

создания информационного общества и динамично развивающихся ИКТ (виртуальное информационное пространство, страница в социальных сетях, электронное портфолио, дистанционные формы обучения на базе веб-приложения Moodle, технологии Web 2.0 в образовательных целях), при условии адекватного использования которых можно положительно влиять на социальное воспитание в процессе социализации, социального опыта, социального образования, индивидуальной помощи.

Ключевые слова: информационно-коммуникационные технологии, социально-воспитательный потенциал, подготовка социальных педагогов, социальное воспитание.

Berezan V. I. Socio-educational Potential of Information and Communication Technologies in Training of Future Social Pedagogues

The article considers information and communication innovations in the training of future social pedagogues for the development of the information society and ICT are rapidly developing (virtual information environment, social networks, e-portfolio, distance learning based on the web application Moodle, Web 2.0 technologies for educational purposes). Presents various approaches to the interpretation of the concept "information and communication technology", identified three main types: computer technology, multimedia technology and telecommunication technology. Considered the essence of the concept "social and educational potential" on the basis of its constituent parts. The proposed terms of adequate ICT use in the preparation of the future social pedagogues that positively affect social education in the process of socialization, social experience, social education, individual assistance.

Key words: information and communication technologies, social and educational potential, training of social pedagogues, social education.

Стаття надійшла до редакції 11.01.2016 р.

Прийнято до друку 29.02.2016 р.

Рецензент – д.п.н., проф. Харченко С. Я.

УДК 378:37.013

Л. Л. Бутенко

ТЕХНОЛОГІЇ ПРОБЛЕМАТИЗАЦІЇ В НАВЧАЛЬНІЙ ТА НАУКОВО-ДОСЛІДНИЦЬКІЙ ДІЯЛЬНОСТІ СТУДЕНТІВ УНІВЕРСИТЕТУ

Майбутнє нашої країни вимагає формування людини креативного типу, яка орієнтована не стільки на організацію та переробку знання, скільки на їх продукування, синтез. Ситуації невизначеності, мінливості, когнітивної складності вимагають від системи професійної освіти орієнтації

на новітні способи організації освітнього простору, що спрямовані на формування системного-креативного мислення, вмінь та навичок проблемного бачення, командної взаємодії в умовах неповної інформації тощо. Ефективність фахівця визначається не обсягом отриманих знань та навичок, а вміннями постійно поповнювати та добудовувати свою особистісну систему знань, генерувати нове особистісне знання (М. Полані), яке створить фундамент для успішної професійної діяльності.

Освіта є, по суті, вторинним сегментом культури, який традиційно транслює те, що було десь кимсь вже створено. Саме у цьому полягає її достатньо консервативний характер. Позбавлення такої вторинності можливо лише за умови творення/створення суб'єктом освіти нового знання як результату навчальної та навчально-дослідницької діяльності. Підготовка до майбутньої професійної діяльності виключно на основі вивчення та засвоєння взірців минулого – це шлях в освітню та професійну безодню. Особливої актуальності набувають слова Махатми Ганді «Ми самі маємо стати тими змінами, які ми прагнемо побачити».

Для підвищення ефективності професійної підготовки майбутніх фахівців, змістовного та технологічного забезпечення в освітньому просторі університету форм та методів роботи із майбутнім, роботи із невідомим у ситуаціях потенційної складності, мінливості та невизначеності особливого значення набувають технології проблематизації, які сприяють формуванню в студентів умінь та навичок сприймати, оцінювати та розуміти навколишню дійсність, не втрачаючи при цьому незалежність своїх думок, розвитку проблемного бачення як важливої характеристики сучасного фахівця.

