

*Рибак Н.С., студент; науковий керівник Черновський С.М., ст. викладач
Київський національний університет технологій та дизайну*

ПРОФЕСІЙНО-ОРІЄНТОВАНА ПСИХОФІЗІОЛОГІЧНА ПІДГОТОВКА СТУДЕНТІВ-ДИЗАЙНЕРІВ У ЗВО

Анотація. У статті наведено результати наукового дослідження після впровадження у навчальний процес експериментальної методики розвитку професійно важливих якостей студентів-дизайнерів засобами спортивних ігор; розкрито особливості комплексного застосування засобів спортивних ігор у процесі професійно-орієнтованої психофізіологічної підготовки майбутніх дизайнерів.

Ключові слова: студенти-дизайнери; психофізіологічна підготовка; професійно важливі якості; спортивні ігри.

*Рибак Н.С., студент; научный руководитель Черновский С.М., ст. преподаватель
Киевский национальный университет технологий и дизайна*

ПРОФЕСИОНАЛЬНО-ОРИЕНТИРОВАННАЯ ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА СТУДЕНТОВ-ДИЗАЙНЕРОВ В ЗВО

Аннотация. В статье наведены результаты научного исследования после внедрения в учебный процесс экспериментальной методики развития профессионально значимых качеств студентов-дизайнеров средствами спортивных игр; раскрыты особенности комплексного использования средств спортивных игр в процессе профессионально-ориентированной психофизиологической подготовки будущих дизайнеров.

Ключевые слова: студенты-дизайнеры; психофизиологическая подготовка; профессионально значимые качества; спортивные игры.

*Rybak N.; scientific supervisor Chernovskij S.
Kyiv National University of Technologies and Design*

PROFESSIONAL-ORIENTED PSYCHOPHYSIOLOGICAL TRAINING OF STUDENT-DESIGNERS IN UNIVERSITY

Abstract. The article imposed by the results of scientific research after the implementation of the learning processes of the experimental procedure of professionally significant qualities of students faculties using resources sports games; open features of the integrated using of sport in the process of professional-oriented psycho-physiological preparation of future design faculty students.

Keywords: design faculty students; psycho-physiological training; professionally significant quality; sports games.

Вступ. Сучасна висококваліфікована праця характеризується значним напруженням розумових, психічних і фізичних зусиль, високою концентрацією людини, що вимагає конкретного профілювання фізичної підготовки студентів у відповідності до особливостей майбутньої професії. Проте, фізичне виховання у закладах вищої освіти (ЗВО) вирішує переважно питання загальної фізичної підготовки (ЗФП) студентів [1–3, 6]. Причин такого становища є багато, серед яких відсутність науково-методичного забезпечення професійно-прикладної фізичної підготовки (ППФП) студентів окремих спеціальностей, зокрема дизайну.

Одним із шляхів підвищення якості професійно-орієнтованої психофізіологічної підготовки студентів-дизайнерів є удосконалення змісту фізичного виховання майбутніх спеціалістів.

Мета дослідження – обґрунтувати доцільність застосування засобів спортивних ігор для розвитку професійно важливих якостей у студентів-дизайнерів.

Методи дослідження: методи психодіагностики (коректурний метод В.П. Анфімова, метод В.І. Василенка, метод Шульте-Платонова), методи математичної статистики.

Організація дослідження. Експериментальне дослідження проводилося на базі Київського національного університету технологій та дизайну (вересень 2018 р. – травень 2019 р.). Контингент досліджуваних складався із студентів першого та другого курсів, віком 17-19 років, факультету дизайну в кількості 85 чоловік. Експериментальна та контрольна групи були створені шляхом випадкової вибірки та з урахуванням розкладу занять студентів-дизайнерів. Студенти ЕГ (n=42) навчалися за програмою фізичного виховання з використанням експериментальної методики розвитку їхніх професійно важливих якостей (ПВЯ) засобами спортивних ігор (н/теніс, волейбол, баскетбол, бадмінтон та міні-футбол) в елективному компоненті. Студенти КГ (n=43) навчалися за загально прийнятою програмою для ЗВО.

Результати дослідження. Професіографічний аналіз дав можливість визначити професійно важливі якості (ПВЯ) та здібності майбутніх дизайнерів: емоційна стійкість, високі показники функцій уваги, високий рівень функціонування зорового та слухового аналізаторів, ініціативність, здогадливість, кмітливість, високий рівень функціонування та надійності серцево-судинної та дихальної систем, продуктивність та аналітичність мислення, креативність, стійка короточасна та довготривала пам'ять [4].

