

становлення когнитивної, афективної і поведенчеської підструктур самосознання младшого школьника. Установлені основні закономірності формування «Я-образу» ребенка младшого школьного візаста.

**Ключевые слова:** личность, самосознание, младший школьник, младший школьный возраст, «Образ Я», самоидентификация, академическая успеваемость.

**Summary.** The article analyzes the basic psychological and pedagogical aspects of research of development of elementary school students self-awareness study in terms of school environment. Self-awareness is considered in the context of achieving self-identity, personal growth, self-knowledge and spirituality, and in the light of the implementation of heuristic purposes of scientific research in the field of morality, a sense of dignity, particularly because of the deep crisis of social values. The mechanisms and factors of personality self-awareness arising, and the mechanisms and factors of his self-identity forming are characterized. The patterns of self-esteem forming as a major factor in shaping the identity of a child of elementary school age are found out. The main aspects of the impact of exclusion, alienation and acceptance of responsibility in the forming the child personality are analyzed. The connection of academic performance of elementary school children and the formation of personality self-identity is defined. The factor of self-awareness implementation of child of elementary school age through educational situations, community, "Image-I" was established. The features of cognitive, emotional and behavioral substructures of self-awareness of elementary school student are analyzed. The basic laws of formation of "I-image" of child of elementary school age are established.

**Key words:** personality, self-awareness, elementary school child, elementary school age, "Image I", self-identity, academic performance.

УДК 796.011.3

С.В. КУРЯЧИЙ

### ДИНАМІКА РІВНЯ ПСИХОФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ СТУДЕНТІВ

*В статті представлені данні досліджувань рівня психофізичної підготовленості студентів Національного юридичного університету імені Ярослава Мудрого на протязі усього періоду навчання. Встановлено, що найбільше розвиненими є силові показники. Низькі результати були показані при тестуванні серцево-судинної системи і працездатності.*

**Ключові слова:** психофізична підготовленість, здоров'я, студент, юрист, слідчий.

Постановка проблеми. Фізична культура є важливим засобом в системі підготовки майбутніх слідчих, формуванні у них необхідних знань, вмінь та якостей, зберігання високого рівня здоров'я та працездатності. Рівень фізичної підготовленості, грає велику роль в роботі слідчих і входить до складу такого поняття, як професійна придатність. Недостатній рівень розвитку їх психічних якостей, а також низький рівень фізичного стану ускладнює успішне оволодіння професійними навичками, знижує працездатність та може стати причиною звільнення. Відомо, що у студентів, особливо у перші роки навчання, перехід до нових умов життєдіяльності, викликає активну мобілізацію психічних та фізичних резервів, що в результаті може стати причиною виснаження організму і зниження, як фізичної, так і розумової працездатності [4, с. 29].

Однією з вирішальних умов, забезпечуючи результативність і продуктивність праці людини будь-якої професії є наявність міцного здоров'я та високої загальної працездатності, ґрунтуючись на необхідній фізичній підготовленості і нормальному фізичному розвитку [3, с. 12]. Фізична підготовленість співробітників правоохоронних органів, вважається у світовій практиці одним з головних критеріїв їх професійної придатності і важливішою складовою професіограми [2, 5, 7]. Головною метою предмета «Фізичне виховання» у ВНЗ є професійно-прикладна фізична підготовка. ППФП повинна базуватися на достатній загально-фізичній підготовленості, результат якої (у великій мірі) в свою чергу, залежить від рівня фізичного здоров'я студента [6, с. 17]. У зв'язку з тим, питання рівня індивідуального фізичного здоров'я студентів першого курсу, які вступили до Національного юридичного університету ім. Я.Мудрого, є актуальним для вирішення завдань подальшого удосконалення процесу професійно-прикладної фізичної підготовки майбутніх слідчих МВС.

Робота виконана у відповідності до плану НДР Національного юридичного університету ім. Я. Мудрого.

**Метою роботи** є дослідження рівня та порівняльна характеристика психофізичної підготовленості студентів першого курсу Інституту підготовки слідчих кадрів для МВС України на протязі навчання в Університеті

**Методика та процедура дослідження.** Для оцінки психофізичної підготовленості студентів використовувався метод тестування основних фізичних та фізіологічних якостей та рівня соматичного здоров'я (розрахунки по сьомі індексах). Оцінка індексів здійснювалась на підставі граничних значень (Круцевич Т.Ю. Апанасенко Г.Л., 1999). Кожен показник має п'ять ступенів (рівнів): низький, нижче середнього, середній, вище середнього, високий.

По загальній сумі балів (за кожний показник) оцінювався рівень соматичного здоров'я кожного студента [1, 4].

