

СПОРТИВНИЙ ВІСНИК ПРИДНІПРОВ'Я

«СПОРТИВНИЙ ВІСНИК ПРИДНІПРОВ'Я» –

науково-практичний журнал
Дніпропетровського державно-
го інституту фізичної культури
і спорту

ГОЛОВНИЙ РЕДАКТОР

В.Г. Савченко

РЕДАКЦІЙНА КОЛЕГІЯ:

В.В. Абрамов
В.В. Бугуйчук
О.Д. Дубогай
В.В. Клапчук
О.Л. Луковська
Н.В. Москаленко
(заступник головного
редактора)
В.В. Приходько
В.М. Рахманов
Л.П. Сергієнко
В.М. Шамардін
В.А. Шаповалова

Журнал включено до переліку
наукових фахових видань
України, в яких можуть публіку-
ватися результати дисертацій-
них робіт на здобуття наукових
ступенів доктора і кандидата
наук (Додаток до постанови
Президії ВАКУ України від
10 грудня 2003 р. №1-05/10)

Реєстраційний №ДП-703
від 25 січня 2000 р.

Україна, 49094,

м. Дніпропетровськ,

вул. Набережна Перемоги, 10

Факс: (0562) 46-05-61

Тел.: (0562) 46-05-52

(редакція)

І. ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ РІЗНИХ ГРУП НАСЕЛЕННЯ

Оксана Вацеба

Піонер українського тіловиховання – Іван Боберський 4

Людмила Долженко

Гранично припустимий і раціональний рівні фізичного навантаження
студентської молоді в процесі фізичного виховання 8

Ганна Клименко, Михайло Філіптов

Організаційне і методичне забезпечення процесу
фізичного виховання студенток 12

Андрій Мандюк

Рівень знань учнів старшого шкільного віку про зв'язок
фізичної культури з українським фольклором 18

В'ячеслав Котов, Ірина Масляк

Динаміка показників фізичного здоров'я жінок молодого
та середнього віку під впливом вправ бодіфітнесу 21

Микола Крук

Проблеми шкільної фізичної культури у творчості
О.Д. Бутовського та П.Ф. Лесгафта 25

Ігор Бакіко

Профілактика шкідливих звичок у підлітків засобами фізичної
культури і спорту 28

Тетяна Бала, Ірина Масляк

Вплив вправ черлідінгу на рівень розвитку координаційних
здібностей дівчат середнього шкільного віку 31

Світлана Киселевська, Валентина Брінзак

Дозований біг та ритмічна гімнастика в програмі оздоровчих
занять з фізичного виховання студентів КНУБА 35

Майя Зубаль

Вплив авторської програми покращення фізичних якостей
хлопчиків 9-10 років різних соматотипів на їх фізичну
підготовленість і здоров'я 38

Олена Боднарчук, Оксана Вацеба, Петро Дацків

Фізичний розвиток першокласників 44

Наталія Пангелова

Розвиток фізичних здібностей дітей 5-6 років в процесі
занять з елементами туризму 48

Наталія Фролова

Оптимізація самостійної фізкультурно-оздоровчої роботи зі студентами
педагогічних вузів 52

Олександр Орлов

Взаємозв'язок фізичних, функціональних та психофізіологічних
показників у структурі підготовленості студентів при початковому
навчанні бойовим мистецтвам 56

