

10. Соколов В.Н. Педагогическая эвристика: Введение в теорию и методику эвристической деятельности: Уч. пособие для студентов высших учебных заведений / В.Н. Соколов. – М.: Аспект-пресс, 1995. – 225 с.
11. Третьяков П.И. Технология модульного обучения в школе. Практико-ориентированная монография / П.И. Третьяков, И.Б. Сенновский; под. ред. П.И. Третьякова. – М.: Новая школа, 1997. – 352 с.
12. Фельдштейн Д.И. Психология становления личности / Д.И. Фельдштейн. – М.: Международная педагогическая академия, 1994. – 192 с.
13. Хохлов Н.А. Метод «малых групп». Теоретические основы и технология развивающего обучения: Методическое пособие для преподавателей вузов / Н.А. Хохлов – Новосибирск: НГУ – ИППК ПГСН, 1995. – 56 с.
14. Штейнберг В.Э. Теоретико-методологические основы дидактических многомерных инструментов для технологий обучения: Автореферат дисс. ...доктора пед. наук / В.Э. Штейнберг. – Екатеринбург, 2000. – 42 с.
15. Якиманская И.С. Личностно-ориентированное обучение в современной школе / И.С. Якиманская. – М.: Сентябрь, 1996. – 96 с.
16. Johnson D.W. Cooperative Learning Assisted: One Key to Computer Learning / D.W. Johnson, R.T. Johnson // The Computing Teacher. – 1985. – October. – P.11-13.

*И.А. Зязюн  
(Киев)*

#### ДИДАКТИЧЕСКОЕ ПРОЕКТИРОВАНИЕ ТЕХНОЛОГИЙ И МЕТОДОВ ОБУЧЕНИЯ В ИЗМЕРЕНИЯХ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ДЕЙСТВИЯ

*Рассматриваются проблемы проектирования образовательного процесса на основе профильной дифференциации, а также дифференциации его уровней, и разработки соответствующих технологий*

*Ключевые слова: дидактичное проектирование, образовательная технология, обучение, педагогическое мастерство, учебный процесс, планирование.*

*I.A. Zyzun*

#### DIDACTIC PLANNING OF TECHNOLOGIES AND TEACHING METHODS IN MEASUREMENTS OF PEDAGOGICAL ACTION

*The article deals with some problems of planning educational process on the basis type differentiation, and also differentiation of its levels, and development corresponding technologies*

*Key words: didactic planning, educational technology, teaching, pedagogical trade, educational process, planning.*

**УДК 371.322**  
**М.В. ГРИНЬОВА**  
**(Полтава)**

#### ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ЗМІСТУ САМОРЕГУЛЯЦІЇ ДІЯЛЬНОСТІ ЛЮДИНИ

*Ключові слова: саморегуляція, структурні компоненти саморегуляції, сутність саморегуляції.*

**Актуальність та постановка проблеми.** Навколишній світ, а згодом і школа посилає потік інформації, яку сприймає чи не сприймає дитина і яка викликає

певну реакцію в її свідомості. Вивчення закономірностей цих явищ надзвичайно важливе в процесі навчання і виховання школяра. Тому поняття «саморегуляція» знайшло своє місце в педагогічній і психологічній літературі. Так, С.Л. Рубінштейн уважав, що будь-яка здібність людини складається з двох основних компонентів – системи суспільно опрацьованих операцій, через які здійснюється діяльність і тих психічних процесів, які визначають функціонування операцій і здійснюють процеси регулювання. При цьому процеси регулювання він уважав «ядром», або загальним компонентом, розумових здібностей.

**Аналіз публікацій та досліджень.** Розробкою проблеми саморегуляції поведінки особистості займалися вчені, які досліджували: окремі прояви саморегуляції в різних видах діяльності – О.А.Конопкін, Г.С.Нікіфоров, А.К.Осніцький, І.А.Трофімова та ін.; моральний розвиток особистості на різних вікових етапах – Л.І.Божович, І.В.Дубровіна, В.С.Мухіна, І.С.Коң, І.І.Чеснокова та ін.; моральну стійкість особистості – В.Е.Чудновський; моральний розвиток дітей дошкільного та молодшого шкільного віку – В.К.Котирло, Є.В.Суботський, Г.С.Якобсон та ін.; проблему саморегуляції в дослідженнях рефлексії – І.Д.Бех, В.В.Давидов, А.З.Зак, Б.В.Зейгарник, К.Н.Поливанова та ін.; моральний вчинок як основу саморегуляції – І.Д.Бех, М.В.Савчин, С.Л.Рубінштейн, В.О.Татенко, В.А.Ядов, П.М.Якобсон та ін.; вольову регуляцію особистості – Л.С.Виготський, А.І.Висоцький, В.А.Іванніков, В.К.Калін, В.К.Котирло, К.Левін, С.Л.Рубінштейн, В.І.Селіванов та ін. На необхідність вивчення саморегуляції як компонента загальної обдарованості вказував Б.Г.Ананьєв.

