

# Технології навчання фізичної культури

УДК: 796:612.017:612.8)-057.875

## ПРОФЕСІЙНА АДАПТАЦІЯ СТУДЕНТІВ ІЗ РІЗНИМИ ТИПАМИ НЕРВОВОЇ СИСТЕМИ В УМОВАХ ПЕДАГОГІЧНОЇ ПРАКТИКИ

Ніна Деделюк<sup>1</sup>, Надія Ковальчук<sup>1</sup>, Олена Томашук<sup>1</sup>, Тетяна Гнітецька<sup>1</sup>, Людмила Ващук<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки, Луцьк, Україна, nina-deluk@ukr.net

<https://doi.org/10.29038/2220-7481-2019-04-46-50>

### Анотації

**Актуальність.** У статті висвітлено актуальну проблему професійної адаптації студентів в умовах педагогічної практики в закладах загальної середньої освіти. Зосереджено увагу на індивідуальних типологічних особливостях студентів. На основі аналізу наукових праць визначено, що адаптація визначається характеристиками, зумовленими специфікою творчої, навчальної та професійної діяльності, а також набутими студентами в процесі навчання. **Мета дослідження** – дослідження адаптаційних можливостей студентів з урахуванням різних типів нервової системи в умовах педагогічної практики. **Методи дослідження** – наліз психолого-педагогічної літератури, психологічні методи дослідження, анкетування, опитування, методи якісно-кількісного аналізу. **Результати дослідження.** На основі вивчення наукових праць ми встановили, що студентам із сильною інертною та слабкою нервовою системою притаманне домінування конструктивного компонента на початку їхньої самостійної педагогічної практики. Характерною ознакою діяльності студентів-практикантів із сильною активною нервовою системою є здатність імпровізації та максимальної мобілізації своїх набутих умінь і навичок, творче оперативне виконання поставлених освітніх завдань. Аналіз практичної діяльності обох груп засвідчив, що пристосування до умов бази практики вимагає від студентів мобілізації адаптаційних можливостей. Процес підвищення адаптаційних можливостей майбутніх учителів фізичної культури з урахуванням різних типів нервової системи, а саме: рівня сили процесів збудження, гальмування, рівня рухливості нервових процесів, – у професійній діяльності має індивідуальні особливості. **Висновки.** В умовах педагогічної практики у студентів із різними типологічними особливостями нервової системи виявлено фактори впливу на професійну адаптацію. Вона залежить і від характеру самих факторів, і від професійної, психологічної, фізичної підготовки молодих людей до самостійної роботи, і від ставлення до праці. Швидкість процесів професійної адаптації є одним з показників росту якості підготовки в закладах вищої освіти.

**Ключові слова:** професійна підготовка, студенти, адаптація, типи нервової системи, педагогічна практика, освітній процес.

Ніна Деделюк, Надежда Ковальчук, Елена Томашук, Татьяна Гнитецкая, Людмила Ващук. **Профессиональная адаптация студентов с различными типами нервной системы в условиях педагогической практики.** **Актуальность.** В статье освещается актуальная проблема профессиональной адаптации студентов в условиях педагогической практики в учреждениях общего среднего образования. Внимание обращается на индивидуальные типологические особенности студентов. На основе анализа научных работ определяется, что адаптация определяется характеристиками, обусловленными спецификой творческой, учебной и профессиональной деятельности, приобретенными студентами в процессе обучения. **Цель исследования** – исследовать адаптационные возможности студентов с учетом различных типов нервной системы в условиях педагогической практики. **Методы исследования** – анализ психолого-педагогической литературы, психологические методы исследования, анкетирование, опросы, методы качественно-количественного анализа. **Результаты.** На основе изучения научных трудов мы установили, что студентам с сильной инертной и слабой нервной системой присуще доминирование конструктивного компонента в начале их самостоятельной педагогической практики. Характерным признаком деятельности студентов-практикантов с сильной активной нервной системой является способность к импровизации и максимальной мобилизации своих приобретенных умений и навыков, творческое оперативное решение поставленных образовательных задач. Анализ практической деятельности

обеих групп показал, что приспособление к условиям базы практики требуют от студентов мобилизации адаптационных возможностей. Процесс повышения адаптационных возможностей будущих учителей физической культуры, с учетом различных типов нервной системы а именно: уровня силы процессов возбуждения, торможения, уровня подвижности нервных процессов, – в профессиональной деятельности имеет индивидуальные особенности. **Выводы.** В условиях педагогической практики студентов с различными типологическими особенностями нервной системы выделяются факторы влияния на профессиональную адаптацию. Она зависит и от характера самих факторов, и от профессиональной, психологической, физической подготовки студентов к практической деятельности и от их отношения к труду. Сокращение периода профессиональной адаптации является одним из показателей роста качества подготовки в учреждениях высшего образования.

