

## РОЗВИТОК ВИЩОЇ ШКОЛИ

УДК 378.015.3:796

В. В. ПІЧУРІН<sup>1\*</sup>

<sup>1\*</sup>Каф. «Фізичне виховання», Дніпропетровський національний університет залізничного транспорту імені академіка В. Лазаряна, вул. Лазаряна, 2, Дніпропетровськ, Україна, 49010, тел. +38 (056) 373 15 64, ел. пошта valeriypichurin@gmail.com, ORCID 0000-0002-3893-375x

### РІВЕНЬ РОЗВИТКУ ПСИХОЛОГІЧНОЇ І ПСИХОФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ СТУДЕНТІВ ДО ПРОФЕСІЙНОЇ ПРАЦІ НА ЗАЛІЗНИЦІ

**Мета.** Спеціальності залізничного транспорту висувають високі вимоги до розвитку ряду характеристик психологічної та психофізичної сфери особистості спеціаліста. Для організації цілеспрямованої роботи з їх ефективного формування студентам необхідно мати чітку інформацію стосовно існуючих тенденцій. Необхідно виявити ці тенденції. Таким чином, мета дослідження – встановити рівень розвитку ряду складових психологічної та психофізичної готовності до професійної праці в студентів-залізничників. **Методика.** У дослідженні використано методики психологічної діагностики (шкала оцінки рівня ситуативної та особистісної тривожності Ч. Спілбергера, опитувальник рівня суб'єктивного контролю Є. Ф. Бажина, розроблений на основі шкали рівня локусу контролю Дж. Роттера, тест Мюнстерберга, коректурна проба Бурдона), спеціальні фізичні вправи для оцінки сенсомоторних характеристик (швидкості в діях, стійкості вестибулярних реакцій). **Результати.** Встановлено існуючі тенденції відносно рівня розвитку в студентів: ситуативної та особистісної тривожності, рівня суб'єктивного контролю, вибірковості уваги, концентрації й стійкості уваги, швидкості в діях, стійкості вестибулярних реакцій. **Наукова новизна.** Новаторство в дослідженні полягає у виявленні рівня розвитку в студентів-залізничників ряду показників психологічної та психофізичної підготовленості до професійної праці. **Практична значимість.** Дані, отримані в процесі дослідження, дають уявлення про існуючі реалії відносно психологічної і психофізичної підготовленості студентів до професійної праці. Це є підґрунтям для організації цілеспрямованої роботи з формування в студентів психологічної й психофізичної підготовленості в ході навчальних занять.

*Ключові слова:* психологічна і психофізична підготовка; тривожність особистості; рівень суб'єктивного контролю; увага; швидкість у діях; стійкість вестибулярних реакцій

#### Вступ

Враховуючи велику професійну значимість, нами було виконано дослідження ефективності розвитку концентрації і стійкості уваги у студентів-залізничників в процесі їх психологічної і психофізичної підготовки під час занять з фізичного виховання. Важливим завданням вищої школи є формування в суспільно і професійно-значимому напрямку особистості майбутнього фахівця. Фізичне виховання має для цього суттєвий потенціал. Одним із напрямків його

використання в зазначеному контексті є психологічна і психофізична підготовка студентів до майбутньої професійної діяльності. Психологічна і психофізична підготовка розглядається автором як зорієнтоване на професію доповнення до навчальної дисципліни «фізичне виховання», головною метою якого є формування психологічної і психофізичної готовності. Необхідність проведення такої роботи визначається низкою обставин. Як зазначають психологи [10], стала типовою для життя і діяльності

## РОЗВИТОК ВИЩОЇ ШКОЛИ

людини необхідність приймати відповідальні рішення в ситуаціях з невизначеністю, яка пов'язана з дефіцитом або надлишком вхідної інформації. Це, зокрема, є характерним для більшості видів складної професійної діяльності, до складу яких входять і спеціальності залізничного транспорту. Сьогодні порушується питання про формування стресостійкості особистості, яка суттєво впливає на професійну діяльність в екстремальних умовах, забезпечує збереження працездатності і здоров'я [4]. У вирішенні зазначеної проблеми треба використовувати увесь можливий комплекс засобів, в тому числі і засоби фізичного виховання. Таку точку зору обстоює і відомий дослідник Ю. Л. Ханін, який вивчав питання управління емоційним станом студентів засобами фізичного виховання [11]. На нашу думку, на користь використання фізичного виховання в зазначеному контексті свідчить і сучасний погляд в психології на емоції як багатокомпонентне явище [12, 13, 14].