**Постановка цілей дослідження.** Метою даної статті є визначення змісту поняття «саморегуляція» та розкриття теоретичних основ її дослідження.

**Виклад матеріалу дослідження.** Людське життя проявляється двома формами активності: поведінкою і діяльністю. Під поведінкою розуміють зовнішні прояви системи рухових реакцій організму людини на дії об'єктивного світу, а діяльність – це взаємодія з об'єктивним світом, у процесі якої людина активно та свідомо намагається досягти поставленої мети. Саморегуляція поведінки і діяльності є однією з важливих функцій психіки людини. Діяльність складається з ряду дій відносно завершених елементів діяльності, спрямованих на досягнення проміжної усвідомлюваної мети. Дії можуть бути як зовнішніми, що виконуються за допомогою рухового апарату і органів чуття, так і внутрішніми, що виконуються в розумі. Під метою розуміють образ кінцевого результату діяльності. Багато дій людини з часом стають автоматичними, вони зуться звичками.

Кожна практична діяльність людини має свої мотиви. Механізм управління мотивацією створюється тоді, коли формується сама особистість з її змістом життя. Без цього мотиви матимуть нестійкий, ситуаційний характер, і поведінка людини характеризуватиметься імпульсивністю, непередбаченістю і непослідовністю.

Корисно засвоїти деякі принципи ставлення до життя, які сприятливо впливають на мотиваційну саморегуляцію. До них належать: 1) уміння відрізнити головне від друго-рядного, 2) збереження внутрішнього спокою в різних ситуаціях, 3) емоційна зрілість і стійкість, 4) знання засобів впливу на події, 5) уміння підходити до проблеми з різних точок зору, 6) готовність до будь-яких неочікуваних подій, 7) сприйняття дійсності такою, якою вона є, а не такою, яку хотілося б бачити, 8) намагання шукати нові, змістовніші мотиви життєдіяльності, 9) розвиток спостережливості, 10) уміння бачити перспективу життєвих подій, 11) намагання зрозуміти інших, 12) уміння вибрати позитивний досвід з подій, які сталися.

Наведені принципи ставлення до життя можуть допомогти людині в складних життєвих ситуаціях.

В Українській енциклопедії слово «саморегуляція» означає «здатність біологічної системи по відновленню стабільного рівня тих чи інших функцій після їхньої зміни». При саморегуляції керуючі фактори не діють на керовану систему зовні, а виникають у ній самій самочинно. Слово «регулювання» походить від латинського *regula* – норма, правило, стабілізація [3].

Як свідчать сучасні психолого-педагогічні дослідження, одним з найважливіших психологічних чинників, які впливають на ефективність діяльності людини, є здатність до саморегуляції.

Саморегуляція є тим психічним явищем, яке охоплює всі сфери життєдіяльності людини; в питанні професійного розвитку ця проблема набуває більш гострого характеру. Здатність до саморегуляції можна вважати найбільш істотною характеристикою особистості, оскільки саморегуляція свідчить про взаємоузгодженість функціональних взаємозв'язків і взаємовпливів різних утворень, що входять до складу систем і підсистем структури особистості, а також про тенденцію їх розвитку [4, с.128-135].

Саморегуляцію визначають як цілісну систему психічних засобів, за допомогою яких людина здатна керувати своєю цілеспрямованою активністю [5, с.4]

За М. Й. Боришевським [2], саморегуляція – це переважно усвідомлене, цілеспрямоване планування, побудова та перетворення суб'єктом власних дій та вчинків, стратегії життєдіяльності загалом відповідно до актуальних потреб, мотивів, особистісно значущих цілей, спрямованості.