Оцінювання кількісних і якісних показників розумової працездатності: обсягу, стійкості, інтенсивності розподілу та переключення уваги; якості пам'яті; темпу та рівномірності роботи; швидкості орієнтування майбутніх дизайнерів проводилося за результатами тестів: коректурний метод В.П. Анфімова; метод Шульте-Платонова; метод Ю.І. Василенка [7].

Результати дослідження функцій оперативної пам'яті студентів (метод Ю.І. Василенко) КГ та ЕГ до початку експерименту були майже однаковими: середній показник у КГ – $3,9 \pm 0,102$ об'єкта, в ЕГ – $4,0 \pm 0,128$ об'єкта.

Показники обсягу, розподілу та переключення уваги (метод Шульте-Платонова) у студентів КГ та ЕГ також суттєво не відрізнялися: у КГ – $35,4 \pm 0,692$ правильних відповідей (6 балів), в ЕГ – $34,4 \pm 1,102$ правильних відповідей (6 балів).

Результати оцінювання розумової працездатності, концентрації, стійкості та інтенсивності уваги, точності виконання роботи, кількісні та якісні показники розумової працездатності (коректурний метод В.П. Анфімова) студентів КГ та ЕГ до початку експерименту були відповідно такими: показник уваги – $82,2 \pm 6,27$; $86,1 \pm 4,85$ (у.о.); коефіцієнт точності (за формулами Г.М. Уїпла) – $0,9 \pm 0,009$; $0,9 \pm 0,012$ (у.о.); коефіцієнт розумової працездатності (Г.М. Уїпл) – $191,4 \pm 3,158$; $184,8 \pm 4,85$ (у.о.); кількість оброблених знаків (помилки) – $894,5(12,3) \pm 15,2$; $856,2(15,7) \pm 13,5$ ($p > 0,05$).

За результатами тестових випробувань визначено, що між показниками розумової працездатності; обсягу, стійкості, інтенсивності розподілу та переключення уваги; якості пам'яті студентів дослідних груп відсутня достовірна різниця ($p > 0,05$).

Для розвитку та удосконалення функцій уваги (обсяг, розподіл, переключення, концентрація, стійкість) студентів-дизайнерів ЕГ використовували такі засоби міні-футболу та баскетболу: передачі м'яча в парах, трійках з переміщенням; біг із жонгливанням чи веденням м'яча; вправи з використанням персональної опіки; гра в міні-футбол, баскетбол двома м'ячами; ведення м'яча із зоровим контролем та без нього, із зміною швидкості і напрямів, із зупинками та обведенням стійок, із зміною рухових завдань за сигналом викладача, човниковий біг з почерговим перенесенням декількох предметів від старту до фінішу.

Розвиток та вдосконалення функцій зорового аналізатору студентів ЕГ забезпечували такими вправами: біг зі зміною напрямку руху, спиною вперед, з поворотами у русі та зупинками за зоровим сигналом; обведення стійок; жонгливання та ведення м'яча; початок, зміна та закінчення техніко-тактичних дій за зоровим сигналом викладача; удари по воротах

та кидки м'яча в кошик на точність. Особливістю вправ, спрямованих на вдосконалення зорового аналізатору була їхня нестандартність, новизна, варіативність рухових завдань.

Для розвитку *продуктивності, аналітичності та оперативності мислення* майбутніх дизайнерів ЕГ використовували елементи тактичної підготовки; широко застосовувати різноманітні вправи з протидією суперника; вправи спрямовані на вирішення різноманітних рухових задач за обмежений проміжок часу; утримання м'яча з обмеженою кількістю дотиків (4x4, 5x5, 6x6).

Розвитку *короткочасної та довготривалої пам'яті* сприяли шляхом реалізації складних рухових завдань, тактичних схем в іграх після їхнього одноразового показу на тренуваннях у звичайних умовах та під впливом різних екстремальних факторів. Розвитку пам'яті сприяло також перегляд ігор суперників із запам'ятовуванням їхніх найбільш характерних техніко-тактичних дій.

Після реалізації запропонованої методики розвитку професійно важливих якостей студентів-дизайнерів було проведено повторне тестування, яке виявило суттєві позитивні зміни показників розумової працездатності; обсягу, стійкості, інтенсивності розподілу та переключення уваги; якості пам'яті у студентів ЕГ на відміну від студентів КГ.

Після педагогічного експерименту найбільші темпи зростання результатів відбулися в ЕГ у показниках функцій уваги (метод В.П. Анфімова) – 49,1% (128,4±6,26) ($p < 0,001$). У КГ темпи зростання показника уваги значно нижчі ніж в ЕГ і становлять 1,6% (83,5 ±5,65) ($p > 0,05$) (табл. 2).

