

ВИРІШЕННЯ ПРОБЛЕМИ ВИХОВАННЯ ОБДАРОВАНОСТІ В МОЛОДІ НА СУЧАСНОМУ ЕТАПІ ЗАСОБАМИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

В.В. Курінна

Ця тема актуальна тому, що державі і суспільству потрібні обдаровані творчі особистості. Обдарованих та талановитих людей пізнають, заохочують, адже успіх окремих галузей науки, виробництва, культури та держави в цілому — визначається саме талановитими творчими особистостями.

Творча особистість творить, а творить саме тому, що здібна створювати і дуже важливим є виявити цю здібність, яка не дається людині в готовому вигляді, вона формується в житті і діяльності, і для нього потрібні відповідні умови. Нехтування такими особливостями призводить до того, що нерідко навіть здібна особистість втрачає інтерес до певної діяльності. Належним чином поставлене виховання передбачає знання кожної особистості, тому що без урахування індивідуальності не можливе успішне виховання.

Ефективність розвитку і формування обдарованої особистості підвищується за умови, що вона стає не лише об'єктом, а й суб'єктом виховання. Тільки ті виховні впливи, які виражають потребу самої особистості і спираються на її активність, цінні як виховні й забезпечують її розвиток. Відомо, що від обдарованості до таланту один крок.

Найвища ступінь здібностей до певної діяльності — є талант. А талант — це одна з тем яка викликає у поетів-філософів різнобічні думки. Як писав Ф. Шаляпін: — «Я не вірю в одну силу таланту без клопіткої роботи». Інший, відомий історико-політичний діяч сказав: — «Талант — рідкість. Його потрібно підтримувати».

«Щоб стати талановитою людиною, потрібно працювати за п'ятьох» (П. Павленко). Народна мудрість говорить, що талантом всіх наділяє бог. Потрібно тільки ним, талантом, вміло користуватись, щоб більше зробити добра людям і щоб цей талант не закопати в землю. Великий педагог В. Сухомлинський писав, звертаючись до своїх колег, що в кожній дитини є талант і ми повинні не загубити те, що дала їй мати і природа.

«Тільки та діяльність дає щастя душі, — писав К. Ушинський, — зберігаючи її гідність, яка виходить з неї самої, отже, діяльність улюблена, діяльність вільна; а тому, наскільки потрібно виховувати в душі прагнення до діяльності, настільки ж потрібно виховувати і прагнення до самостійності або свободи: один розвиток без другого, як ми бачимо, не може посуватися вперед».

Пізнавальна активність сприяє інтелектуальному розвитку. Саме тому, особливо важливо є з самого дитинства заохочувати дітей до ек-

периментів, цікавих ідей, пропозицій, розвитку їх думки. Слід підтримувати дитячу цікавість, відповідати на запитання дитини, розвивати в неї інтерес до знань. Бо саме в дитячому віці йде становлення особистості і подальший її розвиток просто не можливий без гарної бази. Необхідно запобігати проявам лінощів, дезорганізованості, безвілля, неухважності до роботи. А саме постійне заняття фізичною культурою і різними видами спорту сприяють цьому. Проблема формування індивідуальності не може бути вирішена окремо від всієї системи фізичного виховання. Звільнившись від соціальних негараздів, люди стають вільними в своєму розвитку. Але на певному етапі залишається те, що визначається не свідомістю, не культурою, а фізіологією організму. Людина не тільки громадська істота, і було б наївно думати, що на визначеному етапі вікового розвитку, кожен підліток, юнак без втручання з боку сам зможе упоратися з тими поривами і потягами, які у нього з'являються. І корективом в цих випадках може виступити розумне і ціленаправлене використання людської енергії за допомогою фізичної культури, яка включає в себе: різні змагання, ходіння на лижах, ковзанах, екскурсії, походи, купання, плавання тощо. А це свідчить про те, що фізичне виховання входить в практику школи як складова і невід'ємна частина всебічного розвитку учнів. Всебічний фізичний розвиток дітей потребує наявності в кожній школі необхідної матеріальної бази (майданчиків, фізичного обладнання) і правильного науково-педагогічного її використання. Різні за своїми схильностями діти захоплюються і різними видами фізичних занять. Для цього необхідно створити стільки можливостей, скільки може бути схильностей. Різновиди ігор, фізичних, спортивних і інших занять забезпечують педагогічне піклування про всіх і разом з тим вирішують задачу індивідуального підходу до кожного.

У процесі виховання людської особистості діє багато сил, до яких передусім належать: *поперше*, сім'я. Усіма способами сім'я повинна підтримувати інтерес до спорту. Але треба стежити, щоб цей інтерес не став інтересом спостерігача-уболівальника. Кожна сім'я повинна прагнути до того, щоб її діти були спортсменами у своєму власному досвіді. Звичайно з цього погляду найкраще, якщо й самі батьки займаються спортом.

