, волевої та інтелектуальної та інших сферах, а й у процесах "самості".

Метою саморозвитку викладача є освоєння якісно нового рівня професійної компетентності, професійної майстерності, що забезпечує здатність удосконалювати педагогічну реальність. Відносячи "саморозвиток" до основних категорій педагогічної науки, багато дослідників (Б.Г. Ананьєв, Л.І. Анциферова, Л.С. Виготський, А. Маслоу, В.С. Мерлін, С.Л. Рубінштейн та ін.) визначають його як власну активність людини у зміні себе, у розкритті, збагаченні своїх духовних потреб, всього потенціалу. Головним механізмом саморозвитку як цілеспрямованого впливу людини на самого себе є розв'язання суперечностей між сформованими властивостями, якостями особистості та об'єктивними вимогами професійної діяльності, рішення постійно ускладнюються творчих завдань (К.А. Абульханова-Славська, В.І. Андреев, С.Б. Єлканов, Е.Ф. Зеєр, С.Л. Рубінштейн, В.Д. Шадриков). Конкретизація цих протиріч в наступному: *по-перше*, рушійною силою розвитку виступає протиріччя між зростаючими потребами особистості та реальними можливостями їх задоволення; *по-друге*, в саморозвитку - протиріччя між усвідомленим особистістю власним соціальним призначенням і реальними можливостями його здійснення (протиріччя між собою-бажаним і собою-реальним); *по-третє*, в процесі розвитку особистість розглядається як об'єкт процесу, в процесі саморозвитку - як суб'єкт, як активний творець себе. Саморозвиток завжди детермінується зсередини особистісної злиднями і духовної спрямованістю особистості, які вище названі дослідники вважають реальними мотивуючими факторами саморозвитку. Велика увага приділяється ознайомленню та оволодінню методами управлінської ортобіотики [3, с.297] слухачами магістерської програми спеціальності "Педагогіка вищої школи".

У центрі уваги перебувають наступні методи управлінської ортобіотики: *рекреація* - фізичне очищення; *релаксація* - психологічне розслаблення та відновлення; *катарсис* - моральне очищення і підсилення; *технології здорового способу життя* - управління часом; відмова від шкідливих звичок; збалансоване харчування; рефлексивний само менеджмент - вид діяльності, спрямований на подолання стереотипів життєдіяльності особистості і побудова власної траєкторії самоврядного розвитку в процесі професійної діяльності.

У полі зору змісту дисципліни “Фізична культура і психофізіологічний тренінг” знаходиться модель самокерованого навчання. Автор цієї моделі Р. Бояцис [1], який розглядав її як основу для розвитку лідерських якостей. У відповідності з моделлю процес самокерованого навчання складається з 5 етапів і має циклічний характер. Стадії циклу, які проходять фахівці відповідно до цієї моделі такі: 1. Моє ідеальне “Я”: Ким я хочу бути? 2. Моя реальна сутність: Хто я є? Які мої позитивні якості? У чому моя сутність не збігається з ідеальним образом? 3. Моя програма самовдосконалення: Як я можу розвинути свої позитивні якості для досягнення ідеалу? 4. Впровадження в практику нових способів поведінки. 5. Встановлення надійних і довірчих відносин з оточуючими, які роблять можливими всі ці зміни.

