

## ОСОБЛИВОСТІ ФІЗИЧНОГО РОЗВИТКУ І ПСИХІЧНИХ ФУНКЦІЙ СТУДЕНТІВ СОЦІАЛЬНО-ГУМАНІТАРНИХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ В ЗАЛЕЖНОСТІ ВІД СТАТІ

УДК 613 : 159.922.1

**Л.С. Кравчук,**  
*Хмельницький інститут  
соціальних технологій  
ВМУРОЛ «Україна»*

**З**міни в сучасному суспільстві та пов'язані з ними інтенсифікація праці, комп'ютеризація навчання і виробництва ставлять нові підвищені вимоги до фізичних і психічних якостей людини (концентрація, об'єм і перемикання уваги, емоційна стабільність, необхідність приймати важливі рішення, специфічна витривалість, швидкість і спритність у діях та ін.). Крім того, сучасна людина повинна мати достатні резерви здоров'я, які дозволили б не знижувати якість професійної діяльності. Відомо також, що стійкість таких важливих для студентів показників розумової діяльності як пам'ять, увага, сприйняття та швидкість засвоєння інформації прямо пропорційні рівню здоров'я, високі показники якого забезпечують кращу функціональну базу для подолання навчальних навантажень та резистентності до стомлення [7].

Згідно аналізу літературних джерел, рівень фізичного стану юнаків 18-19 років значно поступається дівчатам даного віку [1]. Тому для осіб чоловічої статі проблема вдосконалення фізичного здоров'я набуває першочергового значення, особливо в період навчання у вищому навчальному закладі. Ця обставина зумовлює необхідність підвищення вимог до адаптації організму в нових умовах психічного напруження, яким є навчальний процес. Вище наведене дає можливість виділити дану вікову групу як суб'єкт дослідження. Успішно адаптуватися до незвичних умов може лише фізично і психічно здорова людина. З метою покращення адаптивних можливостей організму можуть використовуватись різноманітні фізичні вправи. У вищих навчальних закладах для реалізації даної мети використовується стандартна програма з фізичного виховання.

Проблема виховання і розвитку дітей з особливими потребами виявляється особливо значимою у теорії Л. С. Виготського, 1983 про провідну, стимулюючу роль навчання в

розвитку дитини. Ця концепція отримала переконливе підтвердження в дослідженнях загальної педагогіки і психології (Ю. К. Бабанський, П. Я. Гальперин, Л. В. Занков, А. В. Запорожець, Г. К. Костюк, Д. Б. Ельконш).

Ідея Л. С. Виготського про можливість і необхідність психічного розвитку дітей в процесі навчання відіграють вирішальну роль у вирішенні питань спеціальної педагогіки. При цьому в працях Т. А. Власової, В. Г. Петрової, І. Г. Єременко, М. С. Певзнер, В. І. Бондаря, В. М. Синьова, Л. С. Вавіної, Н. Г. Байкша та інших фахівців показали значні потенційні можливості розвитку психіки аномальної дитини, які найуспішніше реалізуються в спеціально створених умовах, коли застосовуються різноманітні коригуючі засоби.

Г. В. Коробейников вважає [4], що важливою особливістю інтелектуальної діяльності людини є наявність відповідної організації психофізіологічних функцій, які забезпечують сприйняття, переробку та аналіз інформації. Основним чинником який забезпечує ефективність сприйняття, переробку та аналіз інформації є розумова працездатність. Дослідженню розумової працездатності людини приділялося багато уваги, як вітчизняними В. І. Медведєв, Н. В. Макаренко, О. М. Кокун так і закордонними авторами Broadbent D. E., Wood Carol A., Recve T., Yoshimura I., Yoshifuji H., Mori K. При розгляді факторів, які формують розумову працездатність А. О. Навакатікян виділяє: моторику, сенсомоторну реакцію, концентрацію уваги, коротко-тривалу пам'ять, інтелектуальні процеси. Однак в динаміці онтогенезу спостерігаються етапи інтенсивного і екстенсивного розвитку психофізіологічних функцій на основі чого В. С. Лизогубом запропоновано принцип структурно-функціональної гетерохронності вікового формування нейродинамічних і сенсомоторних функцій людини. Виходячи з принципу

гетерохронного розвитку, можна розглядати особливості психофізичної організації у конкретному діапазоні онтогенезу.