№ 3-4/2008

<i>Оксана Мартинюк</i> Дослідження впливу функціональних порушень ОРА на топографію сили студенток економічного ВУЗу 61	<i>Альгірдас Чепуленас, Гітис Мажеліс</i> Развитие физических способностей у хоккеистов с шайбой в возрасте 11–13 лет..... 107
<i>Олена Кузнецова</i> Дослідження особистісної і реактивної тривожності як емоційного стану особистості 65	<i>Леонід Сергієнко, Наталія Чекмарьова</i> Критерії спортивного відбору дітей і підлітків за показниками розвитку психомоторних здібностей 109
<i>Олександр Подлесний</i> Схильність до професійної діяльності студентів-судноводіїв 70	<i>Володимир Бобровник</i> Практичні аспекти формування технічної майстерності легкоатлетів-стрибунів..... 115
<i>Юрій Свєреда</i> Фізична підготовленість ліцеїстів луцького НВК «ЗОШ-інтернат, правознавчого ліцею з посиленою фізичною підготовкою» 74	<i>Юрій Бріскін, Мар'ян Птин, Тарас Тимчій</i> Компоненти результативності змагальної діяльності у веслуванні на каное..... 120
<i>В'ячеслав Семененко</i> Термінова реакція організму молодших школярів на холодові та теплові процедури загартування 76	<i>Алена Бутько</i> Изучение деятельности детско-юношеских клубов физической подготовки по их организации и функционированию..... 123
<i>Надія Сергєєва, Ніна Коваленко</i> Формування професійного спілкування студентів інституту фізичної культури в процесі викладання іноземних мов 79	<i>Віктор Костюкевич</i> Побудова мікроциклів у тренувальному процесі футболістів високої кваліфікації 126
<i>Наталія Тимчишена</i> Рівень сформованості професійних умінь і навичок студентів інститутів фізичної культури і спорту 83	<i>Володимир Глухов, Людмила Шульга, Людмила Подостнова</i> Удосконалення техніки плавання кваліфікованих плавців 131
<i>Сергій Трачук</i> Структурна характеристика і метаболічна вартість компонентів добової рухової активності молодших школярів 86	<i>Василь Горбенко, Володимир Новиков</i> Педагогічний контроль в системі підготовки бар'еристів на дистанції 110м з бар'єрами..... 136
<i>Павло Шмигов</i> Професійно-прикладна фізична підготовка майбутніх фахівців із комп'ютерних технологій у вищих педагогічних навчальних закладах 89	<i>Оксана Барбарич, Леонід Дворецкий</i> Анализ соревновательной деятельности лидера белорусских гимнасток на чемпионатах Европы 2007 и 2008 гг. 139
<i>Сергій Фишев</i> Динаміка розвитку спортивно-масової роботи серед студентів ВНЗ харківської області 93	<i>Тетяна Дзюгі</i> Відновлення працездатності кваліфікованих веслярів на байдарках і каное з використанням позатренувальних засобів 144
<i>Юлія Ядвіга, Георгій Коробейніков, Ігор Козетов</i> Ставлення студентів до традиційного змісту занять фізичним вихованням в умовах кредитно-модульної системи організації навчання 96	<i>Олена Козлова</i> Система рейтингової оцінки спортсменів високої кваліфікації в умовах професіоналізації легкої атлетики 149
<i>Галина Безверхня</i> Фактори, що впливають на формування мотивації рухової активності школярів 99	<i>Тетяна Захаровська</i> Взаємозв'язок результату в метанні спису з розбігу з показниками спеціальної фізичної підготовленості списометальників на етапі початкової підготовки 154
<i>Тетяна Круцевич, Оксана Марченко</i> Сформованість цінностей індивідуальної фізичної культури студентів різних відділень ВУЗу 103	<i>Ольга Петрова</i> Мережева технологія дистанційного навчання як перспективна форма підвищення кваліфікації фахівців сфери фізичного виховання та спорту..... 158



I. ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ РІЗНИХ ГРУП НАСЕЛЕННЯ

ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБИСТІСНОЇ І РЕАКТИВНОЇ ТРИВОЖНОСТІ ЯК ЕМОЦІЙНОГО СТАНУ ОСОБИСТОСТІ

Олена Кузнєцова

Рівненський державний гуманітарний університет



Анотація

В статтю надані результати дослідження реактивної та личностної тривожності як емоціонального стану особистості.

Summary

The article deals with methods of determination of students' psychological features studying in different universities and obtaining different professions.

Постановка проблеми. Одним із найдавніших психічних станів за походженням є емоції. Життя без емоцій було б так само неможливим, як і без відчуттів. Варто лише на хвилину уявити собі людей, розмірковував П. Анохін [1], як перед нами відкривається глибока прірва взаємного нерозуміння і повної неможливості встановити суто людські стосунки.

Емоція (лат. *emovere* – збуджувати, хвилювати) – узагальнена чуттєва реакція, що виникає у відповідь на різні за характером екзогенні (ті, що йдуть з навколишнього середовища) і ендогенні (ті, що виходять із власних органів і тканин) сигнали, які обов'язково викликають певні зміни у фізіологічному стані організму.

Емоції відображають не предмети і явища, а їх об'єктивні відношення до потреб людини як організму. Вони викликають у свідомості не образи предметів чи явищ, а переживання.