Одним із головних напрямків вдосконалення фізичного виховання як навчальної дисципліни у вищих навчальних закладах обґрунтовано вважається підсилення його професійної спрямованості. Вища школа – школа професійна. Відповідним має бути і вузівське фізичне виховання. Проблема удосконалення професійної спрямованості фізичного виховання досліджувалась за різними напрямками [1, 2, 3, 6, 7, 8, 9] та ін. Констатується, що існуюча система фізичного виховання не забезпечує в повній мірі психофізичну готовність випускників вузів до життєдіяльності і професійної праці і потребує подальшого вдосконалення. Наголошується на особливій актуальності досліджень, спрямованих на вирішення проблем вдосконалення професійної спрямованості фізичного виховання студентів [1].

### Мета

Метою роботи є з'ясування реального рівня розвитку низку характеристик студентів-залізничників, які впливають на їх психологічну і психофізичну готовність.

Завдання дослідження:

1. Виявити рівень ситуативної і особистісної тривожності студентів та рівень їх суб'єктивного контролю.

2. Встановити рівень розвитку вибірковості та концентрації і стійкості уваги у студентів.

3. Встановити рівень розвитку сенсомоторних процесів у студентів (швидкості у діях, стійкості вестибулярних реакцій).

### Методика

В дослідженні брали участь 420 студентів ДНУЗТ ім. акад. В. А. Лазаряна. З них 345 – юнаки і 75 – дівчата. Всі студенти навчалися на першому курсі таких факультетів як «Мости і тунелі», «Електрифікація залізниць», «Механічний», «Управління процесами перевезень», «Організація будівництва доріг та експлуатація колії», «Промислове та цивільне будівництво», «Економіка та менеджмент на транспорті», «Технічна кібернетика». Вік учасників дослідження складав 17–18 років.

Діагностику показників психологічної і психофізичної підготовленості виконували з використанням таких засобів. Під час діагностики ситуативної і особистісної тривожності у студентів використовувалась шкала оцінювання рівня ситуативної і особистісної тривожності Ч. Спілбергера в адаптації Ю. Л. Ханіна. Рівень суб'єктивного контролю вимірювався з допомогою опитувальника рівня суб'єктивного контролю Є. Ф. Бажина, розробленого на основі шкали локусу контролю Дж. Роттера. Вибірковість уваги у студентів визначалась із застосуванням тесту Мюнстерберга, а такі її характеристики як концентрація і стійкість – із застосуванням коректурної проби Бурдона. Оцінка сенсомоторних процесів у студентів здійснювалось з використанням спеціальних фізичних вправ [5]. Так для оцінювання швидкості у діях студенти виконували кидки баскетбольного м'яча в коло. Ставилось завдання виконати якомога швидше 20 кидків м'яча в стіну (в коло діаметром 50 см) з відстані в два метри. Результат, більший за 21 секунду, вважався низьким. Стійкість вестибулярних реакцій оцінювалась за допомогою таких вправ, як біг на 25 метрів з одночасним виконанням п'яти поворотів (обертів на 360 °) та стійкість після виконання перекидань. Під час виконання першої вправи ставилось завдання виконувати біг в коридорі шириною 150 см. Спочатку студенти виконували звичайне пробігання, а потім, пробігання з поворотами. Враховувалось збільшення часу пробігання і кількість виходів із коридору. Результат вважався відмінним у тому випадку,

## РОЗВИТОК ВИЩОЇ ШКОЛИ

якщо час пробігання збільшувався не більше, ніж на три секунди і не було допущено жодного виходу із коридору. При збільшенні часу більш ніж на 5 секунд або у випадку двох виходів із коридору, фіксувалась підвищена вестибулосоматична реакція. Під час виконання другої вправи студенти виконували 5 перекидань вперед за 10 секунд. Здатність впевнено зберігати основну стійку після виконання перекидань оцінювалась оцінкою «відмінно». При наявності нестійкості зі сходженням з місця до одного кроку ставилась оцінка «добре», до двох кроків – «задовільно», при більш значних відхиленнях або падінні – «незадовільно».

## Результати

За показником ситуативної тривожності отримано такі результати (табл. 1). У юнаків ( $n = 345$ ) 314 чоловік показали низький рівень ситуативної тривожності, що склало 91 %. Помірний рівень ситуативної тривоги був зафіксований у 31 студента, що склало 9 %. Високий рівень ситуативної тривоги зафіксовано не було. У дівчат ( $n = 75$ ) низький рівень ситуативної тривожності показали 43 студентки, що склало 57 %. Середній – 32, що склало 43 %. Високий рівень цієї характеристики особистості, як і у юнаків, зафіксовано не було.

Таблиця 1

Рівень ситуативної тривожності студентів.  $N = 420$ 

Table 1

Level of students situational anxiety. $N = 420$				
Рівні ситуативної тривожності	Юнаки		Дівчата	
	кількість	%	кількість	%
Низький	314	91	43	57
Помірний	31	9	32	43
Високий	0	0	0	0

За критерієм особистісної тривожності розподіл відбувся таким чином (табл. 2). У юнаків ( $n = 345$ ) 41 чоловік продемонстрували низькі показники, що склало 12 %. До помірного рівня відносяться показники 255 студентів, що складає 74 %. Високі показники зафіксовано у 49 студентів, що склало 14 %. У дівчат ( $n = 75$ ) низький рівень особистісної тривожності не зафіксовано. В той же час помірні результати

зафіксовано у 38 студенток, що складає 51 %. Високі – у 37 студенток, що складає 49 %.