А. Л. Решетюк, Adams S.K., Nagamachi M., Апауама У. досліджують особливості формування психофізіологічних функцій в онтогенезі, властивості нервових процесів та їх зв'язок із сенсомоторними психічними і вегетативними реакціями а також з характером професійної діяльності людини. В той же час, не достатньо вивченими залишаються питання врахування особливостей розумової працездатності у студентів з порушенням постави в умовах навчальної діяльності.

Натомість аналіз зарубіжних і вітчизняних літературних джерел дозволяє констатувати, що ефективно застосування засобів педагогічної реабілітації для студентів з порушенням постави ускладнюється у зв'язку з недостатньою розробкою структури корекційної навчальної діяльності закладів вищої освіти, корекції і компенсації рухових дій, покращення розумової працездатності в умовах навчальної діяльності, розвитку в них дидактико-реабілітаційної мотивації. Тому актуальність цієї проблеми та її недостатня розробка, вимоги практики зумовили вибір теми дисертаційного дослідження.

Психолого-фізична реабілітація, структурним компонентом якої є корекційне навчання фізичним вправам, розвиток фізичних якостей, нервово-м'язевої працездатності, моторно-вісцеральної регуляції, як оздоровчо-педагогічна система в наш час потребує подальшого теоретичного, експериментального і методичного обґрунтування та визначення основних критеріїв оцінки розумової працездатності студентів з порушенням постави у процесі навчальної діяльності. Дослідження Т. П. Вісковатової, Б. В. Сермеева, Н. Г. Байкіної, О. Ю. Лянного, С. А. Холодова, М. П. Козленко, Б. Г. Шеремет, І. М. Ляхової показали, що психолого-педагогічна реабілітація дітей з відхиленням психофізичного розвитку засобами фізичної культури дозволяють в оптимальному об'ємі реалізувати співвідношення лікувальних та педагогічних факторів і забезпечує тим самим їхню інтелектуальну, емоційну і фізичну адаптацію до умов оточуючого середовища, а щодо студентів то раніше не виявлено подібних досліджень.

Мета дослідження – вивчення особливостей фізичного розвитку та психічних функцій студентів соціально-гуманітарних спеціальностей в залежності від статі.

Дослідження проводяться в Хмельницькому інституті соціальних технологій вищого навчального закладу Відкритого Міжнародного Університету Розвитку Людини «Україна» (ВМУРОЛ «Україна»).