З емоціями тісно пов'язані почуття, які, на думку багатьох учених, є продуктом суспільного розвитку людини. Вони виникають лише за наявності певного рівня інтелекту і відображають відношення предметів і явищ до вищих потреб і мотивів діяльності людини як особистості, здійснюють саморегуляцію не організму, а особистості людини, впливаючи на її взаємодію із суспільством [10].

Отже, **почуття** — специфічна форма відображення дійсності, в якій виявляється стійке суб'єктивно-емоційне ставлення

людини з властивими їй потребами до предметів і явищ, які вона пізнає і змінює.

У нашій роботі ми розглянемо рівень тривожності як природну і обов'язкову особливість активної особистості, при цьому усвідомлюючи, що є оптимальний для кожної людини рівень «корисної тривоги».

Тривога, як і будь-яке інше психічне переживання, безпосередньо пов'язана з провідними мотивами і потребами особистості та покликана регулювати її поведінку в потенційно загрозливій ситуації. Безпідставний страх (фобія) – це не лише спроба створити об'єкт для наповнення конкретним змістом неприємних передчуттів, а й заперечення реального і відомого джерела загрози, оскільки механізм витіснення зберігає її у первинному вигляді. Ймовірно, що невизначеність та не диференційованість тривоги значною мірою пов'язана з рівнем особистості, на якому загроза сприймається відповідно до сформованого людиною уявлення про безпеку [6, 9].

Аналіз досліджень і публікацій.

Серед психологів поки що не досягнуто єдності поглядів на роль емоцій у діяльності організму. Досить численний їх загін, спираючись на роботи психологів В. Джеймса і данського фізіолога Г. Ланге, вважає, що емоції не впливають на функціонування організму, а лише передають вищим відділам мозку загальну оцінку того, що в ньому відбувається.

Емоційні центри в нижніх відділах мозку відіграють роль спостерігачів, завдання яких – «оцінювати обстановку». На думку цих учених, сприймання обстановки безпосередньо зумовлює відповідні зміни в організмі, а також тілесні дії, які людина переживає як емоції. Отже, емоція є інформатором психіки про стан організму. Водночас у цих теоріях неможливо знайти відповідь на питання, навіщо людині потрібні емоції і як саме схожі фізіологічні зміни переживаються як різні емоції [10].

Однією зі спроб подолати недоліки теорії Джеймса-Ланге є *активаційні теорії* (Ч. Шеррінгтон, К.-Г. Юнг та ін.). Їх автори вважають, що емоційні центри відіграють роль вартових, які здійснюють тривогу, коли виникає загроза нормальній життєдіяльності. Тоді емоції мобілізують вищі ділянки мозку на діяльність, яка відповідає стану організму. Пов'язавши відчуття й емоції, представники активаційних теорій намагаються пояснити різноманітність людських переживань через афективний (чуттєвий) тон відчуттів, але як він виникає, не пояснюють.

Щоб установити це, американський фізіолог Волтер Кеннон (1871-1945) та його наукові соратники запропонували *таламічну теорію емоцій*. На їх думку, специфічна якість емоцій додається до простого відчуття, коли виникають таламічні процеси. Збудження від рецепторів спочатку надходить у таламус, де відбувається його оцінювання. Якщо воно нейтральне, то спрямовується далі в кору головного мозку, якщо ж емоційне, то збуджує таламус. Таламічне збудження передається вниз, на нервову систему, викликаючи виразні рухи, і вгору, в кору головного мозку, де переживається як емоційний тон, доданий до відчуттів. Таламічна теорія, маючи раціональні міркування, також не може обґрунтувати необхідність емоцій.

Автори *конфліктної теорії* канадський психолог Дональд Хебб (1904-1985), французькі – Едуард Клапаред (1873-1940) і П'єр Жане (1859-1947) вважають емоції порушенням нормальної активності в корі, вродженою реакцією на конфлікт між тим, що людина знає і може, і тим, чого від неї вимагає життя. На інформаційному рівні її розробляє російський фізіолог і психолог Павло Симонов (нар. 1926). Він вважає, що саме емоції допомагають організму виходити зі складних ситуацій. Вони виникають за недостатньої інформації для досягнення мети. Замішуючи цю недостатність, емоції забезпечують продовження дії, підвищують надійність живої системи [10].