Таблиця 2

Рівень особистісної тривожності студентів.  $N = 420$ 

Table 2

Level of students personal anxiety.  $N = 420$ 

Рівні ситуативної тривожності	Юнаки		Дівчата	
	кількість	%	кількість	%
Низький	41	12	0	0
Помірний	255	74	38	51
Високий	49	14	37	49

Діагностика рівня суб'єктивного контролю дала змогу виявити (табл. 3). Що, серед юнаків ( $n = 345$ ) у 72 виявлено високий рівень суб'єктивного контролю, що складає 21 %. Середній рівень розвитку характеристики показали 273 студенти, що складає 79 %. Низький рівень не зафіксовано. У дівчат ( $n = 75$ ) високий рівень суб'єктивного контролю виявлено у 14, що складає 19 %. Середній – у 61, що складає 81 %. Низький – не зафіксовано.

Таблиця 3

Рівень суб'єктивного контролю студентів.  $N = 420$ 

Table 3

Level of students personal control.  $N = 420$ 

Рівні суб'єктивного контролю	Юнаки		Дівчата	
	кількість	%	кількість	%
Низький	0	0	0	0
Середній	273	79	61	81
Високий	72	21	14	19

Результати дослідження вибіркості уваги у студентів наведено у табл. 4. За шкалою від 1 до 5 показники юнаків ( $n = 345$ ) розподілись таким чином. Результат, що дорівнював одному балу, показали 3 студенти, що складає 1 %. Результат, що дорівнює двом балам, показав 31 студент, що складає 9 %. На рівні трьох балів результат показали 83 студенти, що склало 24 %. У чотири бали оцінено роботу 138 студентів, що склало 40 %. П'ять балів отримали 90 студентів, що склало 26 %. У дівчат

## РОЗВИТОК ВИЩОЇ ШКОЛИ

( $n = 75$ ) виявлено, що результати на рівні одного і двох балів не показав ніхто. На рівні трьох балів себе проявили 2 студентки, що склало 3 %. У чотири бали оцінено результати 30 студенток, що склало 40 %. У п'ять балів оцінено роботу 43 студенток, що склало 57 %.

Таблиця 4

**Вибірковість уваги студентів. N=420**

Table 4

Бали	Юнаки		Дівчата	
	кількість	%	кількість	%
1	3	1	0	0
2	31	9	0	0
3	83	24	2	3
4	138	40	30	40
5	90	26	43	57

Результати діагностики рівня розвитку концентрації і стійкості уваги у студентів наведено у табл. 5. За шкалою від 1 до 9 [5] показники юнаків ( $n = 345$ ) розподілились таким чином. Результат на рівні одного бала показали 52 студенти, що становить 15 %. На рівні двох балів роботу виконали 76 студентів (22 %). 83 учасники дослідження спрацювали на три бали, що становить 24 %. Чотири бали набрали 48 студентів (14 %). На рівні п'яти і шести балів спрацювали 35 і 34 студенти відповідно, що становить по 10 %. У сім балів оцінено результат 7 учасників (2 %). Вісім балів було нараховано за показники 10 студентів, що складає 3 %. На рівні дев'яти балів результатів не було зафіксовано. У дівчат ці ж показники розподілились таким чином. На рівні одного бала результатів не зафіксовано. Два і три бали отримали по 4 студентки, що склало по 5 %. 19 дівчат справились із завданням на чотири бали (25 %). На п'ять балів роботу виконали 26 студенток, що склало 35 %. Шість балів вдалось набрати 4 дівчатам (5 %). На рівні семи балів проявили себе 18 студенток, що склало 25 %. Вісім і дев'ять балів не набрала жодна із дівчат.

Під час діагностики рівня розвитку деяких сенсомоторних процесів у студентів за показником швидкості у діях (табл. 6) низький рівень продемонстрували 169 студентів, що становить

49 %. Достатній рівень виявлено у 176 студентів, що становить 51 %.