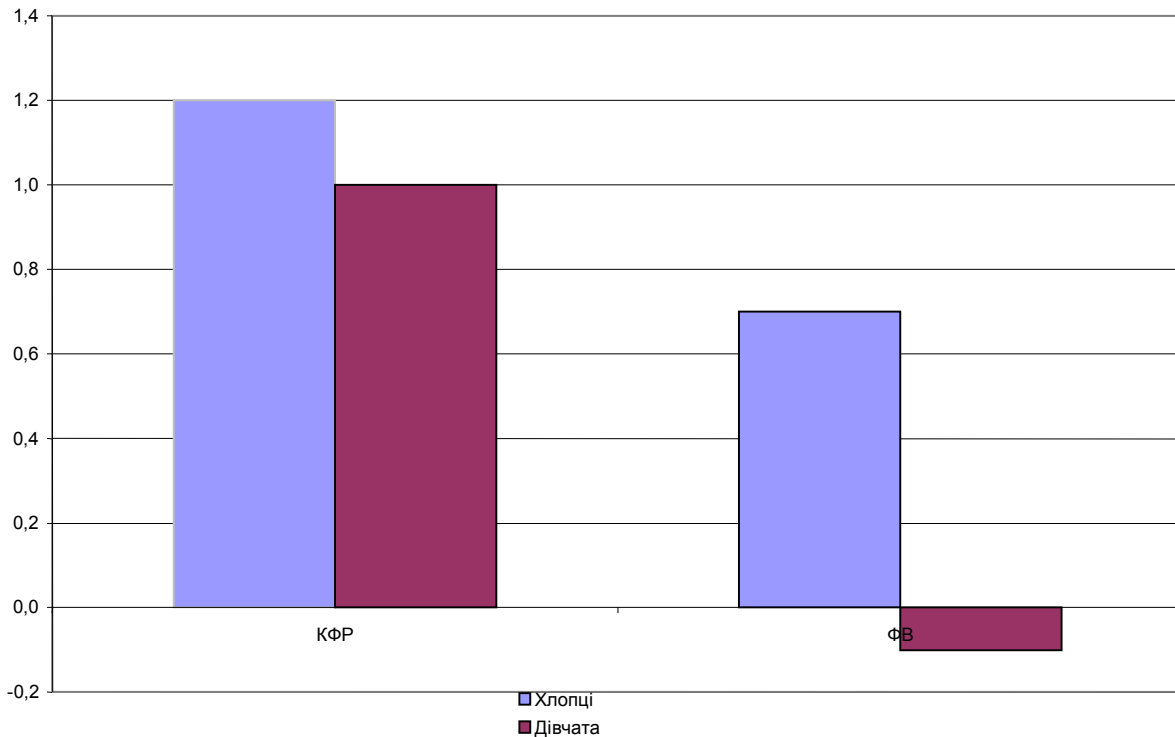
У дослідженнях брали участь студенти 1-2 курсів соціально-гуманітарних спеціальностей (Здоров'я людини – 22 студенти, Психологія – 50, Соціальна робота – 44) Хмельницького інституту соціальних технологій було обстежено 116 студентів (дівчат 68 і 48 юнаків).

Стан психічних функцій студентів оцінювалися із використанням автоматизованої методики "Інтест", розробленої Л.М.Козак і В.А.Єлізаровим [5]. Основним завданням цієї системи є визначення характеристик психічних функцій: функції сприйняття, пам'яті, уваги, мислення.

Динаміка стану опорно-рухового апарату проводилася за тестом Шобера, рухливість хребта у різних відділах методом гоніометрії.

Результати дослідження переконливо доводять, що фізичні вправи аеробного типу істотно підвищують розумову працездатність студентів, що стало показником якісної успішності. В експериментальних групах, показники пам'яті, мислення, уваги помітно вище (рис.3). Дана закономірність виявлена як у віці 18 років (6,8 %,  $p < 0,05$ ), так і в 19 років (5,0 %,  $p < 0,05$ ). Підвищення фізичної працездатності в них забезпечило і поліпшення показників розумової працездатності: інтенсивність роботи за чотири хвилини (число знаків) вірогідно вище (вік 18 років - 4,6 %,  $p < 0,05$ ; 19 років - 4,3 %,  $p < 0,05$ ).