Аналіз проблем тривожності у сучасній науковій літературі має також багатоаспектний і багаторівневий характер. Це, поперше, пов'язано із вивченням природи й функціонального призначення тривоги (В.М. Астапов, 2004; Л.І. Божович Ф. Василюк, 1994; О.І. Захаров, 2004; А.М. Прихожан, 1998; Ч.Д. Спілберг, 1983), а по-друге – з різногалузевою спрямованістю досліджень і виокремленням загально психологічного і прикладного рівнів вивчення тривожності (Ф.Б. Березин, Т.С. Кириленко, 2004; М.С. Корольчук, 2002; О.П. Санникова, 2000; В.А. Семиденко, 1996). Дослідженню тривожності, як стилю особистісного реагування, присвячені праці Д. Карнегі [4]; як риси особистості – Н. Бастун [2]; як передумови розвитку неврозу – В. М'ясищева [5]. О.А. Черникова говорить про тривогу як «страх очікування», а О. Кондак, 1998 – про страх перед випробуванням.

Отже, попри велику кількість спроб, розробити універсальну концепцію емоцій поки що не вдалося. Кожна з існуючих має тези, які правильно пояснюють окремі особливості емоцій, та не позбавлена водночас бездоказових міркувань. На сучасному етапі ви-

вчення емоцій найперспективнішою видається конфліктна теорія [10].

Метою нашого дослідження передбачалося визначення за методикою Ч.Д. Спілберга, Ю.Л. Ханіна [7, 9] рівня тривожності на даний момент (реактивна тривожність) і рівня тривожності стійкої характеристики (особистісна тривожність).

Виклад основного матеріалу досліджень.

Відомо, що стан тривоги і тривожність як риса особистості здійснюють неоднозначний вплив на ефективність будь-якої діяльності, яка визначається відповідністю рівня тривожності оптимальному для конкретної людини психічному стану.

Тривожність як феномен емоційної сфери особистості має складну структуру і може бути охарактеризована кількісно, якісно та змістовно. Оптимальним (корисним) вважається такий рівень тривожності, що необхідний для мобілізації сил на подолання перешкод, що виникли, але, звичайно, оптимальність – умовне поняття. Крім того, важливо розрізнити ступінь виразності реакції і її якісні особливості: інтенсивність реакції є критерієм диференціації невротичної й нормальної тривожності лише за умови оцінювання пропорційності реагування об'єктивно існуючій загрози.

Попереджуючи про можливу загрозу, тривожність спонукає людину до активного пошуку й конкретизації шляхів її подолання. На відміну від нормальної, невротична тривожність є результатом специфічної відмови від пошукової активності, а невротичні механізми захисту – своєрідною психологічною компенсацією. Натомість виникає вторинна пошукова активність, яка спрямована не на зміну неприємної ситуації або ставлення до неї, а лише на усунення наслідків, тобто самої тривожності [1, 3, 6, 7].

Надмірне перебільшення та заниження міри впливу зовнішніх подій й та адекватності безпосередньої емоційної відповіді перешкоджає подальшому розвитку особистості. Толерантність до тривожності проявляється у підвищенні порогу емоційного реагування на загрожуючу ситуацію, що характеризується як витримка і самовладання. На суб'єктивному рівні тривожність переживається як негативний стан, але саме вона стає чинником мобілізації потенційних можливостей людини. У концепції Сальє тривожність аналізується як перша фаза загального адаптаційного синдрому.

Для визначення цих факторів, що впливають на цінні орієнтації й значення при підготовці майбутніх спеціалістів, ми провели психодіагностичне тестування студентів-спортсменів старших курсів Рівненського державного гуманітарного університету. У психодіагностичному дослідженні взяли участь 43 студента ІV курсу педагогічного факультету, що систематично займаються фізичною культурою і спортом. У результаті проведених досліджень (табл. 1) 93 % спортсменів були виявлені з низькими показниками реактивної тривожності. У 7 % студентів показники особистісної тривожності низькі, у 83,7 % – помірні і 9,3 % – високі.

Аналіз результатів Реактивної чи ситуативної тривожності характеризується напруженістю, неспокоєм, нервозністю. Якщо вона велика, то в людини порушується увага, а інколи і тонка координація рухів.