Студенти тестувались та обстежувались по наступним напрямкам:

- Вага. Зваження проводилось на медичних весах, у спортивному одязі.

- Зріст. Вимірювання проводилось без взуття на коліброваній лінійці.
- Сила (кiстi сильнiшої руки). Тестування проводилось за допомогою кистьового динамометра.
- Артеріальний тиск (систоличний). Визначався за допомогою електронного манометра.
- Життєва ємкість легень визначалась портативним сухим спірометром.
- Стрибок у довжину з місця проводився у спортивній залі; результат вимірювався рулеткою.
- Біг на 60 та 1000 метрів проводився на стадіоні. Результати фіксувались ручним електронним секундоміром

Індекси розраховувались за наступними формулами:

- Життєвий індекс визначався відношенням життєвої ємкості легень до маси тіла.
- Силовий індекс - відношення сили більш сильної руки до маси тіла.
- Оцінка рівня стану серцево-судинної системи визначалась за формулою: ЧСС зв 1хв. помножити на систолічний артеріальний тиск та поділити на 100 (тест Робінсона).
- Фізична працездатність визначалась за допомогою проби Руф'є.
- Швидкісний індекс є відношенням часу подолання 60м до маси тіла.
- Швидкісно-силовий індекс є відношення сили сильної руки до маси тіла, помноженого на 100.
- Індекс витривалості – відношення часу подолання бігом дистанції 1000 метрів помноженого на зріст до маси тіла.

Також було проведено дослідження рівня особистої тривожності та самопочуття за методикою Спілберга. Дані, отримані при дослідженні, були оброблені методами математичної статистики.

Індекси розраховувались за наступними формулами:

- Життєвий індекс визначався відношенням життєвої ємкості легень до маси тіла.
- Силовий індекс – відношення сили більш сильної руки до маси тіла.
- Оцінка рівня стану серцево-судинної системи визначалась за формулою: ЧСС зв 1хв. помножити на систолічний артеріальний тиск та поділити на 100 (тест Робінсона).
- Фізична працездатність визначалась за допомогою проби Руф'є.
- Швидкісний індекс є відношенням часу подолання 60м до маси тіла.
- Швидкісно-силовий індекс є відношення сили сильної руки до маси тіла, помноженого на 100.
- Індекс витривалості – відношення часу подолання бігом дистанції 1000 метрів помноженого на зріст до маси тіла

Дані, отримані при дослідженні, були оброблені методами математичної статистики.

**Аналіз результатів дослідження.** У дослідженні взяли участь 64 студентів першого, 57 студентів третього та 49 студента п'ятого курсів Інституту підготовки слідчих кадрів для органів МВС України.

Дані фізичних та фізіологічних показників досліджених приведені таблиці 1. Результати дослідження тривожності свідчать про те, що на всіх курсах рівень тривожності студентів – середній (від 36,45 до 41,26 балів). А рівень самопочуття вище у студентів третього курсу.

Таблиця 1

#### Усереднені дані фізичних та фізіологічних показників студентів

Показники	M±t		
	1 курс	3 курс	5 курс
Артеріальний тиск (мм р.ст.)	126±6,65	122±5,42	123±5,48
Життєва ємкість легень (л)	4,0±0,36	4,1±0,41	4,2±0,54
Вага (кг)	76±4,78	75 ±7,64	78±5,24
Сила (кг)	44±4,35	49±7,19	50±6,27
Стрибок у довжину з місця (см)	231±12	228±12,36	225±10,51
Зріст (см)	182±4,13	184±6,45	185±4,68
Біг на 60 м (сек)	8,4±0,35	8,2±0,38	8,5±0,32
Біг на 1000 м (хв.,сек)	3,49±0,23	3,32±0,14	3,24±0,26

Як видно, студентів третього курсу мають перевагу по всім показникам, окрім зросту: ЖЄЛ на 9,5%, у вазі на 6%, у силі на 12%, в бігу на 1000 м на 4,8%. Результати розрахунків індексів наведені у таблиці 2.

Можна побачити, що: показники життєвого і силового індексів у більшості студентів третього курсу мають рівень високий та вище середнього (у студентів першого курсу – середній); показники стану серцево-судинної системи на середньому рівні; швидкісний та швидкісно-силовий індекс на високому та вище середнього рівнях. Індекс витривалості у студентів першого курсу має значення середні та нижче середнього, студентів третього курсу – високі та вище середнього.

Загальний підрахунок за всіма індексами не виявив серед досліджених осіб з низьким та нижче середнього рівнів здоров'я.