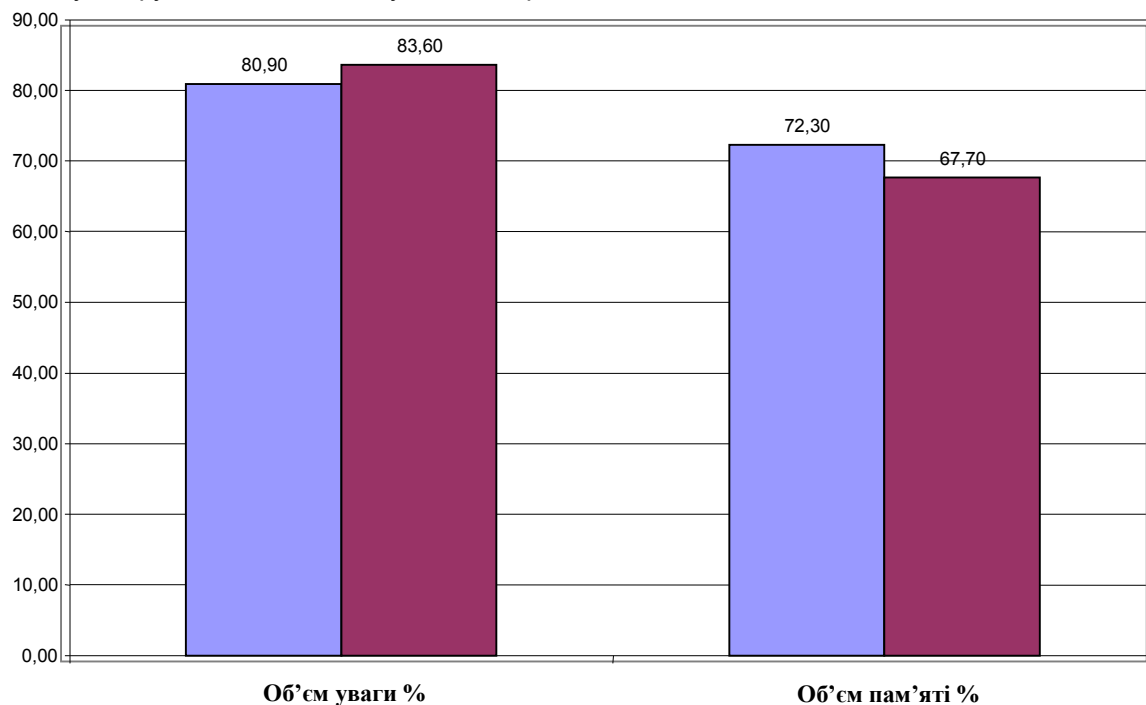
Під час проведеного дослідження було з'ясовано згідно представлених даних (рис.1) між хлопцями і дівчатами немає достовірної різниці за календарним віком, але є відмінності у фізичному розвитку. Так, у дівчат економічних спеціальностей спостерігається менший темп фізичного розвитку, ніж у хлопців тієї ж спеціальності. Це вказує на прискорений темп біологічного дозрівання у хлопців, що позначився у підвищених значеннях функціонального віку.



**Рис.1. Середні значення коефіцієнту фізичного розвитку та функціонального віку студентів соціально-гуманітарних спеціальностей ХІСТ Університету «Україна»**

Дослідженням вікових змін психічних функцій показано, що параметри пам'яті і уваги є найвищими у осіб даної вікової групи [8] і мають відмінності в залежності від статі (рис.2). Особливості функцій пам'яті і уваги визначаються ступенем зрілості мозку і перебудовою механізмів управління корковою активацією. Так у хлопців в даному віці більш розвинута функція пам'яті, а у дівчат краще