Особистісна тривожність – це стійкий стан. Вона характеризує схильність людини сприймати значну кількість ситуацій як загрозові, реагувати на них станом тривоги. Дуже висока особистісна тривожність безпосередньо пов'язана з наявністю невропатичного конфлікту, з емоційними та нервовими зривами, із психосоматичними захворюваннями. Тому ми не повідомляли результати цього дослідження при сторонніх, а сам досліджуваний дізнавався про рівень тривожності в коректній формі. При цьому в розмові з ним підкреслювалося, що тривожність не є негативною рисою. Тривожність у студентів – досить поширене явище [3, 6, 8, 11].

Як бачимо (табл. 2), середньо-групові показники не виявили істотних відмінностей між результатами двох груп, що підтверджує здатність студентів адекватно реагувати на ситуацію.

Лише в 7 % студентів рівень реактивної тривожності помірний, що не можна сказати про особистісну тривожність (86,0 % випробуваних) та в 7 % випробуваних –

високий рівень ОТ. Низький рівень тривожності на момент проведення дослідження – РТ – (93,0 % випробуваних студентів) вимагає уваги до мотивів діяльності та підвищення відчуття відповідальності.

Значні відхилення від рівня помірної тривожності вказують на те, що в студента виникає тривожність у ситуаціях оцінки її компетентності. Тоді слід переглянути значимість даної ситуації і знайти для себе обґрунтування, яке зменшує її суб'єктивну значимість. Крім цього, слід перенести свою увагу і зробити акцент на осмисленні діяльності. Одним із напрямків у складанні рекомендацій для даного випадку можуть стати пошук вправ для саморегуляції, створення психологічної підтримки для формування почуття впевненості в успіху.

Іноді тривожність у показниках тесту може приховувати за собою захисний психологічний механізм витіснення реальної тривожності чи бажання «показати себе з кращого боку».

Ми провели порівняльний аналіз результатів дослідження зі студентським контингентом РДГУ з експериментальними даними А.В. Крота, О.О. Єжова, отриманими в Сумському державному педагогічному університеті (Крот А.В., Єжов О.О. Психофізіологічне забезпечення соціальної адап-

Таблиця 1
Показники шкали самооцінки особистісної і реактивної тривожності студентів ІV курсу Рівненського державного гуманітарного університету за методикою Ч.Д. Спілберга, Ю.Л. Ханіна

Показники	41 група 21 чол.				42 група 22 чол.				Всього 43чол.			
	РТ		ОТ		РТ		ОТ		РТ		ОТ	
	п	%	п	%	п	%	п	%	п	%	п	%
Низький < 30 балів	19	90,46	1	4,76	21	95,5	2	9,09	40	93,0	3	6,97
Помірний 31-45 балів	2	9,52	19	90,47	1	4,54	17	77,27	3	7,0	36	83,72
Високий > 46 балів	-	-	1	4,76	-	-	3	13,63	-	-	4	9,30

Примітка: РТ – реактивна тривожність
ОТ – особиста тривожність

Зведені дані показників психодіагностики студентів Рівненського державного гуманітарного університету

Показники психодіагностики	Статистичні показники								t-критерій Ст'юдента	P	F-критерій Фішера	P
	гр.31 n=23				гр.32 n=22							
	$X \pm \delta_x$	δ_x^2	v, %	t	$X \pm \delta_x$	δ_x^2	v, %	t				
Реактивна тривожність (РТ)	18,19±7,93	63,00	43	1,73	19,40 ± 6,54	42,87	33	1,39	0,547	>0,05	1,469	>0,05
Особистісна тривожність (ЛТ)	37,38±5,81	33,85	15	1,26	39,81 ± 5,88	34,60	14	1,25	1,372	>0,05	1,022	>0,05

тації студентів-першокурсників // Сучасні проблеми фізичного виховання і спорту школярів та студентів України: Матер. V Всеукр.наук.-пр.конф. – Суми, 2005. – С.59-63.) Порівняльний аналіз (табл.3) підтверджує наші припущення відносно занадто високого показника (93,0 % опитаних студентів) рівня РТ.

Висновки:

1. Емоційна сфера людини відіграє значну роль у її житті. За словами відомого американського психолога та філософа В.Джеймса, людина – це крапля розуму в океані емоцій. Існує ряд наукових теорій, які по-

різному трактують механізми виникнення та сутність емоцій.

