

с системой единой потребности установить значения параметров оценки, таких как границы временных интервалов ( $t_1, t_2, \dots, t_T$ ), весовые коэффициенты для параметров оценки ( $k_1, k_2, \dots, k_n$ ). Далее при проверке работы потребуется ввести оценку качества выполнения, и система сама вычислит итоговый результат.

При использовании предложенной методики необходимо учесть следующие рекомендации:

– учащиеся должны быть заранее предупреждены о зависимости итоговой оценки за задание от срока его выполнения;

– алгоритмы, реализующие методику, должны быть встроены в систему электронного обучения таким образом, чтобы не усложнять работу преподавателю, и имели возможность задания начальных значений по умолчанию, их переноса между настройками разных классов, групп;

– создание функции отображения времени, которое прошло с момента выдачи задания на личной странице учащегося в электронной системе обучения, послужит наглядным, прямым стимулом для выполнения работы в срок.

Получено 23.04.2015

#### Библиографические ссылки

1. Федеральная целевая программа развития образования на 2011–2015 годы. – URL: <http://минобрнауки.рф/документы/2010> (дата обращения: 01.04.2015).

2. Емельянов В. Н., Обухов А. Н. Системы веб-конференции как эффективное средство для обучения инфокоммуникационным технологиям // Сб. материалов II Всерос. науч.-техн. конф. студентов, аспирантов, молодых ученых. – Ижевск : Изд-во ИжГТУ, 2012. – С. 180–184.

3. Емельянов В. Н., Смолин А. С. Настройка оборудования в эмуляторе сети передачи данных // Сб. материалов II Всерос. науч.-техн. конф. студентов, аспирантов, молодых ученых. – Ижевск : Изд-во ИжГТУ, 2012. – С. 185–189.

4. Важенин И. А., Абилов А. В. Модификация систем веб-аналитики r1w1k и ее локализация в России // Сб. трудов II Всерос. науч.-техн. конф. аспирантов, магистрантов и молодых ученых с международным участием. – Ижевск : Изд-во ИжГТУ, 2013. – С. 456–461.

5. Насыров Н. Ф. Визуализация результатов обучения как средство повышения качества подготовки технических специалистов // Т-Comm – Телекоммуникации и транспорт. – 2014. – № 5. – С. 72–74.

УДК 159.923

А. И. Троянская, кандидат психологических наук, ИжГТУ имени М. Т. Калашникова

## ОСОБЕННОСТИ РЕФЛЕКСИИ МОЛОДЫХ ЛЮДЕЙ, ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО РАЗНЫМ ПРОФИЛЯМ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ

Современный мир предоставляет широкое разнообразие вариантов выбора жизненного пути и направлений развития личности. В цивилизованном обществе приоритетное право этого выбора признается за индивидуальностью. Востребованной становится компетентность ориентирования в пространстве разнородных ценностей, рефлексивной регуляции как высшего уровня саморегуляции деятельности [1].

Рефлексия как психическое свойство «переживает» подлинный расцвет на этапе молодости. Рефлексия личности есть полипроцессуальное образование, ядром которого является иерархия когнитивных процессов, но обращенных к внутреннему миру [2]. Она заключается в познании, переосмыслении и проектировании личности собственной деятельности, своей позиции в ней и образа себя как субъекта этой деятельности [3].

Ценнейшее психологическое приобретение юности – открытие своего внутреннего мира [4]. Молодость – период жизни после отрочества до взрослости (возрастные границы условны – от 15-16 до 21-25 лет). Это период, когда человек может пройти путь от не-

уверенного, непоследовательного отрока, притязавшего на взрослость, до действительного повзросления [5].

Выбор профессии – обязанность и право в юношеском возрасте. Особенности обучения по выбранному направлению подготовки оказывают воздействие на личность, задавая специфику рефлексии, модели ее осуществления, приоритетные объекты. Можно сказать, что студенты разных профилей подготовки «задумываются о разном и думают по-разному». Между тем универсальными остаются возрастные задачи молодости. Они задают специфические для возраста объекты рефлексии. Разрешение этих задач составляет базу благоприятного прохождения возрастного этапа, а также субъективного благополучия личности.

В связи с этим встала проблема изучения особенностей рефлексии молодых людей: как единые задачи развития и соответствующие направления рефлексии реализуются под влиянием профиля профессионального развития, задающего свои приоритеты, специфические объекты рефлексии? Как это пересечение ориентиров влияет на психологическое благополучие и развитие личности?

Субъективное благополучие понимается как субъективное самоощущение целостности и осмысленности индивидом своего бытия. [6] Понятие благополучия взято всемирной ассоциацией здравоохранения в качестве основного для определения здоровья. В нем здоровье – это не только отсутствие болезней и физических дефектов, но и состояние полного физического, умственного и социального благополучия [7].