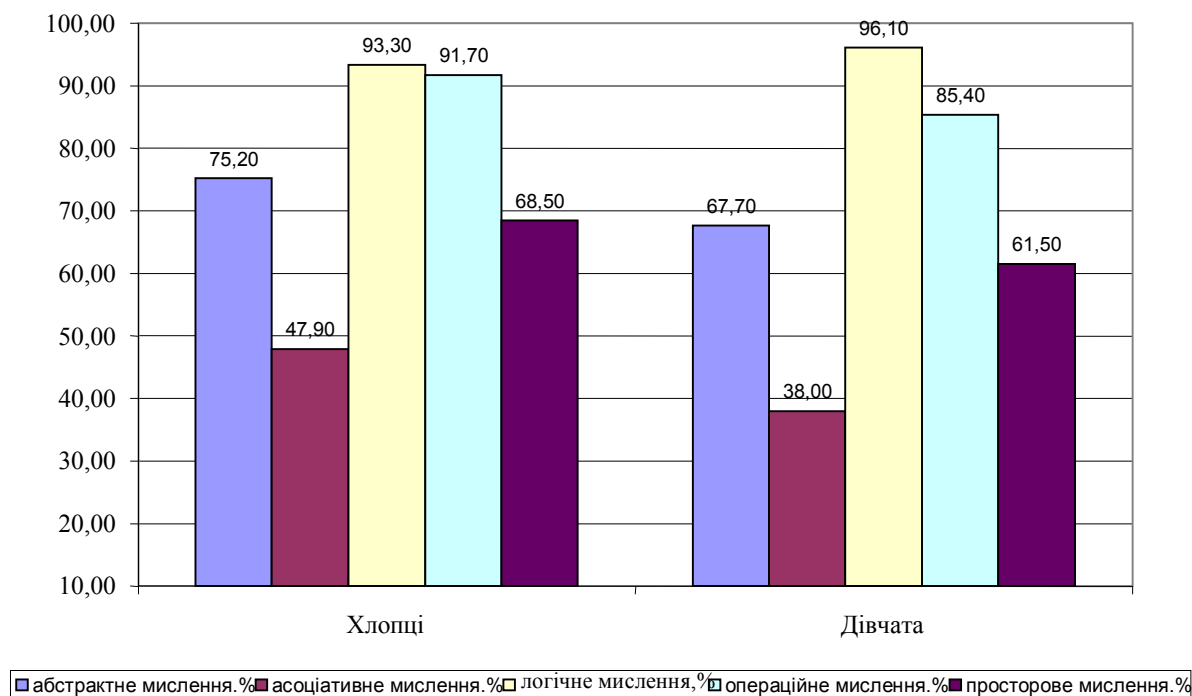
розвинута функція уваги, що пов'язано із змінами, які відбуваються на мікро- та макрорівнях його організації, що в ході індивідуального онтогенезу характеризуються повільним чи більш інтенсивним розвитком функцій фізіологічних систем, яке приводить до кількісних змін цих показників.



**Рис. 2. Середні значення об'єму пам'яті і уваги студентів соціально-гуманітарних спеціальностей (Примітка: \* -  $p < 0,05$ , порівняно із хлопцями)**

Аналіз психофізіологічних функцій мислення, залежно від статі (рис. 3) свідчить, що у хлопців більш розвинуте абстрактне (75,2%), операційне (91,7%), просторове (68,5%), асоціативного (47,9%), а у дівчат логічне мислення (96,1%) в залежності від

спрямованості професійно-практичної підготовки, так як переважна більшість дівчат навчається на спеціальності «Психологія», а хлопці на спеціальності «Здоров'я людини» і «Соціальна робота».



**Рис. 3. Середні значення видів мислення студентів соціально-гуманітарних спеціальностей ХІСТ Університету «Україна»**

Підсумовуючи результати отриманих даних треба зазначити, що особливості розумової працездатності і фізичної діяльності у студентів різних спеціальностей визначають шляхи формування відповідної психофізіологічної організації системи переробки інформації і певний рівень функціонального розвитку. Це виявляється у неоднаковому розвитку психофізіологічних і морфофункціональних функцій в залежності від умов навчальної діяльності, спрямованості спеціальної підготовки і статі. Враховуючи, що група обстежених студентів навчалася на 1-3 курсах Хмельницького інституту соціальних технологій, можна стверджувати про зв'язок отриманих результатів особливостей формування психофізіологічної організації системи переробки інформації із спеціальною професійною підготовкою в умовах навчання у вищому навчальному закладі.