Теоретико-методологічні засади дослідження проблеми як феномену пізнання представлено у працях таких філософів, як І. Ардашкін, В. Берков, В. Никифоров, В. Притков, А. Цофнас, Г. Щедровицький, Т. Якубовська та ін. Проблематизація як елемент культури мислення, методологічного мислення розглядалася В. Юловим. Технології проблематизації в контексті вирішення завдань метаосвіти, метакогнітивного підходу до навчання репрезентовано у дослідженнях Н. Громико, Ю. Громика. Однак, спеціальних досліджень щодо розробки та упровадження технологій проблематизації у процес професійної підготовки майбутніх фахівців не проводилося.

Мета статті – визначити сутність та особливості технологій проблематизації в контексті реалізації завдань навчальної та науково-дослідницької діяльності студентів університету.

Проблема (від грец. *problema* – перешкода, утруднення, завдання) – питання, що об'єктивно виникає в ході пізнання, або комплекс питань, вирішення яких представляє істотний практичний або теоретичний інтерес. Етимологію терміну «проблема» прийнято вести від грецького дієслова *πρόβλημα* («баллейн») – кидати, тобто проблема – це «об'єкт, що кинутий уперед». У повсякденному мовленні поширено кліше «немає проблем», «без проблем», «це не моя проблема», «це твої проблеми» і

т.п. За такими варіантами слово проблема стає синонімом перешкод та утруднень у житті. У науковому дискурсі поняття «проблема» набуває спеціального смислу. Наукова проблема – це одна з форм представлення наукового знання. Крім того, питання, що утворює наукову проблему, є таким, для вирішення якого не існує розробленого алгоритму. Якщо ж подібний алгоритм існує і залишається тільки правильно застосувати його, то зазвичай говорять не про проблему, а про завдання. Ще одна необхідна ознака проблеми полягає в тому, що вирішення проблеми, на відміну від вирішення задачі, дає істотну новизну, тобто значний приріст наукового знання.

Сутнісні ознаки проблеми завжди пов'язані із наявністю інформації, даних. Так, Х. Ортега-и-Гассет оригінальним чином представив зв'язок даних із проблемою: даних немає – проблема неможлива; дані висвітлюють усе – проблеми немає; дані неповні – проблема! [6]. Таким чином, проблема є відкритою і незавершеною структурою, яка відхиляється від норм повноти і зв'язності (часткова невпорядкованість, відсутність належних зв'язків і т.п.).

Особливе місце в континуумі питань, пов'язаних із концептом «проблема», посідає наукова проблема, процес її пошуку, формулювання та вирішення. Надзвичайно показовими є слова Ф. Ніцше: «Велика проблема подібна дорогоцінному каменю: тисячі проходять повз, поки, нарешті, один не підніме його». Складний шлях наукового пізнання і починається з того, що має бути виокремлено проблему дослідження.

Науковою проблемою традиційно вважається зіткнення знання і незнання. Якщо йдеться про зіткнення особистого знання і незнання – це *навчальна проблема*, тобто проблема для окремої людини або групи людей, але не для людства в цілому. А якщо загальне знання стикається із загальним незнанням, то можна говорити про *наукову проблему*. Якщо авторові вдається показати, де проходить межа між знанням і незнанням про предмет дослідження, то йому буває неважко чітко і однозначно визначити наукову проблему, а отже, і сформулювати її суть. Відповідно, актуальними залишаються слова С. Рубінштейна: «Кожна людина бачить тим більше невирішених проблем, чим більше коло її знань».

Існують різні підходи до класифікації наукових проблем. Виокремлюють проблеми: емпіричні (ситуативно-практичні) і концептуальні; проблеми опису, пояснення, передбачення і праксеологічні проблеми («Як це зробити?»). За *об'єктом* проблеми розрізняються на предметні (об'єктом є знання про об'єкти), емпіричні (пошук даних на основі експерименту, виміру, спостереження), концептуальні (організація та інтерпретація наявних даних), процедурні (об'єктом є спосіб отримання або оцінки знання про об'єкти), методологічні (планування наукового дослідження), оцінні (оцінка дослідних даних і теорій). За *коректністю і вирішуваністю* розрізняють такі проблеми: вирішувані (істинні, приблизно істинні, помилкові), нерозв'язні (завдання, пов'язані з реконструкцією деяких ситуацій або

об'єктів: об'єкт зник або знаходиться у далекому минулому), некоректні (уявні: відрізняють від нерозв'язних передумовою – в уявних проблем передумова помилкова, а у нерозв'язних – істинна).