Таблиця 2

## Дані індексів за результатами тестувань (%)

Показник	Нижче середнього			Середній			Вище середнього		
	1	3	5	1	3	5	1	3	5
<i>Курс</i>									
Життєвий індекс	18	4	29	65	75	59	17	21	12
Силовий індекс	21	18	20	46	49	55	33	33	25
Індекс Робінсона	40	29	36	45	35	44	15	35	21
Проба Руф'є	-	8	18	86	62	68	14	30	14
Швидкісний індекс	-	-	21	33	13	39	67	87	40
Швидкісно-силового індекс	-	-	7	2	2	29	98	98	64

Більшість студентів першого курсу мають середній та вище середнього рівні здоров'я. Так 68 % студентів першого курсу і 57 % студентів другого курсу мають середній рівень індивідуального соматичного здоров'я; 21 % та 30 % – вище середнього і тільки 11 % студентів першого курсу – високий (у третього курсу – 13 %).

**Висновки та перспективи подальшого дослідження.** Проведені дослідження показали достатньо непоганий рівень психофізичної підготовленості студентів першого курсу та студентів третього курсу – майбутніх слідчих МВС. Найбільш розвитими є силові показники, а найнижчі результати були показані при тестуванні серцево-судинної системи та працездатності.

Студентів третього курсу мають краще індивідуальне соматичне здоров'я (у зрівнянні з першим та п'ятим курсами). Це дає можливість успішно формувати професійно-прикладні навички у студентів, які вступили до Університету (в особливості студентів третього курсу), не витрачаючи багато часу на ЗФП.

Наступні дослідження будуть спрямовані на подальше вивчення психофізичного стану студентів та пошуків його покращення засобами фізичної культури і спорту.

## Список використаних джерел

1. Апанасенко Г.Л. Физическое развитие детей и подростков. / Г.Л. Апанасенко □ К.: Здоровья, 1985. – 80 с.
2. Бойко В.Ф. Методические материалы для подготовки слушателей к зачетам и экзаменам по курсу физподготовки. / В.Ф. Бойко □ К.: КВШ МВД СССР, 1990. □ 92 с.
3. Грачев О.К. Физическая культура: Учебное пособие / Под ред. доцента Е.В. Харламова. □ М.: ИКЦ «Март»; Ростов н/Д: Издательский центр «Март», 2005. □ 464 с.
4. Methods of investigation of individual health of children and adolescents in physical education / T.Yu. Krutsevich □ К.: Olympic literature, 1999. □ 230 p.
5. Luschak R. Role of special physical preparation in the educational-training process for police / R. Luschak // Young sports science of Ukraine: 36. Sciences. Art. □ Lviv, 2000. □ Issue 4. □ p. 190-193.
6. Ortis M. La defensa personal policial y Buquei. / M.Ortis □ FALMA, Granada, Espana, 2009 □ 124p.
7. Physical education of student: Textbook / Ed. V.I. Ilyinich. M.: Gardariki, 2005 □ 448p.

## References

1. Apanasenko G.L. Fizicheskoe razvitie detej i podrostkov. / G.L. Apanasenko □ К.: Zdorov'ja, 1985. – 80 s.
2. Bojko V.F. Metodicheskie materialy dlja podgotovki slushatelej k zacetam i jekzamenam po kursu fizpodgotovki. / V.F. Bojko □ К.: KVSh MVD SSSR, 1990. □ 92 s
3. Grachev O.K. Fizicheskaja kul'tura: Uchebnoe posobie / Pod red. docenta E.V. Harlamova. □ М.: IKC «Mart»; Rostov n/D: Izdatel'skij centr «Mart», 2005. □ 464 s.
4. Methods of investigation of individual health of children and adolescents in physical education / T.Yu. Krutsevich □ К.: Olympic literature, 1999. □ 230 p.
5. Luschak R. Role of special physical preparation in the educational-training process for police / R. Luschak // Young sports science of Ukraine: 36. Sciences. Art. □ Lviv, 2000. □ Issue 4. □ p. 190-193.
6. Ortis M. La defensa personal policial y Buquei. / M.Ortis □ FALMA, Granada, Espana, 2009 □ 124p.
7. Physical education of student: Textbook / Ed. V.I. Ilyinich. M.: Gardariki, 2005 □ 448p.

**Резюме.** В статье представлены данные исследования уровня психофизической подготовленности студентов Национального юридического университета имени Я. Мудрого на протяжении всего периода обучения. Установлено, что наиболее развитыми являются силовые показатели. Низкие результаты были показаны при тестировании сердечно-сосудистой системы и работоспособности.