Таким чином, під час дослідження здійснено аналіз літературних джерел, вивчено особливості фізичного розвитку та психічних функцій студентів соціально-гуманітарних спеціальностей в залежності від статі і доведено, що фізичний розвиток у студентів соціально-гуманітарних спеціальностей різної статі характеризується неоднаковим морфофункціональним дозріванням у хлопців і

дівчат. Особливості розумової працездатності і фізичного розвитку виявляються також і в психофізіологічних функціях: у хлопців наявністю кращих показників пам'яті і об'єму уваги у дівчат. В залежності від спрямованості спеціальної підготовки студентів відбувається гетерохронно формування психофізіологічної організації системи сприйняття та переробки інформації які є показником розумової працездатності студентів в умовах навчальної діяльності:

у хлопців, спеціальності «Психологія», виявилися кращі значення показників сприйняття часу та простору, порівняно із дівчатами спеціальності «Здоров'я людини» і «Соціальна робота», що пов'язано із особливостями професійної підготовки;

професійна спеціалізація мала також своє відображення і в розвитку видів мислення. Так, наприклад, у хлопців спеціальності «Психологія» було більш розвинуте оперативне, абстрактне, асоціативне і просторове мислення, а у дівчат спеціальності «Здоров'я людини» – логічне мислення.

Подальші дослідження передбачається провести у напрямку вивчення особливостей формування психофізіологічної організації у студентів з порушенням постави і студентів із затримкою психофізичного розвитку (ДЦП) в

залежності від спрямованості навчання і форм організації навчальної діяльності.

#### Список використаної літератури

1. Особливості фізіологічного механізму підвищення аеробної продуктивності організму біговими тренуваннями аеробної та анаеробної спрямованості / Ю.М. Фурман, О.О. Бекас // Педагогіка, психологія та мед.-біол. пробл. фіз. виховання і спорту. – 2003. – № 6. – С. 3-10. – Бібліогр.: 21 назв. – укр.
2. Грибан, Г. П., Опанасюк, Ф. Г. Шляхи поліпшення стану фізичної підготовленості студентської молоді // Проблеми фізичного виховання студентів. Матер. всеукр. наук.-метод. конф., Дніпропетровськ: ДНУ, 2003. – С. 25-26.
3. Дрозд, О. В. Фізичний стан студентської молоді України та його корекція засобами фізичного виховання: автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.02/ Волинск. держ. ун-т ім. Лесі Українки. – Луцьк, 1998 – 17 с.
4. Иванова, Г. Е. Оптимизация физкультурно-оздоровительной работы в технических высших учебных заведениях путем валеологического образования студентов: автореф. дис. ... канд. наук с физ. восп. и спорта: 24.00.02. (физ. культура, физ. воспитание разных групп населения) / Волин. гос. ун-т им. Леси Украинки. – Луцк, 2000. – 21 с.
5. Егорычев, А. О., Пенцик, Б. Н., Бондаренко, К. А., Смирнова, Ю. А. Здоровье студентов с позиции профессионализма // Теория и практика физической культуры. – 2003. - № 2. – С. 53-56.
6. Коробейников, Г. В. Физическая работоспособность и темп старения человека // Проблемы старения и долголетия.– 1996.– Т. 6, N 1–2.– С. 36–40.
7. Характеристика фізичного розвитку та здоров'я студентів за даними біологічного віку / В.Є. Білогур // Педагогіка, психологія та мед.-біол. пробл. фіз. виховання і спорту. – Х., 2001. – № 26. – С. 17-20
8. Кравченко О. К. Стан властивостей основних нервових процесів, функцій пам'яті та уваги у людей зрілого та похилого віку.: автореферат дис. . б. н. : 03.00.13\ Київський національний університет імені Тараса Шевченка . – Київ, 2000 р. – С. 8-9.
9. Особливості формування психофізіологічної організації у студентів в залежності від спрямованості навчання / Г.С. Петров, В.П. Ляшенко, І. В Кофан, І.В. Дрегваль, Г.В. Коробейніков // Педагогіка, психологія та мед.-біол. пробл. фіз. виховання і спорту. – 2006. – N 2. – С. 87-92.