Поняття «*проблематизація*» отримало поширення у науковому обігу завдяки М. Фуко, який вважав, що проблематизація – це не репрезентація деякого наперед існуючого об'єкту або створення за допомогою дискурсу неіснуючого об'єкту, а сукупність дискурсивних і недискурсивних практик, яка вводить ту чи іншу річ у гру істинного і неістинного та конститує її як об'єкт для думки. Для сучасного рівня професійної підготовки майбутніх фахівців дуже важливою постає ідея М. Фуко про те, що справжній фахівець має за допомогою аналізу, котрий він проводить у своїх галузях, заново запитувати очевидності і постулати, стрясати звички і способи дії та думки, розсіювати те, що прийняте як відоме, заново переоцінювати правила і встановлення [7, с. 312]. Таким чином, актуальність проблематизації реальності конкретної предметної галузі полягає у можливості переосмислення та переоцінки явищ та процесів дійсності.

Поняття «проблематизація» по різному представлено в науковій літературі. Для О. Зінченка проблематизація – це «зіткнення людей, думок, позицій, понять, це, за суттю, основний рушій людської активності. Ззовні це зіткнення може виглядати як конкуренція, агон, змагання. Антипод проблематизації – спокій (як атрибут покійного)» [5]. Г. Батішев розглядає проблематизацію як *спів*-творчість: «*Спів*-творчість – це і є нескінченна зустріч двох становлень, двох невичерпних у глибину дійсностей: людини і світу ... Безмежна діалектика сповнена протиріч і тим самим – проблем для суб'єкту: вона є світ проблем!» [2, с. 50]. І. Ардашкін у межах сучасної епістемології визначає проблематизацію як «спосіб співвідношення знання та незнання на рівні уявлень, що передують процесу пізнання» [1, с. 149]. Для розуміння співвідношення понять «проблема» та «проблематизація» необхідно відзначити, що проблема пов'язана із подоланням неоднозначності конкретної ситуації, а проблематизація – із виявленням багатовекторності, неоднозначності у тій чи іншій сфері життєдіяльності.

З урахуванням фундаментальних положень методології проблематизації (І. Ардашкін, В. Берков, В. Никифоров, А. Цофнас, Г. Щедровицький та ін.) визначено, що *підґрунтям процесу проблематизації* є визначення, фіксація базових викликів (перешкод, точок розриву, бар'єрів), подолання яких сприятиме розвиткові особистості та професійної діяльності людини в цілому.

Конструктивістське підґрунтя проблематизації професійної реальності пов'язано з тим, що згідно концептуальних засад конструктивізму наше знання про реальність не є копією цієї реальності, а постає образом, який сконструйовано людиною на основі певних схем та стратегій мислення та пізнання. Відповідно, успішність проблематизації професійної реальності безпосередньо залежить не

тільки від індивідуальних мисленнєвих здібностей студентів, а й від фундаментальності їх професійної підготовки у певній предметній галузі.

Таким чином, проблематизація в контексті підготовки майбутніх фахівців до професійної діяльності може розглядатися як спосіб: виявлення та фіксації неоднозначності, багатовимірності професійної реальності; співвіднесення знання та незнання щодо предмету діяльності; збагачення новим смислами власного досвіду функціонування у певній реальності. Наша принципова позиція полягає в тому, що саме проблематизація створює передумови для власне наукового пізнання, для перетворення, зміни, трансформації професійної дійсності. Успішна, ефективна професійна діяльність можлива тільки за умови, коли фахівець обирає творчу позицію, не задовольняється репродуктивним рівнем виконання професійних функцій. Необхідність проблемного бачення реальності зумовлена насамперед специфікою сучасної соціальної реальності, для якої характерні складність, динамізм та потенційна мінливість, суперечливість та неоднозначність її пізнання та розуміння.

