

Концептуальна модель методик емпіричного дослідження психомоторної активності студентів–першокурсників у період адаптації до навчання

У статті розглядається теоретично обґрунтована та експериментальним шляхом перевірена комплексна система методик, яка володіє можливостями щодо вивчення і виявлення психомоторної активності студентів – першокурсників в період адаптації до навчання. Визначено найбільш адаптаційно значущі фактори для студентів вузу. Розроблені критерії, показники психомоторної активності студентів. Подано характеристику рівнів сформованості психомоторної активності та успішності навчальної діяльності студентів за критеріями.

Ключові слова: активність; психомоторна активність; критерії, показники, рівні психомоторної активності.

В статье рассматривается теоретически обоснована и экспериментальным путем проверенная комплексная система методик, которая владеет возможностями относительно изучения и выявления психомоторной активности студентов – первокурсников в период адаптации к обучению. Определено наиболее адаптационный значимые факторы для студентов вуза. Разработанные критерии, показатели психомоторной активности студентов. Подана характеристика уровней сформованности психомоторной активности и успеваемости учебной деятельности студентов за критериями.

Ключевые слова: активность; психомоторная активность; критерии, показатели, ранги психомоторной активности.

Постановка проблеми. Становлення особистості – майбутнього спеціаліста, здійснюється протягом усього терміну навчання у вищому навчальному закладі. З перших днів навчання і впродовж усіх етапів навчально-виховного процесу студенти проявляють та продовжують розвивати свою психомоторну активність. Це можливо завдяки прагненню до розвитку у різних сферах діяльності, виявленні у себе нових якостей та можливостей, здатності ставити перед собою реальні цілі, адаптації до навколишнього світу, усі ці умови сприяють особистісному зростанню людини.

Актуальною проблемою на сьогодні є психомоторний розвиток студента, який розглядається як суб'єкт власної життєвої ак-

тивності, в якій від успішності адаптації залежить активність особистості.

Активність – основна властивість і в той же час постійний стан будь-якого живого організму, у тому числі і людини, що забезпечує життєдіяльність організму, психіки та свідомості, шлях безперервної зміни внутрішніх і зовнішніх функцій індивіда відповідно до ситуації та особистісних диспозицій [1].

Під час навчання психомоторну активність розглядають як здатність студента до свідомої діяльності, в процесі якої здійснюється перетворення себе та навколишнього середовища на основі засвоєння знань.

Л.С.Роговик розуміє під психомоторною активністю інтегровану здатність людини, спрямовану на психічно обумовлені розумові та моторні дії з визначення форми, змісту і способів розв'язання пізнавальних задач. При цьому внутрішніми чинниками регуляції психомоторної активності виступають мовлення, почуття, образи, а зовнішніми – простір, темп і ритм діяльності [6, с.37].

На думку А.І.Шинкарюка, психомоторна активність має забезпечувати відображувальну і регуляторну функції психіки насамперед з метою збільшення свободи суб'єкта як у рушійних силах, так і в процесуальних можливостях [7].

Мета статті – представити теоретично обґрунтовану та експериментальним шляхом перевірену комплексну систему методик, яка володіє можливостями щодо вивчення і виявлення психомоторної активності студентів – першокурсників у період адаптації до навчання.

Основний матеріал

Питання адаптації досліджували багато науковців, зокрема Ф.Б. Березін [2], В.П. Казначеев [3], О.М. Кокун [4], М.С. Корольчук [5] вони відзначають, що ефективність адаптації людини залежить від багатьох особливостей, а саме: особистісних, нейродинамічних, психологічних, конституційно-морфологічних, психодинамічних, соціально-психологічних, індивідуально-типологічних та інших.

Розглядаючи особливості психомоторної активності студентів в період адаптації, ми стикнулися із проблемою, що науковці по-різному розглядають дану особливість і немає однозначних критеріїв, показників і рівнів психомоторної активності студентів-першокурсників.

Тому, вважаємо за необхідне дослідити стан адаптованості студентів до навчальної діяльності, як можливість ефективного виконання діяльності на даному етапі розвитку та розробити свої критерії, показники та рівні психомоторної активності студентів.

Визначимо, що загальними найбільш адаптаційно значущими факторами для студентів вузу, в яких проводилися дослідження, є:

- продуктивність у навчальній діяльності;
- особистісні особливості особистості;
- енергетичні характеристики особистості;
- координаційні особливості особистості.
- нейродинамічні характеристики особистості.