Також покращилися показники обсягу, розподілу та переключення уваги (метод Шульте-Платонова). Кращі результати спостерігалися у майбутніх дизайнерів ЕГ: зростання становило 22,5% (42,2±0,692 у.о.), у студентів КГ, відповідно 3,0% (36,5±0,0641 у.о.).

Порівняльний аналіз коефіцієнтів точності та розумової працездатності (за формулами Г.М. Уіпла), кількості оброблених знаків (В.П. Анфімов) студентів дослідних груп теж виявив перевагу студентів ЕГ. Так темпи зростання коефіцієнту точності (К) в ЕГ були вищими: 7,7% (0,9±0,004 у.о.). У КГ цей показник становив 4,3% (0,9±0,002 у.о.). Зростання коефіцієнту розумової працездатності в ЕГ становило 7,2% (198,2±3,93 у.о.). Кінцеві результати коефіцієнту розумової працездатності у КГ були нижчими: зростання результатів становило 1,9% (195,1±2,846 у.о.).

Після впровадження запропонованої методики у студентів-дизайнерів ЕГ спостерігалось значне покращення результатів в обробці знаків таблиць В.П. Анфімова на відміну від результатів майбутніх дизайнерів КГ. Зростання результатів в обробці знаків в ЕГ становило 11,2% (952,5(7)±12,8 знаків), а у КГ тільки 3,1% (922,8(6,9)±13,9 знаків).

Результати перевірки обсягу оперативної зорової пам'яті (метод Ю.І. Василенка) показали, що у студентів КГ відбулося незначне зростання цього показника, яке становило 3,3% (4,0±0,076 об'єктів). В ЕГ спостерігалось значно більше зростання показника оперативної зорової пам'яті: 13,5 % (4,5±0,102 об'єктів).

Висновки. Порівняльний аналіз результатів тестувань студентів-дизайнерів, які приймали участь в експерименті, виявив значно більше зростання за всіма показниками випробувань у студентів ЕГ. Застосування засобів спортивних ігор є доцільним та ефективним для забезпечення належного рівня професійно-орієнтованої психофізіологічної підготовленості студентів-дизайнерів.

Список використаної літератури

1. Борейко Н. Ю. Педагогічні умови професійно-прикладної фізичної підготовки студентів вищих технічних навчальних закладів: автореф. дис. ... канд. пед. наук: спец. 13.00.04 – теорія і методика професійної освіти / Н. Ю. Борейко; ЛНПУ ім. Т. Шевченка. – Луганськ, 2008. – 20 с.
2. Бусол А. Професійно-прикладна фізична підготовка – важлива складова фізичного виховання студентів музичних спеціальностей / Андрій Бусол, Галина Кроншталь, Ігор Тимкович, Тетяна Вітер // Теоретико-методичні основи організації фізичного виховання молоді : матеріали III Всеукраїнської науково-практичної конференції. – Л.: Видавничий центр ЛНУ ім. І. Франка, 2010. – С. 154–160.

3. Петришин О. Професійно-прикладна фізична підготовка як основа формування готовності майбутніх медичних працівників до професійної діяльності / Олександр Петришин // Молода спортивна наука України : зб. наук. праць з галузі фізичного виховання, спорту і здоров'я людини. – Вип. 18: у 4-х т. – Л.: ЛДУФК, 2014. – Т. 4. – С. 117–121.
4. Ровний А. С. Взаємодія сенсорних систем при відтворенні точних рухів в умовах дефіциту часу / А. С. Ровний // Фізичне виховання студентів творчих спеціальностей. – Харків: ХГАДІ (ХХІІ), 1998. – № 1. – С. 19–25.
5. Столяренко О. М. Напрямки удосконалення процесу фізичного виховання у ВНЗ (на прикладі національної юридичної академії України ім. Я. Мудрого) / О. М. Столяренко // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – Х.: ХДАДМ, 2007. – № 7. – С. 130–132.
6. Тимкович А. І. Професійно-прикладна фізична підготовка студентів-археологів / А. І. Тимкович, А. В. Бусол, Г. С. Кроншталь // Науково-педагогічні проблеми фізичної культури / фізична культура і спорт: за ред. Г. М. Арзютова. – К.: Вид-во НПУ імені М.П. Драгоманова, 2011. – Вип. 13. – С. 610–613.
7. Цимбалюк Ж. О. Оперативне мислення як індивідуальна психофізична особливість баскетболіста / Ж. О. Цимбалюк // Физическое воспитание студентов творческих специальностей. – Харьков: ХГАДИ (ХХІІ), 1996. – № 1. – С. 4–7.