Результатом застосування методу є план самовдосконалення (саморозвитку), який забезпечує прикладний характер навчання. При розробці учасниками навчання планів індивідуального розвитку рекомендується дотримуватися критеріїв “SPIRO” [3]: Що конкретно ви плануєте досягти? (S – specificity, специфіка); Що і коли для цього необхідно зробити? (P – performance, виконання); Яким є ваше участь у виконанні? (I – involvement, участь); Реальним є Ваш план і ресурси для нього? (R – realism, реалізм); Яким чином Ви засвідчите успішність дій? (O – observability, наочність). Додатково слід вказати, що акронім “SPIRO” в перекладі з латинської означає “Я дихаю”. Цей же корінь міститься в словах “inspire” - надихнув, одухотворити; “Spirit” - дух. Магістранти дізнаються, що в ролі педагога ця творча особистість може відчувати почуття задоволеності або незадоволеності своєю працею, встановлювати відповідність “образу Я” ідеального образу себе як педагога. “Образ Я” викладача є узагальненою системою уявлень суб’єкта про себе, що утворюється в результаті процесу усвідомлення себе в трьох взаємодоповнюючих системах: в педагогічній діяльності, в педагогічному спілкуванні і в особистісному розвитку. Під впливом внутрішніх і зовнішніх факторів можлива зміна “образу Я”. Усвідомлена потреба в тому чи іншому виді діяльності формує внутрішній настрій (мотив) на цілеспрямовану перетворюючу діяльність.

В рамках вивчення зазначеної дисципліни магістранти виконують роботу - Індивідуальне завдання, спрямоване на особистісно-професійний розвиток і самовдосконалення себе як майбутнього педагога, де на основі встановленого ними ідеалу фахівця визначають свої особистісно-професійні якості і проектують стратегію і тактику свого особистісно-професійного самовдосконалення.

**Висновки та перспективи подальших досліджень.** Оволодіння основами управлінської ортобїотики майбутніми педагогами - це зростання, становлення, інтеграція і реалізація в педагогічній праці професійно значущих особистісних якостей та здібностей, професійних знань і умінь, але головне - це активне якісне перетворення викладачем свого внутрішнього світу, що приводить до принципово нового його ладу і способу життєдіяльності. Рівень творчого саморозвитку є вищим рівнем, на якому відбувається професійне становлення педагога. Подальші дослідження необхідно спрямувати на детальніше вивчення проблеми випереджаючої підготовки суб’єктів освітнього процесу та управління якістю фахової підготовки майбутніх педагогів.

**Список літератури:** 1. Гоулман Д. Емоциональное лидерство: искусство управления людьми на основе эмоционального интеллекта / Д. Гоулман. – М.: Альпина Бизнес Букс, 2008. – 302 с. 2. Євтух М. Б. Педагогічна діяльність / М. Б. Євтух // Енциклопед-

## ТЕОРЕТИЧНІ І ПРИКЛАДНІ АСПЕКТИ ДОСЛІДЖЕННЯ ФЕНОМЕНУ ЛІДЕРСТВА

дія освіти / Акад. пед. наук України; головний ред. В. Г. Кремень. – К.: Юрінком Інтер, 2008. – С. 640–641. 3. *Калашикова С.А.* “Теоретико-методологічні засади професійної підготовки управлінців - лідерів в умовах сучасних суспільних трансформацій”: дис. ... доктора пед. наук: 13.00.06 “Теорія і методика управління освітою” / Світлана Андріївна Калашикова: Київський ун-т імені Бориса Грінченка. – К., 2011. – 462 с. 4. *Романовський О.Г.* Педагогіка успіху / О.Г. Романовський, В.Є. Михайличенко, Л.М. Грень: підручник для студентів вищих навчальних закладів. – Харків: НТУ “ХПІ”, 2011. – 368 с. 5 *Psychology of a Leader’s managerial activity* /O.G. Romanovskyi, L.M. Gren’, A.Ye.Knysh: Text of the Lectures for students of higher education establishments. – Kharkiv: Pidruchnik NTU “KhPI”, 2015. – 132 p.