Будь-яка проблематизація – це створення підґрунтя *для роботи із майбутнім*. Категорії «майбутнє», «форсайт», «тренд», «технології роботи із майбутнім» тільки-но починають включатися у змістовний та операціональний компонент професійної підготовки майбутніх фахівців у вітчизняних ВНЗ.

Проблематизація в контексті реалізації завдань професійної підготовки майбутніх фахівців набуває ефективності за таких умов:

- наявність мотивації та потреби в професійному погляді на певну сферу життєдіяльності суспільства;
- рівень сформованості професійних цінностей майбутнього фахівця, що зумовлюють вектор бачення проблеми, методи та стратегію її дослідження та вирішення;
- урахування особливостей суб'єктивного бачення проблеми, життєвих та професійних очікувань;
- наявність контексту, розуміння сутності контексту;
- персоніфікований характер проблематизації (Г. Щедровицький) як відповідальність за найближче та віддалене майбутнє;
- сформованість у студентів дивергентного мислення, інтуїції як передумови успішної творчої діяльності, своєрідного «смаку випадковості, парадоксальності»;
- володіння прийомами маніпуляції образами та смислами на основі розвиненої уяви, загальної та професійної ерудиції, здатності до аналогії;
- належний рівень мовленнєвої підготовки людини, ступень володіння мовою конкретної предметної галузі, мовою науки;
- усвідомлення студентами специфіки власних пізнавальних та метакогнітивних стратегій;

- сформованість умінь та навичок формулювати питання як спосіб оцінки сутності та особливостей елементів реальності (професійної, особистісно значущої).

Проблематизація як процес вимагає реалізації певних операціональних прийомів, сукупність яких складає сутність технологій проблематизації. З урахуванням методологічних та теоретико-методичних засад дослідження сутності проблематизації можна виокремити технології проблематизації, які доцільно використовувати в навчальній та науково-дослідницькій діяльності студентів.

Перехід на рівень буденної мови, перехід в термінологічне поле іншої науки. Наприклад, причини агресивності поведінки людей можна шукати не в психологічних чинниках, а у біогенетичних, і вирішувати проблему методами загальної або молекулярної генетики. Можна поринути в астрологічне знання і спробувати сформулювати проблему в інших термінах – в термінах впливу планет на характер і поведінку людини. Подивитися на ситуацію в контексті іншої науки, наприклад, біоритмології, фізіології, архітектури та ін. Подивитися на ситуацію абсолютно з гумористичної точки зору, навіть у контексті «чорного гумору» (!!!!) Які питання можуть виникнути?

Словникова техніка. Така технологія передбачає роботу із поняттєво-термінологічним апаратом досліджуваної проблеми, питання. Пропонується зафіксувати поняття, що стосуються певної теми, проблемного поля. Прояснити за словником значення цих слів. Скласти по декілька речень із кожним визначенням. Подивитися на ситуацію в контексті визначень понять, що репрезентують це проблемне поле.

Метод емпатії. «Подивіться на світ чужими очима». Одна з найважливіших якостей людини, яка займається проблематизацією, це здатність змінювати точку зору, дивитися на об'єкт дослідження з різних сторін. Подивіться на вашу ситуацію очима: студента, батьків студентів, викладача-початківця, професора, який читає тільки лекції, адміністрації навчального закладу. Які питання можуть виникнути в них? З чим вони згодні, не згодні?