**Ключевые слова:** профессиональная подготовка, студенты, адаптация, типы нервной системы, педагогическая практика, образовательный процесс.

**Nina Dedeliuk, Nadiya Kovalchuk, Elena Tomashchuk, Tetyana Gnitetska, Lyudmila Vashchuk. Professional Adaptation of Students with Various Types of the Nervous System in Terms of Pedagogical Practice. Topicality.** The research paper deals with the actual problem of students professional adaptation in the conditions of pedagogical practice in the institutions of general secondary education. The focus is on the individual typological features of students. On the basis of the analysis of scientific works, it was revealed that adaptation is determined by the characteristics based on the specifics of creative, educational and professional activity acquired by students in the process of learning. **The Aim of the Study** involves the investigation of students adaptation opportunities taking into account different types of nervous system in terms of pedagogical practice. **Research Methods.** Analysis of psychological and pedagogical literature, psychological methods of research, questionnaires, surveys, methods of qualitative and quantitative analysis. **The Results of the Research.** Based on the study of scientific works, we have found that students with a strong inert and weak nervous system are characterized with constructive component domination at the beginning of their stand-alone pedagogical practice. Basic characteristic features of practical activity of the students with a strong active nervous system is the ability to improvise and to maximize the mobilization of their acquired abilities and skills, as well as to provide creative operational decisions for the set of educational tasks. An analysis of both groups practical activities has showed that adaptation to the conditions of the practice base requires students to mobilize their adaptation opportunities. The process of adaptive potential opportunities among future teachers of physical culture, taking into account different types of nervous system (especially the levels of excitation and inhibition processes, as well as the level of the nervous processes mobility) has some individual peculiarities in the professional activity. **Conclusions.** In the framework of pedagogical practice it was identified the factors of influence on professional adaptation among students with different typological peculiarities of the nervous system. It depends on the nature of the factors, as well as on the professional and psychological features, young people's physical preparation for stand-alone work and on their attitude to work. The speed of professional adaptation process is one of the indicators of training quality growth in higher education institutions.

**Key words:** professional training, students, adaptation, types of nervous system, pedagogical practice, educational process.

**Вступ.** Професійну підготовку студентів до майбутньої спортивно-педагогічної діяльності потрібно розглядати як цілісне явище, інтегральну ознаку, яка включає формування й розвиток спеціальних здібностей, умінь, навичок. Водночас це формування зацікавленості спеціаліста в передачі своїх знань і вмінь іншим; позитивне ставлення до обраного виду діяльності; розвиток умінь володіння способами й прийомами, необхідними в практичній діяльності; розвиток самоконтролю, самоаналізу, самооцінки власної діяльності [1; 2; 3; 9].

У процесі формування викладача з фізичного виховання О. К. Проніков виділяє два періоди професіоналізації – навчання в навчальному закладі та власне трудову діяльність. Кожний із періодів має свої особливості й специфічний вплив на утворення професійної компетентності фахівця цієї кваліфікації [5].

Професійна адаптація студента в умовах практичної діяльності в закладах загальної середньої освіти має низку особливостей, зумовлених специфікою творчої, навчальної діяльності. Успішне виконання складних і відповідальних завдань, подальше підвищення якості навчальної діяльності залежать, насамперед, від роботи вчителя, рівня його професійно-педагогічної підготовки. Формування особистості майбутнього педагога – це складний, цілісний процес, зумовлений поєднанням низки соціальних, психологічних, педагогічних факторів, що вимагає як теоретичного осмислення, так і практичного вивчення.

Дослідження свідчать, що молоді фахівці в початковий період самостійної роботи стикаються з певними труднощами. Насамперед, це суб'єктивний стан напруження, незадоволеності, спричинений як зовнішніми, так і внутрішніми факторами практичної діяльності. Причинами виникнення диском-

форту є характер самих факторів, а також професійна, психологічна, фізична підготовка студентів до самостійної роботи, їхнє ставлення до праці.

Важливим адаптаційним фактором студентів на базі практики є, безперечно, виконання нових соціальних функцій, обов'язків; формування міжособистісних взаємин, можливості проявити свої організаторські творчі здібності. Адаптація в освітній процес загальноосвітньої школи ґрунтується на внутрішньому змісті й мотивації кожного окремого студента-практиканта.

**Мета дослідження** – дослідити адаптаційні можливості студентів з урахуванням різних типів нервової системи в умовах педагогічної практики.