По-друге, особа педагога з усіма його духовними цінностями, життєвим досвідом, інтелектуальними, естетичними, творчими потребами, інтересами, прагненнями. Бути хорошим педа-

гогом — вірити в людину, уміти побачити в ній щось хороше. Висока моральність педагога стає зараз дуже важливою умовою його педагогічної майстерності. Педагог повинен завжди бачити в кожному вихованці особистість. Виховувати в кожного віру в свої сили, настирливість в подоланні труднощів. Також педагог повинен розкрити здібності, дарування, таланти всіх без виключення вихованців. Кожен з них повинен ввійти в життя всебічно розвинутою людиною.

По-третє, колектив з усією його могутньою силою виховного впливу на кожну особу.

У-четвертих, сама особа вихованця. Підліток стає справжньою людиною лише тоді, коли він навчиться пильно вдивлятися не тільки в навколишній його світ, але і в самого себе, коли він прагне пізнати не тільки речі і явища навколо себе, але і свій внутрішній світ, коли його сили душі спрямовані на те, щоб зробити себе кращим, досконалішим. Мова йде про самовиховання, в якому дуже важливе місце займає саме фізична зарядка.

Вся справа в тому, що необхідно заставити самого себе робити її систематично. Це виключно важлива сторона самовиховання, самодисципліни.

У-п'ятих, зовсім непередбачені «скульптори» (підліток, з яким ваш вихованець подружився на вулиці; родич чи близький знайомий, який приїхав на тиждень у гості...)

Можна відзначити, що виховання обдарованості в молоді має складну структуру, яка включає в себе декілька важливих здібностей особистості. І саме ці здібності потрібно розвивати.

Перша — це уважність, зібраність, постійна готовність до напруженої роботи.

Друга укладається в тому, що готовність до праці в дитини переростає в нахил до праці, в працелюбність, в невід'ємну потребу працювати.

Третя пов'язана безпосередньо і інтелектуальною діяльністю: це особливість мислення, швидкість розумових процесів, підвищені можливості аналізу і узагальнення, висока продуктивність розумової діяльності.

ХАРАКТЕРИСТИКА ФАКТОРІВ, ЩО ВПЛИВАЮТЬ НА ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТІВ ВИЩИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ

А.А. Галіздра

Тернопільський державний технічний університет ім. І. Пулюя

Основним чинником створення гармонійно розвинутої особистості є фізична культура і спорт. На сучасному етапі розвитку суспільства зростають вимоги до фізичної підготовки людей, адже саме витривалість, нерідко головна в процесі трудової діяльності людини. Проте за нинішнього економічного стану країни далеко не кожна особа турбується про особисту фізичну підготовку. Певна частка серед таких людей належить студентам. Їхнє фізичне виховання, якому приділяється значна увага в школах, має місце і у вищому навчальному закладі.

Одним із головних стратегічних завдань національної освіти є виховання молоді в дусі відповідального ставлення до власного здоров'я і здоров'я оточуючих як до найвищої індивідуальної та суспільної цінності [3].

Заняття фізичною культурою та спортом мають велике значення у формуванні здорового способу життя, духовного та фізичного розвитку студентської молоді. Заняття фізичними вправами зміцнюють здоров'я, підвищують нервово-психічну стійкість до емоційних стресів, підтримують фізичну і розумову працездатність (А.В. Мабльований, 1993, Л.М. Баранець, О.І. Іванова, 1997 та ін).

Студент як людина певного віку і як особистість може бути охарактеризована з трьох позицій. *По-перше*, з соціального боку, де відображені громадські прояви, відносини. *По-друге*, з психологічного боку, це психічні особливості. *По-третє*, з біологічного (фізичний стан студента). Студентський вік характеризується інтенсивною роботою над формуванням своєї особистості, вивченням стилю поведінки.

В студентському віці завершується фізичне дозрівання організму. Цей період характеризується розвитком фізіологічних потенціалів (максимальна реактивність організму, оптимальні рівні артеріального тиску та ін). До 17—18 років процес всебічного вдосконалення рухової функції близький до завершення. Енергетичні затрати на одиницю маси тіла становлять 22—24 ккал/кг на добу, тобто як у дорослої людини. На цей час завершується формування того співвідношення тонографії сили різних м'язових груп, яке характерне для дорослих людей. Одночасно спостерігається збільшення максимальних показників сили (на 1 кг ваги тіла), швидкості рухів та інших показників, що свідчать про розвиток рухового апарату [1, 3, 6].

Студентський вік можна впевнено назвати заключним етапом вікового розвитку. Молоді