Таблиця 5

**Концентрація і стійкість уваги студентів (у балах). N = 420.**

Table 5

**Concentration and attention fixation of students (in points). N = 420**

Бали	Юнаки		Дівчата	
	кількість	%	кількість	%
1	52	15	0	0
2	76	22	4	5
3	83	24	4	5
4	48	14	19	25
5	35	10	26	35
6	34	10	4	5
7	7	2	18	25
8	10	3	0	0
9	0	0	0	0

Таблиця 6

**Швидкість у діях студентів. N = 345**

Table 6

**Speed actions of students. N = 345**

Рівень прояву	Кількість	%
Низький	169	49
Достатній	176	51

Таблиця 7

**Стійкість вестибулярних реакцій студентів за результатами виконання бігу на 25 метрів з одночасним виконанням 5 поворотів. N = 345**

Table 7

**Vestibular reactions stability of students based on the results of running for 25 meters with concurrent execution of 5 turns. N = 345**

Рівень прояву	Кількість	%
Відмінний	124	36
Підвищені вестибулярні реакції	221	64

## РОЗВИТОК ВИЩОЇ ШКОЛИ

Стійкість вестибулярних реакцій (за результатами виконання бігу на 25 метрів з одночасним виконанням п'яти поворотів) на відмінному рівні зафіксована у 124 студентів, що становить 36 %. Підвищені вестибулярні реакції виявлені у 221 студента, що складає 64 % (табл. 7).

Під час діагностики стійкості вестибулярних реакцій за результатами 5 перекидань вперед за 10 секунд було зафіксовано, що табл. 8 на «відмінно» завдання виконали 24 студенти, що складає 7 %. На оцінку «добре» оцінено 86 студентів (25 %). Задовільні показники виявлено у 62 студентів (18 %). На незадовільному рівні були зафіксовані результати 173 студентів, що склало 50 %.

Таблиця 8

**Стійкість вестибулярних реакцій студентів за результатами виконання 5 перекидань вперед за 10 секунд. N = 345**

Table 8

**Vestibular reactions stability of students based on the 5 forward-rolls results within 10 seconds. N = 345**

Бали	5	4	3	2
Кількість	24	86	62	173
%	7	25	18	50

Дані, отримані в дослідженні стосовно ситуативної (реактивної) тривожності студентів, показують, що фізичне виховання не викликає відчуття тривоги у студентів. Абсолютна більшість студентів (як юнаків, так і дівчат) продемонструвала низький рівень ситуативної тривоги. Це дає підстави констатувати певне позитивне налаштування на фізкультурну діяльність, не сприйняття її як стресогенної. Така ситуація є сприятливою для вирішення низки завдань психологічної і психофізичної підготовки в процесі навчальних занять з фізичного виховання. Мова йде, насамперед, про подолання властивого для деяких студентів відчуття невпевненості в собі, про підвищення рівня психологічної просвіти.

Показники особистісної тривожності не були такими однозначними, як у випадку ситуативної. Незважаючи на те, що 86 % юнаків продемонстрували низький і помірний рівень особистісної тривоги, у 14 % виявлено високий. Це досить значна група, яка потребує спеціальної профілактичної роботи в процесі психоло-

гічної і психофізичної підготовки. На нашу думку, підвищити рівень впевненості у собі, і таким чином позитивно вплинути на високий рівень особистісної тривожності у цих студентів, можуть заняття єдиноборствами, атлетизмом і т. ін. Таких студентів доцільно об'єднувати в окремі навчальні групи і проводити з ними відповідну роботу.

У дівчат (порівняно з юнаками) показники особистісної тривожності виявилися набагато вищими. Високі показники зафіксовано у 49 % студенток, низькі – взагалі не зафіксовано. Для пояснення ситуації необхідні спеціальні психологічні дослідження. В рамках психологічної і психофізичної підготовки студенток із високими показниками особистісної тривожності необхідно залучати до занять, які будуть сприяти підвищенню впевненості у собі. Це можуть бути заняття художньою або спортивною гімнастикою, аеробікою, танцями, сахаджа-йоогою. Таких студенток також доцільно об'єднувати у окремі навчальні групи.

Важливою узагальненою характеристикою особистості, яка здійснює суттєвий вплив на формування міжособистісних відносин і способи розв'язання кризових (у тому числі і виробничих) ситуацій є рівень суб'єктивного контролю. Відповідно до концепції локусу контролю (Дж. Роттер) особи, які беруть відповідальність за події, що відбуваються у їхньому житті на себе (пояснюють їх своєю поведінкою, рисами особистості, здібностями), мають внутрішній (інтернальний) контроль. Особи ж, які налаштовані приписувати відповідальність за події зовнішнім чинникам (іншим людям, випадку і т. ін.), мають зовнішній (екстернальний) контроль.

Враховуючи відповідальність, яку несе сучасний інженер-залізничник, за збереження життя і здоров'я пасажирів, за збереження вантажів, нами було вивчено рівень суб'єктивного контролю у студентів-залізничників. За результатами, наведеними в табл. 3, видно, що 21 % юнаків та 19 % дівчат мають високий рівень суб'єктивного контролю. Це люди, які здатні взяти на себе відповідальність за те, що відбувається з ними та іншими (залежними від них) людьми. Середній рівень суб'єктивного контролю виявлено у 79 % юнаків та у 81 % дівчат. Вважається, що такі люди в однаковій мірі як беруть на себе відповідальність, так і перекладають її на інших. Низький рівень суб'єктивного контролю

## РОЗВИТОК ВИЩОЇ ШКОЛИ

у студентів нами не виявлено. Такі люди у більшості випадків знімають із себе відповідальність за те, що відбувається і перекладають її на обставини або інших людей. По суті, вони не володіють необхідною відповідальністю.

