

ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ
імені Івана Боберського
КАФЕДРА ТЕОРІЇ І МЕТОДИКИ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

Сороколів Н. С.

Лекція № 6

Тема: «Методики перевірки сформованості ключових компетентностей засобами фізичного виховання. Засоби контролю»

з навчальної дисципліни

„КОМПЕТЕНТІСНИЙ ПІДХІД У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ”

План

1. Формування громадянських та соціальних компетентностей як провідної ключової компетентності фізкультурної освітньої галузі.
2. Методики формування поваги до людської гідності та прав людини засобами фізичного виховання.
3. Методики визначення цінності культурного різноманіття у фізичному вихованні.
4. Методика та рівні визнання цінності демократії, справедливості, рівності та верховенства права.
5. Методики формування поваги у фізичному вихованні.
6. Методики формування громадянської свідомості, відповідальності, впевненості в собі.
7. Тестування учнів по рівнях сформованості ключових компетентностей.
8. Методи формування ключових компетентностей: метод репертуарної сітки; критичних інцидентів; прямих атрибутів.
9. Вправи для розвитку соціально-емоційних навичок: емоційний щоденник, вправа «розвивати наполегливість», вправа «ефективне прийняття рішень», вправа «для гарного соціального спілкування», «Сенгвіч-техніка», «Повідомлення-Я».

Сучасне суспільство ставить перед освітою нові виклики, одним з яких є формування особистостей, що спроможні приймати неординарні рішення і ефективно налагоджувати взаємини у швидкозмінній реальності. Активність, самостійність, креативність, комунікабельність, адекватна самооцінка, здатність адаптуватися до стрімких змін – ці риси особистості є важливими на нинішньому етапі історичного розвитку, а їх формування потребує реалізації нових підходів в освітньому процесі. Сучасні випускники шкіл повинні мати не лише глибокі знання із конкретних предметів, а й високий рівень розвитку різних видів компетентностей.

провідною ключовою компетентністю для фізкультурної освітньої галузі в стандарті початкової та середньої освіти в рамках реформи «Нова українська школа» визнано громадянську та соціальну. Тому фахівців з фізичного виховання, проводячи заняття зі здобувачами освіти, повинні акцентувати увагу на формуванні вмінні працювати в команді, взаємодії під час рухової активності, розвитку поваги, гідності, толерантного ставленні до суперника, поваги до людської гідності, культурного різноманіття, застосування під час змагальної діяльності цінностей демократичного суспільства, справедливості, рівності та верховенства права, а також формувати громадянську свідомість, відповідальність та впевненості в собі.

У реалізації цієї ключової компетентності можна виокремити такі напрями діяльності, які сприяють формуванню соціальних компетентностей у здобувачів освіти (рис. 1).

До належать:

- використання технологій, які створюють «ситуацію успіху»;
- домінування під час освітнього процесу ігрового методу з використанням спеціально підібраних рухливих ігор;
- залучення учнів у більшій мірі до позакласної та позашкільної діяльності.

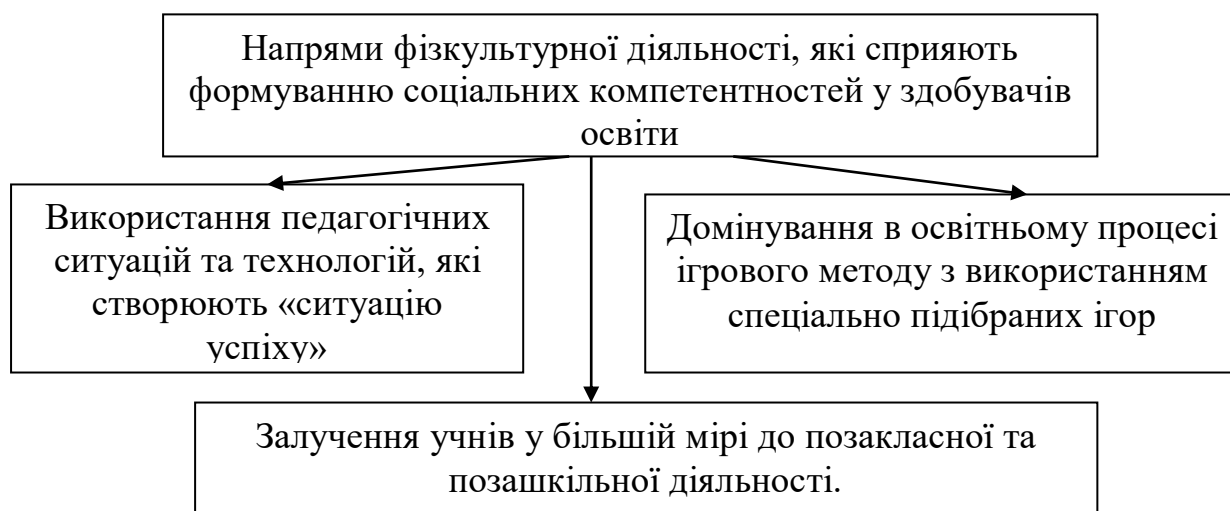


Рис. 1. Вагомі складові для формування соціальної компетентності у фізичному вихованні

Важливими умовами для організації ситуації успіху під час уроку фізичної культури є:

1. Належна психологічна атмосфера уроку
2. Використання індивідуального підходу з урахуванням резервів фізичного розвитку та фізичної підготовленості.
3. Заохочення школярів за будь-які успіхи.
4. Об'єктивне виставлення оцінок.
5. Використання педагогічних прийомів (табл. 1).