Дослідження проблеми саморегуляції доцільно розглядати як систему процесуального й змістового аспектів. Процесуальний аспект відповідає на запитання “Як?”, “Яким чином?”, тоді як аспект змісту відповідає на запитання “Чому?”. Йдеться про важливість, необхідність взаємодії вказаних аспектів (змістового і процесуального) особистісної саморегуляції.

Особистісна саморегуляція тісно пов'язана з самооцінкою, яка є центральним компонентом „Я-концепції” особистості, її думкою про себе, свої можливості, оцінка власної компетентності, привабливості, професіоналізму, її впевненість в собі тощо.

Саморегуляція – це така форма регуляції поведінки, яка зумовлює залучення результатів самопізнання та емоційно-ціннісного ставлення до себе. Ця залученість актуалізована на всіх етапах здійснення поведінкового акту, – починаючи від його мотивуючих компонентів і закінчуючи власною оцінкою ефекту поведінки (М.Й.Боришевський, О.О.Конопкін, І.І.Чеснокова). Результати самопізнання та емоційно-ціннісне ставлення представлені самооцінкою особистості. Виступаючи стрижнем усього процесу саморегуляції на всіх етапах перебігу, вона (самооцінка) включається до структури мотивації, зумовлює рівень домагань особистості, вибір цілей та засобів їх здійснення, значно впливаючи на інтеграцію досягнутого поведінкового ефекту. Людина не завжди усвідомлює вплив самооцінки, але самооцінка є основою порівняння себе і своїх можливостей із поставленими вимогами та завданнями в діяльності (в тому числі і навчальній). Самооцінка надає специфічної спрямованості всьому процесові саморегуляції. Існують дослідження зв'язку саморегуляції та самооцінки, які стосуються навчальної діяльності (М.Й.Боришевський, А.В.Захарова, Т.О.Барановська та інші). Так, А.В.Захарова вважає, що чим вищий рівень сформованості саморегуляції, тим об'єктивніша та адекватніша самооцінка, тобто в самооцінці відображається і проявляється ступінь сформованості са-

морегуляції. Т.О.Барановська розглядає самооцінку як складову саморегуляції навчальної діяльності студентів і пропонує методи формування дій з саморегуляції, пов'язаних з оцінкою суб'єктом себе. Все це доводить, що самооцінка є важливою та необхідною ланкою саморегуляції особистості.

У результаті проведення широких експериментальних досліджень та їх узагальнення О.А. Конопкін висунув тезу про те, що для діяльності людини (включаючи її найбільш елементарні форми) усвідомлення регулювання є вищим рівнем саморегуляції. У 1980 році на XXII Міжнародному конгресі психологів у Лейпцигу О.А. Конопкін сформулював основні принципи саморегуляції діяльності людини: системність, активність, усвідомленість. Розглядаючи питання про використання загальних принципів саморегуляції в різних видах діяльності, О.А. Конопкін відмічав, що при аналізі трудової діяльності всю різноманітність психічних явищ можна розглядати в їх співвідношенні з конкретними ланками регулювання діяльності, визначаючи тим самим функціональне місце і значущість цих явищ у загальній архітектурі процесу регулювання [3].

Надзвичайно цікавим для нашого дослідження нам здається підхід В. І. Моросанової [6, с.118-130]. Вчена виокремлює чотири функції саморегуляції:

1. Планування характеризує визначення та утримання цілей, рівень сформованості в людини усвідомленого планування діяльності (поведінки). Ця функція включає в себе цілепокладання, планування та частково прогнозування, визначені Н. М. Пейсаховим.

2. Моделювання пов'язане з розвитком уявлень про систему зовнішніх і внутрішніх значущих умов, мірою їх усвідомлення, деталізованості та адекватності. Ця функція об'єднує оцінку якості та аналіз суперечностей чи орієнтацію в ситуації (за Н. М. Пейсаховим).

3. Програмування характеризує усвідомлене планування людиною власних дій, сформованість потреби в обмірковуванні способів власних дій та поведінки для досягнення накреслених цілей. Ця функція співвідноситься з прогнозуванням.

4. Оцінювання результатів включає рівень розвитку та адекватність оцінки особистістю себе та результатів власної діяльності і поведінки. Ця функція перекується з функціями самоконтролю та корекції, виділеними Н.М.Пейсаховим.