**Методи дослідження** – аналіз психолого-педагогічної літератури, психологічні методи дослідження, анкетування, опитування, методи якісно-кількісного аналізу.

**Результати дослідження.** За допомогою опитувальника Яна Стреляу [8], студентам у період навчання діагностували силу й швидкість нервових процесів. У дослідженні задіяно 135 студентів факультету фізичної культури, спорту та здоров'я Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки. Опитувальник дав змогу визначити три основні типологічні групи: із сильною активною нервовою системою – 70 студентів (52 %); сильною інертною нервовою системою – 45 (33 %) респондентів; слабкою нервовою системою – 20 студентів (15 %).

Незалежно від індивідуальних особливостей студенти-практиканти в процесі підготовки до проведення уроку ретельно планували змістові структурні частини, продумуючи можливі методи, засоби та форми організації. Проте безпосередня непередбачувана складність виникала в не менш важливих аспектах проведення уроку, а саме: рухової активності й працездатності учнів, а також діяльності самого педагога.

Успішна результативність уроку залежить від прояву індивідуальних психологічних та організаційних здібностей студента: викладення завдань і теоретичної інформації, чітких указівок щодо виконання вправ, визначення конкретних завдань й організації виконання. Відповідно, на цьому етапі відбувається складний процес смислового проектування виконуваної рухової дії, переосмислення з наступним практичним її виконанням, при акцентуації самоконтролю та самооцінці. Подальші дії вчителя полягають у спостереженні за діями учнів, аналізі й оцінці виконання, дозуванні навантаження, забезпеченні страхівки, індивідуальній допомозі, дотриманні дисципліни, вихованні морально-етичних якостей.

Недостатність практичного досвіду студентів-практикантів часто призводить до найбільш типової помилки – невідповідності запланованих завдань уроку реально виконаним. Причина такої тенденції зазвичай полягає в недостатньо продуманому плануванні структурних компонентів уроку; неможливості передбачити деталі, робочі ситуації, складність засвоєння навчального матеріалу учнями.

За результатами дослідження виявлено найбільш характерні особливості діяльності студентів, які спрямовані на підготовку до організації та проведення уроку; виконання педагогічних завдань; налагодження взаємостосунків з учнями й педагогічним колективом. Аналіз показників дав підставу припустити, що домінування тих чи інших структурних компонентів діяльності в майбутніх учителів фізичної культури зумовлене певним поєднанням властивостей нервової системи. Індивідуальні особливості прояву та їх уніфікованість потрібно враховувати в процесі адаптації (табл. 1).

Таблиця 1

### Професійна адаптація студентів із різними типологічними особливостями нервової системи

Розподіл за типами НС	t/a	t/i	t/c
Кількість, %	52	33	15
Процес адаптації	швидкий	достатній	повільний
Характер діяльності	Креативність, ситуативність, творчість, мобілізація вмінь, самостійність, динамічність, зосередженість, підвищена відповідальність, самоствердження	Конструктивізм, системність, передбачуваність, відповідальність, ретельність у плануванні, скрупульозність, потреба в підтримці й схваленні колег	

t/a – студенти-практиканти із сильною активною нервовою системою;

t/i – студенти-практиканти із сильною інертною нервовою системою;

t/c – студенти-практиканти зі слабкою нервовою системою

Студенти-практиканти із сильною інертною та слабкою нервовою системою підготовку до уроку здійснюють задалегідь і ретельно, витрачаючи достатньо багато часу. Вони не лише осмислено моделюють урок, але й уявно його переосмислюють і проводять. Зазвичай, у студентів із сильною інертною та слабкою нервовою системою є декілька варіантів уявного плану проведення заняття; діяльність переважно виконується чітко за планом, не допускаючи змін.

Учителям-початківцям із сильною інертною й слабкою нервовою системою надзвичайно важливо відразу, з перших уроків, утвердити свій авторитет, чітко відпрацювати техніку уроку, акцентувати увагу на термінології. Ці студенти добре засвоюють поради викладачів і методистів освітнього закладу та керуються ними у своїй роботі. Протягом періоду практики вони незмінно дотримуються правила – задалегідь готуватися до уроків, контролювати готовність місця проведення, стан обладнання й інвентарю, передбачити всі можливі ситуативні моменти уроку, визначити місце для керівництва класом та реакцією учнів. Важливою передумовою успішної педагогічної діяльності студентів із сильною інертною й слабкою нервовою системою є здатність до передбачуваності, системності. За результатами спостереження, виявлено домінування конструктивного компонента на початку їх самостійної педагогічної практики.