Перший фактор «Продуктивність у навчальній діяльності» визначається такими показниками, як:

- усвідомлення ролі студента та оволодіння навичками навчальної діяльності;
- виконання вимог викладача;
- засвоєння матеріалу з різних дисциплін;
- бажання отримати знання в певній галузі;
- зацікавленість, ініціативність у навчальній діяльності;
- впевненість у власних знаннях;
- виконання навчального навантаження;
- великий інтерес до вивчення загальних та спеціальних предметів;
- прояв самостійності в навчальній діяльності;
- організація навчання та відпочинку;
- вміння логічно правильно будувати висловлювання.

Другий фактор “Особистісні особливості особистості” проявляється в таких показниках:

- адекватне сприйняття себе і своїх соціальних зв’язків;
- комунікабельні під час спілкування;
- відчуття емоційного комфорту;
- послідовність у досягненні своїх цілей;
- відсутність внутрішньої напруги та тривоги;
- знаходження необхідних механізмів і форм поведінки при розв’язанні внутрішніх і зовнішніх конфліктів;
- вміння здійснити саморегуляцію поведінки та діяльності;
- низький рівень тривожності;
- здатність до адекватної самооцінки;
- гарні міжособистісні взаємини студентів.

Третій фактор “Енергетичні характеристики особистості” розкривається в таких показниках, як:

- цілеспрямована діяльність;
- концентрація на виконанні завдання;
- переключення з однієї ситуації на іншу;
- зосередженість та спрямованість уваги на об’єкті;
- чіткість і ясність сприймання матеріалу;

- здійснення одразу декількох дій, зберігаючи їх у полі зору;
 - виконання одночасно двох розумових дій з різним змістом;
- Четвертий фактор “Координаційні особливості особистості”

розкривається в таких показниках, як:

- темп і ритмічність роботи;
- високий темп діяльності;
- керування узгодженістю і відповідністю рухів;
- утримання необхідної пози;
- свідоме програмування рухової дії;
- рухи без напруги;
- утворення цілісних координацій;
- подолання надмірних ступенів свободи;
- точність та правильність рухів.

П’ятий фактор “Нейродинамічні характеристики особистості” характеризується такими показниками:

- можливість витримувати тривале або сильне навантаження;
- тривале і концентроване збудження;
- продуктивність за різних умов;
- впевненість у собі;
- пристосування до різких змін обстановки;
- відповідність і завзятість діяльності;
- швидкість переробки інформації;
- тривала працеспроможність;
- пристосування до різких і несподіваних змін обстановки;
- стриманість та витримка в поведінці;
- активність у діяльності.

Для того, щоб реалізувати дані компоненти розробили методiku дослідження адаптації студентів, яка включала: комплекс методик для визначення показників за кожним компонентом; процедуру виявлення зв’язку між показниками кожного компонента з результатами навчальної діяльності; встановлення інтегрального значення рівня сформованості кожного компонента.

Саме тому, що не існує єдиної методики, яка б змогла однозначно діагностувати адаптацію, психомоторну активність, успішність навчання, була запропонована експериментальна комплексна програма. Зазначимо, що дана програма досліджує складові психомоторної активності особистості та рівень успішності навчання.

Аналіз психодіагностичного дослідження представлений у таблиці 1.

Дослідження успішності навчання студентів у вищому навчальному закладі було здійснено на основі аналізу підсумкової атестації студентів-першокурсників.

**Схема психодіагностичного дослідження складових
психомоторної активності студентів**

| Критерії | Показники | Інструментарій |
|--|--|--|
| Особистісні особливості особистості | | |
| Соціально-психологічна адаптація, стан тривожності | Адаптивність, прийняття інших, самоприйняття, емоційна комфортність, інтернальність, прагнення до домінування, ситуативна тривожність, особистісна тривожність | Методика дослідження соціально-психологічної адаптації К.Роджерса-Д.Даймонда. Визначення тривожності за Спілбергом-Ханіна |
| Нейродинамічні характеристики особистості | | |
| Нервові процеси | Рухливе збудження, інертне збудження, рухливе гальмування, інертне гальмування, збудження, гальмування, сила нервової системи | «Теплінг-тест» та кінематометричні методики С.П.Львіна |
| Координаційні особливості особистості | | |
| Координованість | Зміна стереотипності письма дослідження свободи особистості від стереотипів | Методика К.Платонова |
| Енергетичні характеристики особистості | | |
| Уважність | Розподіл, переключення, обсяг, концентрація уваги | Коректурна проба Бурдона |

Методики, які входять до комплексу дослідження, валідні, надійні та об'єктивні. Більшість методик можна застосовувати груповим методом, що дасть можливість за короткий час отримати інформацію про велику кількість досліджуваних. В експериментальній програмі методики підібрані таким чином, що вони взаємодоповнюють одна одну, що дає можливість комплексно дослідити психомоторну активність студента.