В предпринятом с целью решения обозначенной проблемы исследовании применялся следующий инструментарий: рефлексивный тест-самоотчет «Кто Я» (Мухина В. С., [8]), дополненный рисуночным вариантом, иллюстрирующим вербальные самоописания; анализ жизненных целей (Столяренко Л. Д. [9]); методика предельных смыслов (Леонтьев Д. А. [10]). Обработка вербального материала производилась методом контент-анализа и смыслового анализа.

В исследовании принимали участие 80 студентов вузов (МПГУ, ИжГТУ имени М. Т. Калашникова) различных профилей подготовки (психология развития, социальная работа с молодежью, менеджмент, управление персоналом), из них 21 человек – мужчины, 59 – женщины. При анализе результатов исследования участники условно были объединены в группы по направлениям подготовки – «психология», «экономика».

Выявленные особенности рефлексии образуют несколько слоев-уровней: общие по выборке возрастные особенности; особенности, отражающие специфику профиля профессиональной подготовки; индивидуальные особенности. Также были обнаружены черты, связанные с этнокультурными особенностями (использование традиционной символики в рисунке, особенности выбора цвета, обращение к ценностям, традиционным для этноса). Изучение данных особенностей составляет тему отдельного исследования.

### Общие характеристики рефлексии

1. Поверхностный слой рефлексии составляют позитивно эмоционально окрашенные высказывания: у группы «психологов» это комплименты себе, любовные самоописания («Я как цветок», «Яркая и привлекательная девушка»), у «экономистов» высказывания гедонистической направленности на тему «Что я люблю» («Мне нравятся автомобили, современные гаджеты», «Я обожаю лето, море»).

2. Рефлексии обнаруживают направленность на поиск себя, стремление к открытию своей личности: «Я не знаю, кто я», «Я человек, который ищет свое место в жизни». Также эта направленность обнаруживает себя в высокой степени принятия задания на составление самоотчетов и серьезном отношении к его выполнению. Содержатся указания на этническую принадлежность, корни («Я сербка, носитель культуры», «Я очень люблю свою малую родину»)

3. Ярко выражена амбивалентность рефлексий. Юность ищет решения собственных противоречий. Противоречия могут быть как осознанными, так и не осознанными.

Не осознанные противоречия проявляют себя прежде всего в невербальном материале – рисунке, нейро-психологических показателях (нажмие, штриховках). Часто встречаются закрашивания, обведения букв (особенно буквы Я), неравномерный нажим, зачеркивания. Распространено противоречие рисунка и текстового описания или столкновение противоположностей в рисунке – солнце и луна, разделение лица на половины, выражающие диаметрально противоположные эмоции.

Встречаются прямые указания на противоречия: «Я не знаю, чего я хочу в жизни», «Я собрание противоположностей».

Анализируя содержание материала, можно выделить несколько общих типов противоречий:

3.1) противоречие эмоций и разума;

3.2) противоречие добра и зла;

3.3) противоречие нереализованных возможностей;

3.4) противоречие социальных рамок и барьеров и стремления к состоянию так называемой полной свободы. Эмоциональные переживания, связанные с противоречиями, оказывают влияние на психологическое благополучие личности.

4. Рефлексии молодых людей подчеркивают значение половой идентификации, отношений мужчины и женщины («Я молодая и привлекательная девушка», «Я парень своей девушки»). Отмечается роль дружеских связей («На меня сильно повлияли отношения с моей подругой»).

5. Высокое значение придается выбору профессии («Я психолог», «Я будущий руководитель, ответственный работник»). Подчеркивается достигнутая самостоятельность или притязания на нее («Я самостоятельный, сам оплачиваю свою учебу», «Я хочу решать проблемы так, как сам считаю нужным, а не как говорят другие»).

6. Психологическое время характеризуется преимущественной направленностью в будущее. По содержанию можно выделить несколько типов направленности:

6.1) направленность к значимым свершениям в плане социальных и семейных отношений;

6.2) карьерные ожидания;

6.3) предвосхищение приобретения чего-либо важного из предметного мира;

6.4) устремленность к самоисследованию.

Общие черты самоотчетов созвучны ключевым задачам возрастного периода молодости. Промежуточность общественного статуса юношества определяет особенности психики молодых людей. Молодость – этап интенсивного развития самосознания, выработки мировоззрения и жизненной позиции [11].

Были выделены особенности рефлексии, специфические для разных профилей профессиональной подготовки.