Виявлені тенденції дозволяють припустити, що абсолютна більшість абітурієнтів залізничних вузів усвідомлює, що професії залізничного транспорту покладають на людину велику особисту відповідальність. Ті з них, хто не готовий до цього, до залізничних вузів не поступають.

Для низки спеціалізацій залізничного транспорту (організація перевезень і управління на залізничному транспорті, електричний транспорт, рухомий склад та спеціальна техніка залізничного транспорту) винятково важливе значення має достатній розвиток різноманітних характеристик уваги. В роботі наведено дані стосовно розвитку вибірковості (див. табл. 4) та концентрації і стійкості (див. табл. 5) уваги студентів-залізничників. Стосовно вибірковості уваги виявлено, що у 66 % юнаків розвиток цієї характеристики знаходиться на рівні 4 і 5 балів (за 5-бальною шкалою). На рівні 3 балів виконали роботу 24 % студентів. 10 % мали незадовільні результати (на рівні 2 і 1 бала). Показники вибірковості уваги у дівчат виявилися суттєво вищими. 97 % з них виконали завдання на 5 або 4 бали.

Вибірковість уваги людини характеризує її здатність вибрати із численних сигналів тільки деякі із них. Вона пов'язана з можливістю успішного налаштування (за наявності перешкод) на сприйняття інформації, яка відноситься до усвідомленої цілі. Отримані дані показують, що дві третини студентів мають цю характеристику добре розвиненою (оцінки на рівні 5 і 4 балів). В той же час у третини студентів вибірковість уваги розвинена недостатньо (оцінки на рівні 1, 2 і 3 балів). Ця частина студентів потребує спеціальної психофізичної підготовки щодо її розвитку.

Слід відзначити суттєво вищі показники вибірковості уваги у дівчат порівняно з юнаками. Тут також було б доречним спеціальне психологічне дослідження.

Стійкість уваги розглядається в психології як здатність суб'єкта не відхилятися від спрямованості психічної активності і зберігати зосередженість на об'єкті уваги. Концентрація уваги передбачає визначення здатності суб'єкта зберігати

зосередженість на об'єкті уваги при наявності перешкод. Стійкість і концентрація уваги фахівця залізничного транспорту прямо пов'язана з такими питаннями його професійної праці, як безаварійність роботи, зниження травматизму, підвищення продуктивності праці та ін.

Аналіз даних, отриманих в ході дослідження концентрації і стійкості уваги студентів (див. табл. 5), виявив, що ця характеристика є недостатньо розвиненою у студентів. Результати на рівні від 1 до 4 балів (за 9-бальною шкалою) показали 75 % студентів. На рівні 7 і 8 балів завдання виконали тільки 5 %. На рівні ж 9 балів не зафіксовано жодного результату. У дівчат, як видно із таблиці, показники суттєво кращі, але й вони не можуть вважатися достатніми, враховуючи їх велику професійну значимість. На нашу думку, необхідна спеціальна, цілеспрямована психофізична підготовка з розвитку концентрації і стійкості уваги у студентів залізничних вузів.

Невід'ємною складовою трудової діяльності людини є активність її психомоторики. Специальності залізничного транспорту також висувають високі вимоги до рівня розвитку сенсомоторних процесів фахівця. Враховуючи це, в цій роботі було виконано дослідження таких характеристик, як швидкість у діях і стійкість вестибулярних реакцій. В дослідженні цих характеристик брали участь тільки юнаки. Відносно швидкості у діях було виявлено, що 49 % студентів мають низький рівень розвитку цього показника. Вони потребують організованої роботи щодо його покращення. Це позитивно вплине на їхню професійну придатність.

Стійкість вестибулярних реакцій студентів визначалась в дослідженні за результатами виконання таких фізичних вправ: 1) біг на 25 метрів з одночасним виконанням п'яти поворотів (обертів на 360°); 2) п'яти перекидань вперед за 10 секунд. Виконання першої вправи показало, що для 64 % студентів характерними є підвищені вестибулярні реакції (див. табл. 7). Такі люди, в разі виникнення відповідних впливів на організм, не зможуть ефективно виконувати професійні функції. Оцінка студентів за результатами виконання другої вправи була аналогічною (див. табл. 8). 50 % студентів показали незадовільні результати, 18 % – задовільні, і тільки 32 % виконали вправу добре або відмінно.