Результати досліджень. Ми відмічаємо, що саморегуляція має єдину структуру для всіх видів діяльності і складається з таких компонентів: мети діяльності, моделі значущих умов, програми дій, оцінки результатів та їх корекції

Мета діяльності є важливою ланкою процесу саморегуляції, визначає напрямок діяльності людини і постійно усвідомлюється нею. Суб'єктивна модель значущих умов визначає умови, в яких відбувається досягнення мети діяльності. Програма дій являє собою оптимальний спосіб досягнення мети в заданих умовах. Оцінюючі дії завершують процес регуляції, перетворюючи його на замкнуту систему, тим самим організуючи та скеровуючи довільну діяльність людини [3].

Саморегуляція здійснюється, коли індивід може адекватно відображати і моделювати наявну ситуацію; перетворювати власну внутрішню і зовнішню активність у відповідності з моделлю запропонованої ситуації; переборювати безпосередні спонукання ради досягнення перспективної мети, за наявності в індивіда можливості виходити за межі наявної ситуації [1].

**Висновки.** Створення, самостійна постановка цілей на розвиток саморегуляції та контроль за їх досягненням є особливою інтегрованою здатністю, яка виявляє певне активне світоглядне ставлення особистості до життя. Формування такої спроможності характеризує високий рівень розвитку особистості та, водночас, є

умовою її подальшого професійного становлення. Спроможність визначати та ставити перед собою мету саморегуляції, досягати її результатів є лише одним із компонентів особистої відданості своїй справі, яка відрізняє фахівця.

#### Література

1. Боришевский М.И. Развитие саморегуляции поведения школьников: Дис... д-ра психол. наук: 19.00 07./ КПИ им. М.П.Драгоманова/ М.И.Боришевский. – К., 1992. – 77 с.
2. Боришевський М.И. Моральна саморегуляція поведінки особистості: понятійний апарат / М.И. Боришевський. – Київ, 1993 – 223с.–С.119-127.
3. Гриньова М.В. Саморегуляція. Навчально-методичний посібник/ М.В. Гриньова. – Полтава: АСМІ. – 2008. – 268 с.
4. Конопкин О.А. Общая способность к саморегуляции как фактор субъектного развития/ О.А. Конопкин // Вопросы психологии. – 2004 – №2 – С. 128 – 135
5. Моросанова В.И. Опросник «Стиль саморегуляции поведения»: Руководство/ В.И. Моросанова. – М.:Когито-Центр, 2004.– 44с.
6. Морсанова В.И., Диагностика индивидуально-стилевых особенностей саморегуляции в учебной деятельности студентов/ В.И.Морсанова, Р.Р Сагиев// Вопросы психологии – 1994 – №5.– С. 118-130.

*М.В.Гринева  
(Полтава)*

#### ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИССЛЕДОВАНИЯ СОДЕРЖАНИЯ САМОРЕГУЛЯЦИИ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ЧЕЛОВЕКА

*В статье рассматриваются теоретические основы саморегуляции, ее структурные компоненты, анализируются разные подходы к сущности саморегуляции.*

*Ключевые слова: саморегуляция, структурные компоненты саморегуляции, сущности саморегуляции.*

*M.V. Grineva*

#### THEORETICAL FOUNDATIONS OF THE STUDY SELF-REGULATION RIGHTS

*The theoretical foundation of self-regulation, the structural components of this phenomena are under consideration in the article. The author analyzes different approaches to the essence of self-regulation.*

*Key words: self-regulation, structural components of self-regulation, essence of self-regulation.*

УДК: 378.1 + 613.6

**В.М. ЄФІМОВА**

**(Київ)**

#### АНАЛІЗ ДОСВІДУ ЗАЛУЧЕННЯ МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ПРИРОДНИЧИХ ДИСЦИПЛІН ДО ПРОЕКТНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ З ВАЛЕОЛОГІЇ

*Ключові слова: професійна підготовка майбутніх вчителів, вчителі природничонаукових дисциплін, охорона здоров'я, ризикова поведінка, адиктивна поведінка.*

**Постановка проблеми.** Потужні глобалізаційні процеси, швидкі зміни умов життя, посилення конкурентних засад та утвердження дослідницько-інноваційного типу розвитку суспільства вимагають адекватної модернізації освітньої системи як провідного чинника соціально-культурного відтворення, успішної життєдіяльності людини, її подальшого вдосконалення. На думку авторів проекту Білої книги