Експериментальне вивчення психомоторної активності у студентів-першокурсників у вищому навчальному закладі проводилося у два етапи:

- перший – встановлення рівнів за усіма показниками психомоторної активності та успішності навчання.
- другий – знаходження кореляційних зв'язків між показниками психомоторної активності та успішністю навчання студентів-першокурсників у вищому навчальному закладі.

На основі осмислення й узагальнення ключових положень з проблеми дослідження, ми визначили три рівні сформованості психомоторної активності студентів та продуктивності навчальної

діяльності в процесі адаптації до навчання: високий, середній та низький (таблиця 2). Узагальнюючи теоретичний аналіз методик дослідження, нами була розроблена якісна характеристика оціночних показників психомоторної активності студентів-першокурсників та успішності навчання.

Таблиця 2

Характеристика рівнів сформованості психомоторної активності та успішності навчальної діяльності студентів за критеріями

| Високий | Середній | Низький |
|---|---|--|
| Продуктивність у навчальній діяльності | | |
| Програмний матеріал студентом засвоюється повністю. Відповідь базується на рівні самостійного мислення з елементами творчості. Дає правильні вичерпні відповіді на питання. Студент вільно володіє категоріями дисципліни, глибоко знає понятійний апарат, добре орієнтується в матеріалі, робить правильні висновки з тих чи інших явищ, бачить різницю між фактами і наслідками, користується набутими знаннями в практичному житті, вміє на папері логічно і послідовно викласти свою думку з тих чи інших питань навчального матеріалу. Виявляє зацікавленість до самостійної роботи, готується до всіх видів навчальної діяльності | Засвоює основний зміст навчальної програми з усіх дисциплін. Відповідь студента базується на рівні самостійного мислення. Проявляє добрі знання з навчальних дисциплін. Виклад матеріалу здійснює по суті. Студенту слід оволодіти навиками практичних оцінок проблем і роботи з цього правильні висновки. Разом з тим можливі неістотні неточності у відповіді, не бездоганне вміння орієнтуватись у навчальному матеріалі. Майже завжди виконує додаткові завдання. Ініціативу проявляє інколи. Має бажання самостійно працювати, але не вистачає знань | Матеріал, який пояснюють викладачі, засвоює фрагментарно, під час виконання самостійних завдань не виявляє інтересу. Відповідь студента будується на рівні репродуктивного мислення. Разом з тим, недостатньо знає структуру курсу, допускає неточності, теоретичні помилки. Мають місце порушення послідовності у викладенні матеріалу. Студент засвоїв лише основну частину програмного матеріалу, є невеликі труднощі у застосуванні набутих знань при оцінці фактів і явищ. Невміння логічно правильно побудувати висловлювання, невпевнений у власних знаннях, має низьку мотивацію до навчання |
| Особистісні особливості особистості | | |
| Оптимальний рівень тривожності. Вони не відчувають серйозних труднощів, справляються з навчальним навантаженням, | Схильні до стресів у певній ситуації. Вони переживають свої успіхи й невдачі, але переживання не зачіпає їх так глибоко. Працездатність не | Відчуття неусвідомленої загрози, відчуття побоювання. Сприйняття негативного до себе відношення, загрози своїй самоповазі. Спостерігаються |