Важлива роль у розвитку сенсомоторних

## РОЗВИТОК ВИЩОЇ ШКОЛИ

процесів людини належить фізичній культурі та спорту. На нашу думку, отримані в дослідженні результати пояснюються сьгоднішніми реаліями викладання фізичної культури в школах. З низку об'єктивних і суб'єктивних причин (відсутність задовільної матеріальної бази і спортивного інвентарю, низький рівень проведення медичних оглядів школярів, збільшення кількості нещасних випадків під час навчальних занять, інертність багатьох учителів фізичної культури та ін.) шкільна фізична культура не може реалізувати свій значний потенціал щодо забезпечення високого рівня фізичного і психічного розвитку школярів. Вирішити це завдання (в рамках своїх можливостей) покликане фізичне виховання вищої школи.

### Наукова новизна та практична значимість

Полягає у визначенні рівня розвитку низки показників психологічної і психофізичної готовності студентів-залізничників до професійної праці. Дані, отримані в ході дослідження, дають можливість цілеспрямовано проводити роботу з усунення існуючих недоліків, доцільно корегувати зміст навчальних занять.

### Висновки

1. Навчальні заняття з фізичного виховання не викликають ситуативну тривогу у студентів. Така ситуація є сприятливою для вирішення завдань психологічної і психофізичної підготовки.

2. Аналіз результатів діагностики низки характеристик психологічної і психофізичної підготовленості студентів-залізничників показує їх відповідну непідготовленість.

3. Студенти-залізничники потребують спеціальної, цілеспрямованої психологічної і психофізичної підготовки в ході навчальних занять з фізичного виховання.

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Егорычев, А. О. Теория и технология управления психофизической подготовкой студентов к профессиональной деятельности : дис. ... д-ра пед. наук : 13.00.04 / Егорычев Алексей Олегович ; Росс. гос. ун-т нефти и газа. – Ярославль, 2005. – 317 с.
2. Кабачков, В. А. Основы физического воспитания с профессиональной направленностью в учебных заведениях профтехобразования :

автореф. дис. ... д-ра пед. наук : 13.00.04 / Кабачков Виталий Алексеевич ; ВНИИФК. – М., 1996. – 63 с.

3. Коледа, В. А. Теоретико-методические основы формирования профессионально-личностных качеств студентов в процессе физического воспитания : автореф. дис. ... д-ра пед. наук : 13.00.04 / Коледа Виктор Антонович ; БГАФК. – Минск, 2001. – 33 с.
4. Корольчук, В. М. Психология стрессостойкости личности : автореф. дис. ... д-ра психолог. наук : 19.00.01 / Корольчук Валентина Николаевна ; Ин-т психологии им. Г. С. Костюка. – К., 2009. – 39 с.
5. Методики психодиагностики в спорте : учеб. пособие для студентов пед. ин-тов / В. Л. Марищук, Ю. М. Блудов, В. А. Плахтиенко, Л. К. Серова. – М. : Просвещение, 1990. – 256 с.
6. Пічурін, В. В. Основи організації психологічної і психофізичної підготовки студентів залізничних вузів в процесі фізичного виховання / В. В. Пічурін // Наук. часопис НПУ ім. Драгоманова. Сер. № 15 : Наук.-пед. пробл. фіз. культури (фіз. культура і спорт) : зб. наук. пр. за ред. Г. М. Арзютова. – К. : Вид-во НПУ ім. М. П. Драгоманова. – 2012. – Вип. 26. – С. 84–90.
7. Полянский, В. П. Теоретико-методические основы совершенствования прикладной физической культуры (ее содержания и форм) в современном обществе : автореф. дис. ... д-ра пед. наук : 13.00.04 / Полянский Валерий Петрович ; РГАФК. – М., 1999. – 62 с.
8. Раевский, Р. Т. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов технического вуза / Р. Т. Раевский. – М. : Высш. шк., 1985. – 168 с.
9. Садовский, В. А. Формирование двигательной готовности специалистов железнодорожного транспорта в условиях профессионально ориентированной системы физического воспитания : автореф. дис. ... д-ра пед. наук : 13.00.04 / Садовский Василий Александрович ; Бурятский гос. ун-т. – Улан-Уде, 2012. – 49 с.
10. Скотникова, И. Г. Проблема уверенности: история и современное состояние / И. Г. Скотникова // Психолог. журн. – 2002. – Т. 23, № 1. – С. 52–60.
11. Ханин, Ю. Л. Управление эмоциональным состоянием студентов средствами физического воспитания / Ю. Л. Ханин, Г. В. Буланова // Стресс и тревога в спорте : междунар. сб. науч. статей. – М. : ФиС, 1983. – С. 261–267.
12. Harré, R. Emotions as cognitive-affective-somatic hybrids / R. Harré // Emotion Review. – 2009. – 1 (4). – P. 294–301. doi: 10.1177/1754073909338304.