### Особенности рефлексии обучающихся по психологическим профилям подготовки

1. Интенсивной рефлексии подвергается реальность внутреннего пространства личности, пре-

имущественно применяется *интрапсихическая рефлексия*, направленная на исследование внутреннего мира, *характеристику собственных эмоций* («Я человек довольно сдержанный и терпеливый»). Преобладают *описательные категории*. Внутренний мир осознается довольно глубоко, психологические качества именуется научными терминами («Я экстраверт», «У меня развита эмпатия»).

2. Ярко выражено *идеалистическое самолюбование* («Я экзотический цветок»). Осознание своей *уникальности* и придание ей особого значения («Таких как я больше нет»).

3. Рефлексии *социального пространства* характеризуются *желанием сделать свой вклад в общественную жизнь*, но в то же время отсутствует понимание, какой конкретно вклад возможен. Обозначаемые «высокие» намерения выражаются в *абстрактных категориях* («Я хочу внести свой вклад в общество, но пока не знаю, какой», «Я готова быть социально полезной, но только в том социуме, который я буду считать стоящим»). Рефлексии подвергаются *нереализованные возможности* («Я нереализованная певица», «Я всегда мечтала танцевать»).

4. В невербальном *рисуночном материале* преобладают *символические изображения*: наполовину наполненная ваза, радуга, планета.

5. Преобладающие категории *действия* (глаголы) – *любить* и *понимать*.

Отметим характеристики рефлексии «психологов», имеющие значение в плане суждения о *психологическом благополучии личности*. Направленность на *осознание собственных психических процессов* может помочь в решении значимых задач возраста, саморазвитии личности. Позитивную роль в реальном взрослении играет *желание внести свой вклад в общественную жизнь*, хотя это желание и недостаточно конкретизировано. Отмеченная *большая устремленность к своему внутреннему миру, чем к внешнему предметному*, и даже *большая, чем к социальному*, может приводить к увлечению самолюбованием. Возможно, в силу склонности к интровертированности прослеживается тема сожаления о *нереализованных возможностях*.

#### **Особенности рефлексии обучающихся по экономическим профилям подготовки**

1. Преимущественно применяется *рефлексия интрапсихическая*, направленная на осознание внешнего предметного и социального мира («Я хочу получить такую работу, которая будет мне нравиться»). Рефлексия *предметного мира* выражается в виде *конкретных притязаний* («Мне нужно взять ипотеку на квартиру», «Я стремлюсь накопить на машину»).

2. При рефлексии *социального пространства* осознаются *высокие требования*, которые предъявляет окружение к молодому человеку. Чтобы успешно справляться со своими ролями, он вынужден прилагать усилия, *надевая на себя различные маски* («Я играю в своей жизни множество ролей, приятных и не очень», «В этой жизни нужно много притворяться, а я не хочу»). Прослеживается ориентация на *высокий карьерный рост* («Я стремлюсь постро-

ить внушительную карьеру»). *Социальные связи и обязательства понимаются конкретно* («Я помогаю родителям в бытовых проблемах»). Наблюдается *и стремление к общению, и желание одиночества* («Я не люблю шумных компаний, но и не могу долго оставаться одна»). Анализируется *чувство разочарованности в людях* («Я постоянно разочаровываюсь в людях», «Я творческий человек, но иногда люди не понимают мои способности»).

3. Открыто описываются *конкретные жизненные проблемы*. При этом не избегаются и *негативные самоописания*, выражена *самокритичность* («Я не уверен в себе и своем будущем», «Я выгляжу уверенно, но в глубине души боюсь», «Мне сложно полюбить себя»). Выносятся тема *заботы о здоровье* («Я стремлюсь выделять время, чтобы заботиться о своем здоровье»).

4. В *рисуночном материале* преобладают *схемы, пиктограммы* (схематично изображенные человек, цветок). По типологии изображений Э. Крепелина [12], *схемы как стереотипные изображения* несколько ограничивают возможности самовыражения, часто отражая действие защитных механизмов, смысловых барьеров в осознании своей позиции по отношению к проблеме. Распространенный вариант, когда рисунок себя – это буквальный рисунок человека.

5. Преобладающие *категории действия* (глаголы) – *любить* и *достигать*.

Для суждения о *психологическом благополучии личности* существенны следующие особенности рефлексии молодых людей группы «экономистов». *Конкретное понимание* стоящих перед собой задач, социальных обязательств располагает к успешной адаптации в социуме. Открытость в описании собственных проблем, *самокритичность* указывают на освобождение от иллюзий, а также на потребность выразить свои чувства, сомнения, свое отношение к людям и выводы о взаимодействии с ними. Вероятно, возможностей такого самовыражения не хватает в учебном процессе, организованном с упором на математические дисциплины и меньшим количеством личностно ориентированных гуманитарных дисциплин.