«Метод шести капелюхів Едварда де Бона». Для того, щоб навчитися вирішувати творчі завдання, Е. Де Бона пропонує не намагатися зробити усе відразу, а виконувати розумові дії поетапно. Щоб кожен етап чітко фіксувати у свідомості, автор пропонує подумки (а можна й по-справжньому) знімати й надівати капелюхи різних кольорів, кожен з яких задає певний напрям мисленню. Психологічним підґрунтям цього методу є зміна рольових позицій у процесі вирішення конкретної проблеми. Капелюхи розрізняються за кольором. Кожен колір, як відомо, викликає в свідомості людини певні почуття й асоціації. Білий капелюх – факти, цифри та інформація. Яку інформацію ми маємо в розпорядженні? Яка інформація потрібна? Червоний капелюх – емоції, почуття, інтуїція й передчуття. Що я відчуваю з приводу цієї проблеми? Чорний капелюх – обережність, істина, здоровий глузд і відповідність фактам. Чи спрацює

це? Наскільки це безпечно? Чи можна реалізувати цю ідею? Жовтий капелюх – переваги, вигода. Навіщо це робити? Які будуть результати? Чи варто це робити? Зелений капелюх – дослідження, пропозиції, нові ідеї, можливості альтернативи. Що можна зробити в даному випадку? Чи існують альтернативні ідеї? Синій капелюх – роздуми, рефлексія; підведення підсумків; визначення наступного кроку.

Створення метафоричного образу проблеми. Метафора – це спосіб представлення і повідомлення інформації, в якому певний зміст або смисл репрезентується образами з іншої сфери життя чи знань, що дозволяє виявити в тому чи іншому явищі або процесі інші сторони та зв'язки.

Ресурсний розворот. Погляд на обставини і проблеми з іншої точки зору. Два способи ресурсного розвороту: включити в проблемну ситуацію перешкоди (негативні обставини) за допомогою таких слів і словосполучень, як «тоді як», «всупереч», «незважаючи на», «навіть якщо»; розглядати негативні обставини як ресурси, тобто розглядати питання щодо отримання вигоди від негативних обставин.

Рефреймінг проблем. Переформулювання. «Рефреймінг» – слово, що прийшло до нас з Англії (від англ. *frame* – рамка). Дослівно його можна перевести як «зміна рами у картини» або «зміна картини в тій же рамі». Але це дослівно, а якщо вдуматися, то рефреймінг означає пошук іншого сенсу або тлумачення, здатність побачити явище в іншому світлі. Рефреймінг широко використовується у менеджменті, у практиках НЛП, психологічному консультуванні. Існує два основні види рефреймінгу – рефреймінг контексту («зміна рами у картини») та рефреймінг змісту («зміна картини в тій же рамі»). Наприклад, рефреймінг смислу можна проілюструвати таким завданням «Як можна назвати людину, яка формулює свої думки так, щоб не образити іншу людину? Дипломат? Лицемір? Боягуз?» або «Наш розвідник – це герой, а їх «шпигун» – це злодій, хоча сутність їх діяльності однакова». Для рефреймінгу змісту доцільно змоделювати ситуацію, в якій те чи інше явище або процес набуде іншого значення. Наприклад, ябеда – людина, яка повідомляє про чужу провину, доносить комусь на когось. З іншого боку – така діяльність може бути проявом соціальної позиції, відповідальності, у граничних ситуаціях і проявом мужності. Варіанти рефреймінгу: 1) пошук позитивного в негативному (Студенти пропускають лекції, зате.... Студент може бути ледачим, зате не зробить зайвих помилок. Студент неухважний на лекціях, зате не помічає твоїх помилок; 2) доведення до абсурду; 3) переосмислення функцій.

«Диверсійний аналіз». Цілеспрямоване моделювання небажаних явищ, щоб потім, знайшовши способи їх нейтралізації, попереджувати їх реальну появу. Уявіть, що ваша ситуація є ідеальною. Потім припустите, що щось відбувається не так, «усе руйнується». Що нового ви побачите в такій ситуації?