Студентам-практикантам із сильною активною нервовою системою в процесі педагогічної практики притаманний творчий ситуативний характер діяльності. У робочих конспектах цих студентів опосередковано відображено чітку структуру заняття із переважно стислим схематичним планом, який значно деталізується та уточнюється в ході уроку. Мотивовані прагненням досягнення успіху й під впливом усвідомлення підвищеної відповідальності, такі студенти виявляють схильність до постійного пошуку нових можливостей, засобів та форм проведення занять. Характерною ознакою діяльності студентів-практикантів із сильною активною нервовою системою є здатність імпровізації та максимальної мобілізації своїх набутих умінь і навичок, інтуїтивне відчуття динаміки уроку, характеру рухової активності учнів, зосередженість і творче оперативне виконання поставлених освітніх завдань.

Досліджуваним із сильною активною нервовою системою в професійній діяльності стиль конструктивізму менш притаманний, порівняно зі студентами-практикантами із сильною інертною та слабкою нервовою системою. Проте аналіз практичної діяльності обох груп засвідчив, що зміна соціального середовища, непередбачувані виробничі ситуації, спілкування з педагогічним колективом бази практики й учнями вимагають від студентів мобілізації адаптаційних можливостей.

**Дискусія.** У дослідженнях сучасних науковців О. Пронікова, М. Солопчук, Г. Бесарабчук вагоме значення приділяють процесу професійної адаптації молодого педагога [5; 7]. Ми погоджуємось із науковими твердженнями М. Кочеткова щодо важливості врахування типологічних особливостей нервової системи в процесі формування особистості майбутнього педагога [4]. Згідно з твердженнями В. Рибалки, професійний психологічний аналіз людини повинен починатися саме з визначення та інтерпретації типу темпераменту й пов'язаних із ним психодинамічних проявів інших якостей особистості [6]. Відтак результати нашого дослідження дають підстави стверджувати, що професійна адаптація студентів з урахуванням різних типів нервової системи в умовах педагогічної практики – це процес активної взаємодії особистості й соціального середовища з метою досягнення ними таких взаємин, які найбільшою мірою забезпечать ефективність педагогічної діяльності, розвиток шкільного колективу та особистісну задоволеність професійною самореалізацією.

**Висновки та перспективи подальших досліджень.** Професійна адаптація студентів з урахуванням різних типів нервової системи в умовах педагогічної практики в закладах загальної середньої освіти характеризується низкою особливостей, зумовлених специфікою творчої, навчальної діяльності. Виявлено, що умови практичної діяльності по-різному впливають на рівень професійної адаптації студентів із різними типами нервової системи. Так, студенти-практиканти із сильною активною нервовою системою в процесі педагогічної практики самостверджуються шляхом подолання труднощів і самостійного розв'язання поточних виробничих проблем. Студенти-практиканти із сильною інертною та слабкою нервовою системою надають перевагу задалегідь спланованим й апробованим формам діяльності, ураховуючи при цьому підтримку авторитетних колег і друзів.

Здатність нервової системи не забезпечує необхідних для педагогічної діяльності умінь та навичок. Проте професійна адаптація – пристосування до нових форм поведінки, нових форм стосунків на початковому етапі професійної діяльності, що сприяє ефективній і творчій самореалізації студентів.

Успішне виконання складних і відповідальних завдань, подальше підвищення якості навчальної діяльності залежать, насамперед, від роботи вчителя, рівня його професійно-педагогічної підготовки й має яскраво виражені сторони: виробничі умови, діяльність шкільного (навчального й педагогічного)

колективу, діяльність самого вчителя. Це складний, цілісний процес, зумовлений поєднанням соціальних, психологічних, педагогічних факторів і вимагає як теоретичного осмислення, так і подальшого практичного вивчення.