*Высокие требования к себе*, высокая планка достижений в предметном мире могут порождать переживания неуверенности, *опасения*, в том числе и в области здоровья. Необходимость приложения усилий для исполнения различных ролей субъективно переживается как *необходимость «носить маски»*, что может вызывать состояния *разочарованности*.

Общие направления рефлексии, связанные с задачами развития, реализуются в условиях различным образом организованного учебного процесса, предлагающего личности различные объекты рефлексии, приемы мыслительной деятельности, различные ценности как варианты жизненных приоритетов. Но в то же время прослеживается интерес к тем сферам жизни, на которые уделяется меньше организованного внимания в рамках учебного процесса. Они вызывают некоторые затруднения, сопровождаются соответствующими эмоциями.

В ходе реализации воспитательной функции образования необходимо создать соответствующие условия для самоисследования: для психологов – возможности общественной реализации, конкретного планирования карьеры, ориентировки в реальной социальной ситуации; для экономистов – самопознания в открытом межличностном общении, возможно в форме тренинга, обсуждения возникающих трудностей, смысловых барьеров в самовыражении, самодиагностики психологических качеств.

Практическая значимость проведенного исследования обнаруживается в плане сохранения психологического здоровья и благополучия. Заинтересованным в развитии личности, педагогам, психологам, административному персоналу учебных заведений важно учесть возрастные задачи, специфические потребности молодых людей, связанные с их рефлексивным поиском себя, вплоть до обогащения программ профессиональной подготовки, широкого привлечения молодых людей в предоставляемые вузами факультативные возможности самореализации в реальном мире, такие как волонтерские отряды, программы стажировок и др.

Получено 01.04.2015

#### Библиографические ссылки

1. Карпов А. В. Психология сознания. Метасистемный подход. – М. : РАО, 2011. – 1088 с.
2. Там же.
3. Троянская А. И. Профессиональная рефлексия личности в мире этнической культуры. – Ижевск, 2011. – 120 с.
4. Мухина В. С. Возрастная психология. Феноменология развития : учебник для студ. высш. учеб. заведений. – 12-е изд. – М. : Академия, 2009. – 640 с.
5. Там же.
6. Франкл В. Человек в поисках смысла. – М. : Прогресс, 1990. – 366 с.
7. Лепешинский Н. Н. Адаптация опросника «Шкала психологического благополучия» К. Рифф // Психологический журнал. – 2007. – № 3. – С. 24–37.
8. Мухина В. С. Личность. Мифы и Реальность (Альтернативный взгляд. Системный подход. Инновационные аспекты). – 2-е изд., испр. и доп. – М. : Прометей, 2010. – 1088 с.
9. Столяренко Л. Д. Основы психологии. – Ростов н/Д., 2000. – 672 с.
10. Леонтьев Д. А. Методика предельных смыслов (МПС) : метод. рук. – М. : Смысл, 1999. – 36 с.
11. Кон И. С. Психология ранней юности. – М. : Просвещение, 1989. – 256 с.
12. Возрастно-психологический подход в консультировании детей и подростков : учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Г. В. Бурменская, Е. И. Захарова [и др.]. – М. : МПСИ, 2007. – 416 с.

ББК 75.1я7

**В. В. Новокрещенов**, доктор педагогических наук, профессор, ИжГТУ имени М. Т. Калашникова

### **РАЗРАБОТКА СИСТЕМЫ ОЦЕНКИ УРОВНЯ ЗНАНИЙ И УМЕНИЙ В ОБЛАСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА ДЛЯ ИСПЫТУЕМЫХ, ОТНЕСЕННЫХ К I–VI СТУПЕНЯМ ВСЕРОССИЙСКОГО ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО КОМПЛЕКСА «ГОТОВ К ТРУДУ И ОБОРОНЕ» (ГТО)**

**Т**ребования к оценке уровня знаний и умений в области физической культуры и спорта предусмотрены пунктом 15 Положения о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО) (далее – Положение), утвержденного постановлением Правительства Российской Федерации [1] и включены в раздел III Положения – «Структура и содержание Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса».

Структура и содержание знаний и умений в области физической культуры и спорта для испытуемых I–VI ступеней, включает проверку по следующим темам.

1. Влияние занятий физической культурой на состояние здоровья, повышение умственной и физической работоспособности.

2. Гигиена занятий физической культурой.
3. Основные методы контроля физического состояния при занятиях различными физкультурно-оздоровительными системами и видами спорта.
4. Основы методики самостоятельных занятий.
5. Основы истории развития физической культуры и спорта.
6. Овладение практическими умениями и навыками физкультурно-оздоровительной и прикладной направленности, овладение умениями и навыками в различных видах физкультурно-спортивной деятельности.

Вместе с тем государственные требования к уровню физической подготовленности обучающихся при выполнении нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (далее – комплекс ГТО), утвержден-