Процеси проблематизації безпосередньо пов'язані з уміннями та навичками студентів формулювати питання. В. Гейзенберг у свій час

наголошував, що правильно поставлене питання іноді має більше значення, ніж рішення тієї чи іншої проблеми. На думку У. Бергера питання має бути красивим [3]. Красиве питання, як вважає У. Бергер, це амбіційне питання, що спонукає до дії та може змінити наше сприйняття або ставлення до чого-небудь та слугувати каталізатором змін. У роботі зі студентами використовуються прийоми формулювання питань на основі таксономії Б. Блума, технології формування критичного мислення (Д. Халперн, І. Загашев) та ін.

Таким чином, сучасний етап розвитку професійної освіти опосередковується викликами глобалізації, інформатизації, що зумовлює особливу увагу до формування фахівця, здатного бачити та вирішувати проблеми особистісного та професійного рівня. Реалії сучасності переконливо свідчать про необхідність введення до змісту професійної підготовки майбутніх фахівців в університетах України концептів «проблема», «проблематизація», «технології проблематизації». У процесі навчальної та науково-дослідницької діяльності студентів ВНЗ доцільно використовувати різні технології проблематизації, зокрема словникову техніку, метод емпатії, метод шести капелюхів Е. Де Боно, створення метафоричного образу проблеми, ресурсний розворот, рефреймінг проблеми, «диверсійний аналіз» та ін.

Напрямки подальших наукових розвідок пов'язано із дослідженням взаємозв'язку технологій проблематизації із іншими технологіями наукової творчості, зокрема технологіями концептуалізації та операціоналізації понять, гіпотезування та ін., як підґрунтя для методологізації професійної підготовки майбутніх фахівців.

Список використаної літератури

- 1. Ардашкин И. Б.** «Проблема» и «проблематизация»: соотношение и интерпретация понятий в современной эпистемологии / И. Б. Ардашкин // Известия Томск. политехнич. ун-та. – 2004. – Т. 307. – № 4. – С. 147 – 150.
- 2. Батищев Г. С.** Диалектика и смысл творчества (к критике антропоцентризма) / Г. С. Батищев // Диалектика рефлексивной деятельности и научное познание. – Ростов-н/Д. : Изд-во Рост. ун-та, 1983. – С. 42 – 59.
- 3. Бергер У.** Красивый вопрос / Уоррен Бергер. – Мн. : Попурри, 2014. – 320 с.
- 4. Громыко Ю. В.** Метапредмет «Проблема» / Ю. В. Громыко. – М. : Ин-т учебника «Пайдейя», 1998. – 382 с.
- 5. Зинченко А.** О проблематизации [Электронный ресурс] / А. Зинченко. – Режим доступа : <http://alzin.ru/files/problem.doc>.
- 6. Ортега-і-Гассет Х.** Що таке філософія? // Ортега-і-Гассет Х. Вибрані твори ; перекл. з іспан. В.Бурггардта, В.Сахна, О.Товстенко. – К. : Основи, 1994.
- 7. Фуко М.** Воля к истине: по ту сторону знания, власти и сексуальности : работы разных лет / Мишель Фуко ; пер. с франц. – М. : Касталь, 1996. – 448 с.
- 8. Цофнас А. Ю.** Типы научных проблем / А. Ю. Цофнас // Современная логика: проблемы теории, истории и применения в науке. – СПб. : С-ПбГУ, 2004. – С. 133 – 135.
- 9. Щедровицкий Г. П.** Проблема,

проблематизация, технология проблематизации [Электронный ресурс] / Г. П. Щедровицкий. – Режим доступу: www.navigo.su/.../269_ПГ-о-проблематизации.doc.

Бутенко Л. Л. Технології проблематизації в навчальній та науково-дослідницькій діяльності студентів університету

У статті розкрито сутність понять «проблема», «проблематизація», «технології проблематизації» в контексті реалізації завдань навчальної та науково-дослідницької діяльності студентів університету. Розкрито сутнісні аспекти джерел проблем і проблемних ситуацій у професійному контексті, типологію проблем, умови виникнення проблеми як зіткнення «знання» і «незнання». Схарактеризовані технології проблематизації на основі інверсії, словникової техніки, емпатії, створення метафоричного образу проблеми, ресурсного розвороту, рефреймінгу, «диверсійного аналізу» та ін. Показана роль технологій проблематизації в розвитку методологічної культури сучасних студентів.