#### *Джерела та література*

1. Деделюк Н. А., Ковальчук Н. М., Ващук Л. М. та ін. Модель організації спортивно-оздоровчої діяльності студентів вищих навчальних закладів. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*: зб. наук. праць Східноєвроп. нац. ун-ту ім. Лесі Українки. Луцьк. 2018. № 1 (41). С. 29–35.
2. Дем'яненко Н. І. Підготовка педагогічних кадрів: пошук інноваційної моделі. *Рідна школа*. 2012. № 4–5. С. 32–38.
3. Ємець О. Й., Черняков В. В. Практикум з професійних ситуацій: навч. посіб. для студентів вищ. навч. закл. освіти, фізичного виховання і спорту. Чернігів: [б. в.], 2010. 155 с.
4. Кочеткова М. Формирование профессиональных способностей студентов педагогического вуза в зависимости от типологических особенностей нервной системы. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*: зб. наук. праць. Луцьк: Волин. обл. друк., 2002. Т.1. С.74–76.
5. Проніков О. К. Форми і методи підготовки майбутніх учителів фізичної культури до педагогічної роботи у вищих педагогічних навчальних закладах України у другій половині ХХ – на початку ХХІ ст. *Проблеми освіти*: наук. зб. Ін-ту інноваційних технологій і змісту освіти. МОНМС України. Вип. 70. Ч. III. Київ, 2012. № 70. С. 223–227.
6. Рибалка В. В. Особистісний підхід у профільному навчанні старшокласників: монографія. Київ: Деміур, ІПППО АПН України. 1998. 160 с.
7. Солопчук М. С., Бесарабчук Г. В. *Виробнича (педагогічна) практика студентів факультету фізичної культури на базі загальноосвітніх навчальних закладів (в умовах кредитно-модульної системи навчання)*. Кам'янець-Подільський: Аксіома. 2010. 120 с.
8. Стреляу Я. *Роль темперамента в психическом развитии*. Москва: Прогресс. 1982. 232 с.
9. Томащук О. Г., Деделюк Н. А. Формування професійної майстерності майбутніх фахівців з фізичного виховання як педагогічна проблема. *Актуальні проблеми сучасної освіти та науки в контексті євроінтеграційного поступу*: матеріали доп. учасників III Міжнар. наук.-практ. конф. (18–19 трав. 2017 року). Луцьк: ЛІРоЛ. 2017. С. 95–97.

#### *References*

1. Dedeliuk, N. A., Kovalchuk, N. M., Vashchuk, L. M., Tomashchuk, O. H., Saniuk, V. I., Savchuk, S. A. (2018). Model orhanizatsii sportyvno-ozdorovchoi diialnosti studentiv vyshchyykh navchalnykh zakladiv. *Fizychne vykhovannia, sport i kultura zdorovia u suchasnomu suspilstvi* : zb. nauk. pr. Skhidnoievrop. nats. un-tu im. Lesi Ukrainky, Lutsk, № 1 (41), 29–35.
2. Demianenko, N. I. (2012). Pidhotovka pedahohichnykh kadriv : poshuk innovatsiinoi modeli. *Ridna shkola*, № 4–5, 32–38.
3. Iemets, O. I., Cherniakov, V. V. (2010). Praktykum z profesiinykh sytuatsii / Navchalnyi posibnyk dlia studentiv vyshchyykh navchalnykh zakladiv osvity, fizychnoho vykhovannia i sportu. Chernihiv, 155.
4. Kochetkova, M. (2002). Formirovanie professionalnykh sposobnostey studentov pedagogicheskogo vuza v zavisimosti ot tipologicheskikh osobennostey nervnoy sistemyi. *Fizychne vykhovannia, sport i kultura zdorovia u suchasnomu suspilstvi*: zb. nauk pr. Lutsk: Vol. obl. druk., T.1, 74–76.
5. Pronikov, O. K. (2012). Formy i metody pidhotovky maibutnykh uchyteliv fizychnoi kultury do pedahohichnoi roboty u vyshchyykh pedahohichnykh navchalnykh zakladakh Ukrainy u druii polovyni KhKh – na pochatku KhKhI st. *Problemy osvity. Naukovyi zbirnyk. Instytut innovatsiinykh tekhnolohii i zmistu osvity. MONMS Ukrainy*. Vyp. 70. Ch. III. Kyiv, № 70, 223–227.
6. Rybalka, V. V. (1998). Osobystisnyi pidkhid u profilnomu navchanni starshoklasnykiv: Monohrafiia. Kyiv: Demieur, IPPPO APN Ukrainy, 160.
7. Solopchuk, M. S., Besarabchuk, H. V. (2010). *Vyrobnycha (pedahohichna) praktyka studentiv fakultetu fizychnoi kultury na bazi zahalnoosvitnikh navchalnykh zakladiv (v umovakh kredytno-modulnoi systemy navchannia)*. Kamianets-Podilskyi: Aksioma, 120.
8. Streliau, Ya. (1982). *Rol temperamenta v psykhicheskom razvytyi*. Moskva: Prohress, 232.
9. Tomashchuk, O. H., Dedeliuk, N. A. (2017). Formuvannia profesiinoi maisternosti maibutnykh fakhivtsiv z fizychnoho vykhovannia yak pedahohichna problema. *Aktualni problemy suchasnoi osvity ta nauky v konteksti yevrointehratsiinoho postupu*: materialy dop. uchasnykiv III Mizhnar. nauk.-prakt. konf. (18–19 trav. 2017 r.). Lutsk: LIRoL, 95–97.

Стаття надійшла до редакції 21.10.2019 р.