| | | |
|--|--|---|
| <p>комунікабельні при спілкуванні. Переважання позитивно забарвлених емоцій, бажання та уміння працювати самостійно та організовано. Досить легко адаптуються до нових умов діяльності, швидко входять у новий колектив, досить легко і адекватно орієнтуються в будь-якій ситуації, швидко виробляють стратегію своєї поведінки. Як правило, не конфліктні, мають високу емоційну стійкість</p> | <p>можна назвати низькою, однак вона помітно падає впродовж навчального дня. Більшість представників цієї групи мають ознаки різних акцентуацій, що у звичних умовах частково компенсовані і можуть виявлятися при зміні діяльності. Тому успіх адаптації залежить від зовнішніх умов середовища. Мають невисоку емоційну стійкість. Можливі асоціальні зриви, прояв агресії і конфліктності. Вони потребують індивідуального підходу, постійного спостереження, корекційних заходів. В основному відповідають вимогам, що пред'являються як до учасника навчально-виховного процесу</p> | <p>емоційні зриви, які інколи призводять до спалахів конфліктності у міжособистісних стосунках як з однолітками, так і з викладачами та оточенням. Не вірять у свої сили, через виражену тривогу в ситуаціях публічної перевірки знань, постійно очікують негативного ставлення до себе, болісно ставляться до покарань і похвали з боку викладачів та студентів. Можливі нервово-психічні зриви. Це свідчить про недостатній рівень розвитку адаптаційних можливостей особистості. Не відповідають вимогам, які ставляться до студентів в умовах навчальної діяльності</p> |
| <p>Енергетичні характеристики особистості</p> | | |
| <p>Зосередженість та спрямованість свідомості на об'єкти, здатність утримувати в центрі уваги точне число різнорідних об'єктів одночасно. Швидкість переходу з одного об'єкта на інший. Завжди зосереджені на новому змісті інформації. Переважає післядовільна увага</p> | <p>Важко переключається на інше завдання. Певні труднощі виникають при виконванні одночасно двох розумових дій з різним змістом. Важко обмірковувати думку і одночасно слухати роздуми інших. Переважає довільна увага</p> | <p>Проявляє нестійкість, не здатність до розподілу та переключення. Увага людини швидко погіршується. Знаходиться в стані розсіяності. Переважає мимовільна пам'ять</p> |
| <p>Координаційні особливості особистості</p> | | |
| <p>Узгоджені поєднання рухів, правильність і точність виконання довільних рухів. Подолання надлишкових ступенів волі рухів</p> | <p>Свідоме, але невміле виконання завдання, наявність багатьох зайвих рухів. Через інтенсивну концентрацію довільної уваги не зовсім</p> | <p>Чітке розуміння цілі, але невразне уявлення способів її досягнення. Неякісне виконання довільних рухів, із допусканням</p> |

| | | |
|---|--|--|
| <p>Спроможність перебудувати моторний стереотип письма. Високий показник часу координації</p> | <p>точне виконання дії. Пошукові спроби ефективних шляхів об'єднання рухів в дію</p> | <p>великої кількості грубих помилок. Не спроможність перебудувати моторний стереотип письма, через загальну м'язову напруженість</p> |
| <p>Нейродинамічні особливості особистості</p> | | |
| <p>Притаманний високий рівень працеспроможності, стійкості по відношенню до різних впливів. Вони без особливої напруги можуть працювати тривалий час, їх не лякає відповідальна, напружена робота, навіть якщо її треба зробити за обмежений проміжок часу. Протягом навчального дня відсутня втома, спостерігається тривала робота без перерви на відпочинок, їх не збентежують несподівані питання, часте переключення уваги, неспокійна обстановка. Правильність їх відповідей залежить від того, який заданий темп роботи. Вони менш чутливі до зауважень викладачів. Переживають почуття незадоволення, роздратування при одноманітній монотонній роботі, особливо в кінці виникає відволікання на інші завдання, що і приводить до низької продуктивності</p> | <p>Характерна середня захищеність від тривалих нервово-психічних навантажень, стресів і інших сильних дій на психіку</p> | <p>При напруженій роботі вони швидко втомлюються, втрачають працездатність, починають допускати помилки, поволі засвоюють матеріал. Вибирають таку роботу, де рідше виникають несподівані ситуації, що вимагають певної перебудови. Не люблять працювати в дефіциті часу, що викликає дискомфорт, знижується якість роботи. Ефективність роботи різко падає в умовах шумної ситуації, що спричинює появу помилок. Для того, щоб уникнути можливих невдач, вони прагнуть якомога точніше виконувати завдання, складають плани в письмовій формі, багато разів перевіряють свою роботу. Полюбляють виконувати одноманітну роботу легко, практично без помилок, не перестрибують з одної операції на іншу</p> |

Методика емпіричного дослідження виявляє ступінь розвитку складових психомоторної активності та успішності навчання. Всі етапи експериментальної програми дослідження взаємодоповнюють один одного, що дає можливість комплексно оцінити студента.