2. Своїми емоціями та почуттями особистість виражає задоволення та незадоволення своїми вчинками, висловлюваннями, діяльністю, іншими людьми та оточуючою дійсністю.
3. Емоційний світ людини є складним та різноманітним. У ньому виділяють власне емоції, почуття та емоційні стани, хоча цей поділ є досить умовним, оскільки емоційні стани вбирають у себе емоції.
4. Сила, темп і ритм емоційних реакцій, як і емоційна врівноваженість, бувають різними

і є індивідуальними для кожної людини.

5. Експериментальні дослідження дозволили констатувати факт наявності цікавого вихідного матеріалу для проведення подальших розробок за методиками психодіагностики з студентським контингентом та розробки програми керування власним емоційним станом засобами фізичного виховання.
6. Знання індивідуальних особливостей спортсменів дозволяють викладачу, тренеру ефективно управляти процесом фізичного виховання і спортивного тренування.

Таблиця

Порівняльні дані показників тривожності студентів РДГУ та СумДПУ

Показники	Рівні	Студенти РДГУ (n = 43) спортсмени						Студенти СумДПУ (n = 35) спортсмени			Студенти СумДПУ (n = 35) не спортсмени		
		всі		жін.		чол.		всі %	жін. %	чол. %	всі %	жін. %	чол. %
		п	%	п	%	п	%						
Реактивна тривожність	Низький < 30 балів	40	93,0	10	23,25	30	69,76	-	-	-	2,85	-	4,0
	Помірний 31-45 балів	3	7,0	1	2,32	2	4,65	71,43	60,0	76,0	62,86	70,0	60,0
	Високий > 46 балів	-	-	-	-	-	-	28,57	40,0	24,0	34,29	30,0	36,0
Особистісна тривожність	Низький < 30 балів	3	6,97	-	-	3	6,97	17,14	-	24,0	2,86	-	4,0
	Помірний 31-45 балів	36	83,72	10	23,25	26	60,46	74,29	80,0	72,0	60,0	30,0	72,0
	Високий > 46 балів	4	9,30	1	2,32	3	6,97	8,57	20,0	4,0	37,14	70,0	24,0

Перспективи подальших досліджень. Необхідним для нас стає продовження вивчення цієї проблеми для отримання більш детальних даних та практичне застосування отриманих результатів у тренерській роботі.

ЛІТЕРАТУРА:

Анохин П.К. Избранные труды: философские аспекты теории функциональной системы. -М., 1976.

Бастуй Н. Індивідуальний підхід до учнів з високою тривожністю // Психолог. – 2003. – №33. – С. 17-19.

Профеев А.К. Проблеми психодіагностики в системі вищої освіти в умовах комп'ютери-

зації// Психолого-педагогічні основи використання ЕОМ у вузівському навчанні. – М.:МГУ, 1987. – С. 116-121.

4. Карнеги Д. Как перестать волноваться и начать жить. – К.: Абрис, 1922. – 224 с.

5. Мясницев В.М. Личность и невроты. – Л.: ЛГИ, 1960. – 130 с.

6. Натаров В.К., Немчин Т. А. Нервово-психічна напруга і психопрофілактика станів здоров'я студентів // Психологічний журнал. – 1988. – №3.-С.87-92.

7. Пашукова Т.І., Дотра А.І., Дьяконов Г.В. Практикум із загальної психології / За ред. Т.І. Пашукової. – К.: Т-во «Знання», КОО, 2000. – 204 с.

8. Полянничко О.М. Особистісна і ситуативна тривожність у

нормі та в умовах замкненого простору печер/Вісник Чернігівського державного педагогічного університету , 2007. – С.89-92.

9. Спилберг Ч.Д. Концептуальные и методологические проблемы исследования в спорте // Стресс и тревога в спорте. – М.: ФИС, 1983. – 288 с.

10. Степанов О.М., Фіцула М.М. Основи психології і педагогіки: Посібник. – К.: Академвидав, 2003. – 504 с.(Альма-матер).

11. Якунин В.А., Кондратьева В.С. Психологические аспекты нравственного формирования личности студентов в учебной деятельности// Личность и деятельность. – Л.: Изд. ЛГУ, 1982. – С. 134-143.