## РОЗВИТОК ВИЩОЇ ШКОЛИ

13. Izard, C. E. Emotion theory and research: High-lights, unanswered questions, and emerging issues / C. E. Izard // *Annu. Review of Psychology*. – 2009. – № 60 (1). – P. 1–25. doi: 10.1146/annurev.psych.60.110707.163539.
14. Scherer, K. R. What are emotions? And how can they be measured? / K. R. Scherer // *Social Science Information*. – 2005. – № 44 (4). – P. 695–729.

В. В. ПИЧУРИН<sup>1\*</sup>

<sup>1\*</sup>Каф. «Физическое воспитание», Днепропетровский национальный университет железнодорожного транспорта имени академика В. Лазаряна, ул. Лазаряна, 2, Днепропетровск, Украина, 49010, тел. +38 (056) 373 15 64, эл. почта valeriyichurin@gmail.com, ORCID 0000-0002-3893-375x

## УРОВЕНЬ РАЗВИТИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ И ПСИХОФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СТУДЕНТОВ К ПРОФЕССИОНАЛЬНОМУ ТРУДУ НА ЖЕЛЕЗНОЙ ДОРОГЕ

**Цель.** Специальности железнодорожного транспорта предъявляют высокие требования к развитию ряда характеристик психологической и психофизической сферы личности специалиста. Для организации целенаправленной работы по их эффективному формированию студентам необходимо иметь чёткую информацию относительно существующих тенденций. Необходимо выявить эти тенденции. Таким образом, цель исследования – установить уровень развития ряда составляющих психологической и психофизической готовности к профессиональному труду в студентов-железнодорожников. **Методика.** В исследовании использованы методики психологической диагностики (шкала оценки уровня ситуативной и личностной тревожности Ч. Спилбергера, опросник уровня субъективного контроля Е. Ф. Бажина, разработанного на основе шкалы локуса контроля Дж. Роттера, тест Мюнстерберга, корректурная проба Бурдона), специальные физические упражнения для оценки сенсомоторных характеристик (быстроты действий, устойчивости вестибулярных реакций). **Результаты.** Установлены существующие тенденции относительно уровня развития у студентов: ситуативной и личностной тревожности, уровня субъективного контроля, избирательности внимания, концентрации и устойчивости внимания, быстроты в действиях, устойчивости вестибулярных реакций. **Научная новизна.** Новаторство в исследовании состоит в выявлении уровня развития у студентов-железнодорожников ряда показателей психологической и психофизической подготовленности к профессиональному труду. **Практическая значимость.** Данные, полученные в процессе исследования, дают представление о существующих реалиях относительно психологической и психофизической готовности студентов-железнодорожников к профессиональному труду. Это является основанием для организации целенаправленной работы по формированию у студентов психологической и психофизической подготовленности в процессе учебных занятий.

**Ключевые слова:** психологическая и психофизическая подготовка; тревожность личности; уровень субъективного контроля; внимание; быстрота в действиях; устойчивость вестибулярных реакций

V. V. PICHURIN<sup>1\*</sup>

<sup>1\*</sup>Dep. «Physical Education», Dnipropetrovsk National University of Railway Transport named after Academician V. Lazaryan, Lazaryan St., 2, Dnipropetrovsk, Ukraine, 49010, tel. +38 (056) 373 15 64, e-mail valeriyichurin@gmail.com, ORCID 0000-0002-3893-375x

## LEVEL OF PSYCHOLOGICAL AND PSYCHOPHYSICAL READINESS OF STUDENTS FOR PROFESSIONAL LABOR ON RAILWAY

**Purpose.** Railway transport specialties make high demands to the development of number of characteristics in psychological and psycho-physical spheres of the specialist person. For the purposeful work organization on effective forming of these spheres the students should have clear information about the existing trends. It is necessary to determine these trends. **Methodology.** Techniques of psychological diagnosis are used in the research. Namely: rating scale of the level of situational and personal anxiety (Ch. Spilberger); the questionnaire of subjective control level (Ye. F. Bazhin), developed on the basis of Dzh. Rotter's locus of control scale; Munsterberg test, Bourdon correction task); special physical exercises to assess the sensorimotor characteristics (action speed, stability of the



## РОЗВИТОК ВИЩОЇ ШКОЛИ

vestibular reactions). **Findings.** Existing trends concerning the development level of students: situational and personal anxiety, level of subjective control, attention selectiveness, concentration and attention fixation, speed of action, stability of the vestibular reactions were determined. **Originality.** Innovation in the research is the identification in the development level of railway students of some indicators of psychological and psychophysical readiness for professional work. **Practical value.** The data obtained during the research give the idea of the existing realities with regard to psychological and psychophysical readiness of railway students for the professional work. This is the basis for the focused effort organization concerning the formation of students' psychological and psychophysical readiness during training sessions.