Ключові слова: проблема, проблематизація, технології проблематизації, навчальна діяльність, науково-дослідна діяльність, методологічна культура.

Бутенко Л. Л. Технологии проблематизации в учебной и научно-исследовательской деятельности студентов университета

В статье раскрыта сущность понятий «проблема», «проблематизация», «технологии проблематизации» в контексте реализации задач учебной и научно-исследовательской деятельности студентов университета. Раскрыты сущностные аспекты источников проблем и проблемных ситуаций в профессиональном контексте, типология проблем, условия возникновения проблемы как столкновения «знания» и «незнания». Охарактеризованы технологии проблематизации на основе инверсии, словарной техники, эмпатии, создания метафорического образа проблемы, ресурсного разворота, рефрейминга, «диверсионного анализа» и др. Показана роль технологий проблематизации в развитии методологической культуры современных студентов.

Ключевые слова: проблема, проблематизация, технологии проблематизации, учебная деятельность, научно-исследовательская деятельность, методологическая культура.

Butenko L. L. The problematization technologies in undergraduates' educational and research activities

The intensions of „problem”, „problematization” and „problematization technologies” in the context of realization of tasks relating to undergraduates' educational and research activities are examined in the article.

The interdisciplinary context of problematization technologies devising is produced. It contains main philosophical propositions associated with

gnostic and heuristic functions in scientific cognition and also in psychology of problematization and problem vision of surrounding reality. The essential aspects of problems and problem situations sources in the professional context are considered. The typology of problems and conditions of origin of problem as a conflict „knowledge” and „lack of knowledge” are studied. The structure of scientific problem, its functions in undergraduates’ educational and research activities is produced.

The problematization technologies based on inversion, lexicographic technique, empathy, making of metaphorical image of problem, resource turn, “subversive analysis” reframing etc. are described. The function of problematization technologies in the development of undergraduates’ methodological culture is considered.

Key words: problem, problematization, problematization technologies, educational activity, research activity, methodological culture.

Стаття надійшла до редакції 17.01.2016 р.

Прийнято до друку 29.02.2016 р.

Рецензент – д.п.н., проф. Савченко С. В.

УДК 796.012-057.875

С. М. Іванчикова

ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ПОКАЗНИКІВ СТУДЕНТІВ ВИЩИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ У ПРОЦЕСІ ЗАНЯТЬ ФІТНЕСОМ

Визначення терміну «фітнес» найбільше асоціюється з вітчизняними уявленнями про здоров’я та культуру здоров’я [2, с. 19; 3, с. 146; 4, с. 85]. За висновками авторів [5, с. 138; 10, с. 111], головною метою фізкультурно-оздоровчої системи фітнесу є прагнення до оптимальної якості життя, що об’єднує духовний, психічний, соціальний і фізичний компоненти. Фізичний фітнес включає досягнення більш високих рівнів фізичної підготовленості по станам тестування, малий ризик порушень здоров’я, що надає можливості мати високу якість життя. В загальному плані фізичний фітнес асоціюється з рівнем фізичної підготовленості. Психічний і соціальний компоненти фітнесу забезпечують адекватну реакцію поведінки, здатність протистояти емоційним стресам і перебувати в стані гармонії з навколишнім світом. Базою для такого динамічного, багатоскладового стану є високий рівень культури здоров’я [1, с. 350], сформованість фізичного, психічного, духовного та соціального аспектів здоров’я.

Хоча особливості застосування фізкультурно-оздоровчої системи фітнес вивчені досить ретельно, проте накопичено небагато матеріалів, що