**Ключевые слова:** физическая подготовленность, здоровье, студент, юрист, следователь.

**Summary.** The article presents dynamic of the psychophysical preparedness students at the deferent stage of education. In work the data of investigation the estimation of personal somatic students heath of the police investigating department of the Y.Mudry National low university at the deferent stage of education. For the estimation of psychophysical preparedness of students used the method of testing the basic physical and physiological qualities and

the level of somatic health (calculations on the seven indices). You can see that: indicators of life and power indices in most second year students have a level high and above average (in first year students-middle); indicators of the state of the cardiovascular system at the average level; speed and speed-power index high and above average levels. Index of endurance in first-year students is average and below average students second year-high and above average. It is established that the most advanced are power parameters. Low results have been shown at testing cardiovascular system and serviceability. It enables to form successfully professional – applied skills of students, not spending a lot of time for the general physical preparation.

**Key words:** psychophysical preparedness, health, student, lower, investigator.

УДК 159.9

Г.В. ЛОСИК

## ИНФОРМАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ И ИХ ВЛИЯНИЕ НА ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ ЧЕЛОВЕКА В ОНТОГЕНЕЗЕ

*В статье анализируются различные подходы к изучению информационных технологий, а также рассматривается влияние информационных технологий на психологическое здоровье человека. Показана ошибочность позиции психологов считать информационные технологии плодом технической революции. Предлагается концепция: информационные технологии есть плод техногенного витка дальнейшего развития психики человека в онтогенезе.*

**Ключевые слова:** информационные технологии, сознание, кибернетика, носитель информации, данные, смысл, психологическое здоровье

**Постановка проблемы.** Появление информационных технологий застало психологическую науку врасплах. В психологии ни одной теорией не предсказывались те феномены информационных технологий, которые в срочном порядке стали изучаться психологами сегодня. Ни одно новшество, происшедшее на планете за последние 500 лет, так не поменяло радикально психику человека, как информационные технологии. Пост-индустриальный период развития человеческой цивилизации – пустое название периода. Человек просто окунулся в еще одну индустрию, захлестнувшую предыдущую. Наступил техногенный виток развития психики, развития ее вне мозга. Информационные технологии стали самой сильной «входной переменной», изменившей психику человека, нарушившей «культурно-исторические» законы ее развития.

В том числе появление информационных технологий застало врасплах исследователей психологического здоровья. Психологи не предсказывали такого всплеска его изменений. «Психопатологические последствия» информационных технологий (ИТ) стали рассматриваться в качестве «выходной переменной»[1]. Теория поэтапного формирования умственных действий Гальперина не предполагала этапа освоения ребенком компьютера и интернета, теория социального научения Бандуры не предполагала, что социализация подростков будет проходить через Интернет в виде общения «в контакте», теория деятельности А.Н. Леонтьева ничего не говорит о том новом четвертом виде деятельности человека, о котором мы пишем ниже. В теории развития речи не предсказывались изменения онтогенеза речи ребенка, не расстающегося с игровым компьютером 12 часов в день, появления специфической компьютерных геймеров. Автор «радикального когнитивизма» В.М. Аллахвердов [1] не дает ответа, почему психологи не обнаруживали «радикальный когнитивизм» в психике человека лет 200-300 назад. И только работы Станислава Лема, В.Н. Пушкина, О.К. Тихомирова, А.В. Брушлинского уже 60-50 лет назад предвещали возможность появления вычислительных машин в качестве инструмента мышления человека [2].

**Цель статьи.** В этой статье мы показываем ошибочность позиции отечественных психологов, занимающихся психологическим здоровьем, считать ИТ плодом технической революции. В альтернативу этой позиции предлагается концепция *техногенного витка* дальнейшего развития психики человека. Согласно ей компьютер в итоге техногенеза стал вынесенной вовне частью психики субъекта, где сугубо символичные данные, обрабатываемые мозгом, на некоторое время размещаются на компьютерном носителе, а не в мозге на носителях-нейронах. Словесно-логическое мышление, оперирующее символическими данными, получило при этом внешнюю память для данных в текстовом виде и поиск в базе по *ключевому слову*. Образное и предметно-действенное мышление, оперирующее конкретными образами, получило внешнюю память в виде систем *виртуальной реальности*.

Концепция содержит гипотезу существования в Природе как материи, так и нематериального субстрата – информации, компонент «смысл» которой рождается сугубо сознанием. Предлагаемая концепция показывает бесперспективность рассматривать нарушения психологического здоровья от воздействия ИТ [1], призывов психологов к гуманизации ИТ, критике достоверности данных в интернете [3].

### **Результаты теоретического анализа.**

*Психологическое здоровье и развитие психики.*

Известны теории о закономерностях развития психики у человека в онтогенезе и филогенезе. Согласно Л.Н. Толстому на Психологическое здоровье отрицательно влияет технический прогресс, развитие индустрии. Согласно культурно-исторической теории развитие психики осуществляется благодаря ходу времени, культурной среде. Эта теория не предсказывала появления ИТ. Согласно А.Ш. Тхостову ИТ сегодня породили