За отриманими результатами проведеного дослідження був проведений кореляційний аналіз психомоторних показників та успішності навчання. В якості міри кореляції нами був обраний коефіцієнт кореляції Пірсона (rs), обчислення якого здійснювалося за допомогою комп'ютерної програми SPSS 13.0 for Windows [<http://www.spss.com/spss/>].

Аналізуючи характер кореляційних зв'язків ми зробили висновок, що існує кореляційний зв'язок між відповідними показниками, такими як:

– ситуативна тривожність та успішність навчальної діяльності (0,523** при $p \leq 0,01$), особистісна тривожність та успішність навчальної діяльності (-0,395** при $p \leq 0,01$) пов'язані між собою статистично значущими негативними коефіцієнтами кореляції, що дає можливість підтвердити наявність протилежного зв'язку, тобто зменшуючи тривожність будемо підвищувати успішність у навчальній діяльності;

– адаптивність і успішність навчальної діяльності (0,450** при $p \leq 0,01$) передбачає наявність прямого зв'язку: чим вища статистична значущість однієї перемінної, тим вище значення іншої. Таким чином, якщо буде збільшуватися адаптація, то буде покращуватися успішність навчання, і навпаки;

– непрямий взаємозв'язок адаптації та ситуативної (-0,389** при $p \leq 0,01$), особистісної тривожності (-0,433** при $p \leq 0,01$), зокрема, зростання рівня тривожності призводить до зниження рівня соціально-психологічної адаптованості (тобто відсутність тривожності є її показником);

– увага та успішність навчальної діяльності (0,815** при $p \leq 0,01$), увага і адаптація (0,355** при $p \leq 0,01$) пов'язані між собою статистично значущими коефіцієнтами кореляції, що і підтверджує зв'язок між відповідними показниками;

– сила нервової системи та успішність навчальної діяльності (0,533** при $p \leq 0,01$), сила нервової системи та адаптація студентів (0,232* при $p \leq 0,05$).

– координаційні особливості особистості та успішність навчальної діяльності, пов'язані між собою статистично значущими коефіцієнтами кореляції при $p \leq 0,05$, що і підтверджує зв'язок між відповідними показниками.

Висновки та перспективи. Отже, усі зазначені компоненти психомоторної активності взаємопов'язані та впливають один на одного, складають цілісну системну єдність, яка забезпечить ефективність навчальної діяльності. Подальше впровадження методики дослідження дасть змогу констатувати результати

дослідження, виявити сформовані рівні психомоторної активності студентів у період адаптації до навчальної діяльності. Враховуючи результати констатувального експерименту в даному напрямі плануємо розробити тренінгову програму, яка дасть можливість студентам покращити свою психомоторну активність в період адаптації до навчальної діяльності.

Список використаних джерел

1. Алексеева Л.Ф. Психология активности личности / Л.Ф.Алексеева. – Новосибирск, 1996. – 260 с.
2. Березин Ф.Б. Психическая и психофизиологическая адаптация человека / Ф.Б.Березин. – Л.:Наука, 1988. – 270 с.
3. Казначеев В.П. Современные аспекты адаптации/В.П.Казначеев. – Новосибирск: Наука,1980. – 92 с.
4. Кокун О.М. Оптимізація адаптаційних можливостей людини психофізіологічний аспект забезпечення діяльності: монографія / О.М.Кокун. –К.:Міленіум, 2004. – 265 с.
5. Корольчук М.С. Психофізіологія діяльності: Підручник для студентів вищих навчальних закладів. – 3-є вид / М.С.Корольчук. – К.:Ельга, Ніка-Центр, 2008. – 400 с.
6. Роговик Л.С. Психомоторика дитини / Л.С.Роговик. – К.: Главник, 2005. – 112 с.
7. Шинкарук А.І. Рівні побудови рухів і смислової структура дії: монографія / А.І.Шинкарук.– Кам'янець-Подільський: ФОП Сисин О.В., 2008. – 200 с.

Theoretically based and checked by experimental way complex system of methodics which has possibilities to study and find psychomotorial activity of students – freshmen in the period of adaptation to study is described in this article. The most important factors of students adaptation are determined. The characteristic of the levels of formation of psychomotorial activity are determined. The criteria indexes of psychomotorial activity of students are determined. Description of levels of formation of psychomotorial activity and progress of educational activity of students is given.

Keywords: activity; psychomotorial activity; criteria, indexes of psychomotorial activity.

Отримано: 26.08.2010