**Bibliography (transliterated):** 1. Goulman D. Jemocional'noe liderstvo: iskusstvo upravlenija ljud'mi na osnove jemocional'nogo intellekta / D. Goulman. – M.: Al'pina Biznes Buks, 2008. – 302 s. 2.Єvtuh M. B. Pedagogichna dij'al'nist' / M. B. Єvtuh // Enciklopedija osviti / Akad. ped. nauk Ukraїni; golovnij red. V. G. Kremen'. – K.: Jurinkom Inter, 2008. – S. 640–641. 3. Kalashnikova S.A. “Teoretiko-metodologichni zasadi profesijnoї pidgotovki upravli-nciv - lideriv v umovah suchasnih suspil'nih transformacij”: dis. ... doktora ped. nauk: 13.00.06 “Teorija i metodika upravlinnja osvitoju” / Svitlana Andriїvna Kalashnikova: Kiїvs'kij un-t imeni Borisa Grinchenka. – K., 2011. – 462 s. 4. Romanov'skij O.G. Pedagogika uspihu / O.G. Romanov'skij, V.Є. Mihajlichenko, L.M. Gren': pidruchnik dlja studentiv vishhij navchal'nih zakladiv. – Harkiv: NTU “HPI”, 2011. – 368 s. 5 *Psychology of a Leader’s managerial activity* /O.G. Romanovskyi, L.M. Gren’, A.Ye.Knysh: Text of the Lectures for students of higher education establishments. – Kharkiv: Pidruchnik NTU “KhPI”, 2015. – 132 p.

УДК 378: 37.032

О. А. Игнатюк

### **ДИДАКТИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ПРЕПОДАВАНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ “ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКИЙ ТРЕНИНГ” МАГИСТРАНТАМ СПЕЦИАЛЬНОСТИ “ПЕДАГОГИКА ВЫСШЕЙ ШКОЛЫ”**

*Обсуждаются дидактические особенности организации изучения магистрантами учебной дисциплины “Физическая культура и психофизиологический тренинг”. Раскрыты содержание дисциплины, формы и методы профессиональной подготовки, способствующие формированию у магистрантов знаний индивидуальных особенностей личности и практических навыков их саморазвития психических функций и саморегуляции эмоциональных состояний, определяющих сущность управленческой ортобиотики. Обсуждаются творческая составляющая индивидуальных заданий магистрантов, возможные стратегии и тактики личностно-профессионального самосовершенствования.*

**Ключевые слова:** модель обучения; магистрант; педагогическая деятельность; практические навыки; профессионально важные качества; профессиональные знания; пути подготовки; самоуправляемое обучение; сущность управленческой ортобиотики; этапы обучения.

UDC 378: 37.032

O. Ignatiuk

**DIDACTIC FEATURES OF TEACHING DISCIPLINE  
“PHYSICAL ACTIVITY AND PSYCHOPHYSIOLOGICAL TRAINING”  
UNDERGRADUATES SPECIALTY “PEDAGOGY OF HIGHER  
EDUCATION”**

*The article is devoted to improving the quality of the university system of education, training and competitive mobile graduates. The purpose of the article is to consider the features of didactic teaching called academic discipline, namely clarifying the nature of management, its importance to the subjects of educational process and practical steps that will determine the effectiveness of the process of creative self-development on the example of the master's program students specialty “Pedagogy of Higher Education”. The author reveals the didactic features of the organization studying the masters of the discipline “Physical training and psychophysiological training” in the article. The questions of advanced training undergraduate’s specialty “Pedagogy of Higher Education” are in the focus of the article. The author draws attention to the role of disciplinary knowledge and practical skills for the subjects of the educational process. The article deals with teaching undergraduates studying the characteristics of the organization of educational discipline “Physical education and psycho-physiological training”. It is shown that undergraduates understand the essence of professional educator and a list of professionally important qualities that characterize the creative personality of the teacher researcher. Disclosure of discipline forms and methods of training, contributing to the formation of undergraduates have knowledge of individual personality traits and skills of self-development of mental functions and self-regulation of emotional states that define the essence of management. In developing training plans for individual participants recommended to adhere to the criteria of “SPIRO”: specificity, performance, involvement, realism, observability. The creative component of individual tasks undergraduates aimed at personal and professional development and self-improvement themselves as future teachers, possible strategies and tactics of personal and professional self-improvement are discussed in the article.*

**Key words:** educational activities; practical skills; professional qualities; professional knowledge; way of preparation; the essence of management; training model, stages of learning, self-directed learning undergraduate.

*Стаття надійшла до редакції 05.09.2015*