**Keywords:** psychological and psychophysical training; personality anxiety; level of subjective control; attention; action speed; stability of the vestibular reactions

## REFERENCES

1. Yegorychev A.O. *Teoriya i tekhnologiya upravleniya psikhofizicheskoy podgotovkoy studentov k professionalnoy deyatel'nosti*. Dokt. Diss. [Management theory and technology of students psychophysical readiness for professional careers. Doct. Diss.]. Yaroslavl, 2005. 317 p.
2. Kabachkov V.A. *Osnovy fizicheskogo vospitaniya s professionalnoy napravlennoy v uchebnykh zavedeniyakh proftekhobrazovaniya*. Dokt. Diss. [Fundamentals of physical education with professional orientation of technical and vocational education at schools. Doct. Diss.]. Moscow, 1996. 63 p.
3. Koleda V.A. *Teoretiko-metodicheskiye osnovy formirovaniya professionalno-lichnostnykh kachestv studentov v protsesse fizicheskogo vospitaniya*. Dokt. Diss. [Theoretical and methodological bases of professional and personal qualities formation of students in physical education. Doct. Diss.]. Minsk, 2001. 33 p.
4. Korolchuk V.M. *Psikhologhiia stresostoiikosti osobystosti*. Dokt. Diss. [Stress tolerance of a personality. Doct. Diss.]. Kyiv, 2009. 39 p.
5. Marishchuk V.L., Bludov Yu.M., Plakhtiyenko V.A., Serova L.K. *Metodiki psikhodiagnostiki v sporte* [Psychodiagnostic techniques in sport]. Moscow, Prosveshcheniye Publ., 1990. 256 p.
6. Pichurin V.V. *Osnovy orhanizatsii psikhologichnoi i psikhofizichnoi pidhotovky studentiv zaliznychnykh vuziv v protsesi fizychnoho vykhovannia* [Fundamentals of psychological and psycho-physical training of students in railway universities during physical education]. *Naukovyi chasopys NPU im. Drahomanova. Seriya no. 15 : Naukovo-pedahohichni problemy fizychnoi kultury (fizychna kultura i sport)* [Bulletin of National Pedagogical Drahomanov University. Series no. 15. «Scientific and pedagogical problems of Physical Education (Physical Education and Sport)»], 2012, issue 26, pp. 84-90.
7. Polyanskiy V.P. *Teoretiko-metodicheskiye osnovy sovershenstvovaniya prikladnoy fizicheskoy kultury (yeye sodержaniya i form) v sovremennom obshchestve*. Dokt. Diss. [Theoretical and methodological bases of applied physical training improvement (its content and form) in contemporary society. Doct. Diss.]. Moscow, 1999. 62 p.
8. Rayevskiy R.T. *Professionalno-prikladnaya fizicheskaya podgotovka studentov tekhnicheskogo vuza* [Professionally and applied physical training of students in a technical college]. Moscow, Vysshaya shkola Publ., 1985. 168 p.
9. Sadvovskiy V.A. *Formirovaniye dvigatel'noy gotovnosti spetsialistov zheleznodorozhnogo transporta v usloviyakh professionalno orientirovannoy sistemy fizicheskogo vospitaniya*. Avtoreferat Diss. [Formation of motor readiness of railway transport experts in conditions of professionally-oriented system of physical education. Author's abstract]. Ulan-Ude, 2012. 49 p.
10. Skotnikova I.G. Problema uverenosti: istoriya i sovremennoye sostoyaniye [Confidence problem: history and current status]. *Psikhologicheskii zhurnal – Psychological Journal*, 2002, vol. 23, no. 1, pp. 52-60.
11. Khanin Yu.L., Bulanova G.V. Upravleniye emotsionalnym sostoyaniyem studentov sredstvami fizicheskogo vospitaniya [Emotional state management of students by means of physical education]. *Stress i trevoga v sporte* [Stress and anxiety in sport]. Moscow, FiS Publ., 1983. pp. 261-267.
12. Harré R. Emotions as cognitive-affective-somatic hybrids. *Emotion Review*, 2009, no. 1 (4), pp. 294-301. doi: 10.1177/1754073909338304.
13. Izard C.E. Emotion theory and research: Highlights, unanswered questions, and emerging issues. *Annual Review of Psychology*, 2009, no. 60 (1), pp. 1-25. doi: 10.1146/annurev.psych.60.110707.163539.
14. Scherer K.R. What are emotions? And how can they be measured? *Social Science Information*, 2005, no. 44 (4), pp. 695-729.

Стаття рекомендована до публікації к.пед.н., доц. О. М. Доценко (Україна); д.н. з фізичного виховання і спорту, проф. Н. В. Москаленком (Україна)

Надійшла до редколегії 28.04.2014

Прийнята до друку 19.06.2014