Педагогічні прийоми «ситуації успіху» на уроці фізичної культури

Прийоми	Очікувані результати
Призначення щоразу нових капітанів на уроці	Кожен учень матиме можливість отримати досвід лідера, проявляти ініціативу
Залучення учнів до проведення підготовчої частини уроку, до складання комплексів розвитку загальної і спеціальної фізичної підготовки	Учень отримує практичний досвід фізкультурно-оздоровчої діяльності, є зацікавленим проявити ініціативу, творчість, організаторські вміння
Використання індивідуального підходу при підборі вправ і дозування (виконання вправ з різним дозуванням)	Школяр може не виконувати вправу, яка є йому заважка чи недоступна (наприклад підтягування) проте він виконує вправи з розвитку сили.
Вчитель пропонує вибір, коли якість можна замінити кількістю	Школяр може здійснити вибір залежно від рівня фізичної підготовленості, наприклад, якщо не може пробігти 1 км. то можливим є подолання 1,5 км., але біг можна чергувати з ходьбою
Залучення учнів до організації уроку, суддівства	Звільнений від занять з фізичної культури школяр бере участь у освітньому процесі, допомагає вчителю: виконуючи обов'язки судді, контролера і т.д. Отримує досвід суддівства, починає краще розбиратися у правилах спортивних ігор.
Використання шкільних стендів «Рекорд класу», «Особистий рекорд», «Найкращі спортсмени школи» і т.д.	Учень може встановити рекорд у будь-якій вправі, навіть сам може її придумати. Досягається відчуття успіху, зміцнюється позитивна мотивація
Моніторинг рівня фізичної підготовленості кожного учня (як мінімум 2 рази у рік).	Учень має змогу порівнювати отримані результати з попередніми відслідковуючи їх приріст за рік
Звіт щодо досягнень учнів оприлюднюють (шкільні збори, ставлять до відома класних керівників та батьків)	Школяр є задоволений своїм результатом. З'являється бажання досягнути більшого.

Як було вже сказано, з метою формування громадянських та соціальних компетентностей в учнів окрім традиційних рухливих ігор, які проводяться в школах України нами радимо рухливі ігри запозичені з посібника «Moving Together: Promoting psychosocial well-being through sport and physical activity», розробленого під егідою Міжнародної ради спортивних наук і фізкультурної освіти (International Council of Sport Science and Physical Education).

Зазначимо, що ігрова діяльність як засіб соціалізації особистості вимагає управління з боку дорослого щодо взаємодії учня з ровесниками, педагогом. Взаємини з однолітками під час рухливих ігор активізують певні особистісні якості, які допомагають школярам адаптуватися в середовищі «дитина – дорослий», «дитина – дитина», відчуті емоційне благополуччя. Школяр отримує можливість відбору, активізації якостей, «потрібних» конкретному суспільству у даний момент, і вміння пристосовуватися до середовища, яке виховує у нього повагу до оточуючих, задовольняє його потребу в позитивній оцінці, сприяє розвитку почуття впевненості в собі. Учні вчаться дружити, і під час ігор оволодівають способами поведінки, необхідними для успішного життя у суспільстві (взаємодопомога, підтримка, спілкування, опіка та ін.). Гра сприяє розвитку рефлексії, оскільки в грі виникає реальна можливість контролювати те, як виконується дія, що входить в процес спілкування. Подвійна позиція граючого – виконавець і контролер – розвиває здатність співвідносити свою поведінку з поведінкою певного зразка. В ігровій діяльності виникають передумови до рефлексії як чисто людської здібності осмислювати свої дії, передбачаючи реакцію інших людей, а також для реалізації своїх можливостей. Зазначимо, що важливу роль у формуванні громадянських та соціальних компетентностей в учнів займає їх рівень залучення до позакласної й позашкільної діяльності. Впродовж проведення експериментальної частини дослідження ми намагалися активізувати зазначений вид діяльності. Зокрема, нами організовувалося разом з батьками «Веселі старти», «Тато, мама, я – ми спортивна сім'я» та ін. заходи. Як виявилось учні були самі зацікавлені у допомозі тим тих хто менше поки що готовий, що сприяло формуванню соціальних компетентностей. Окрім того, деякі учні відчувши задоволення від участі у змаганнях, перейнявши дух суперництва, виявили бажання самовдосконалюватись, розпочавши відвідування спортивних гуртків і секцій. Також був проведений «Олімпійський урок», на якому ми акцентували увагу на важливості позитивних цінностей, які формує фізичне виховання і спорт. Отож, порівнюючи дані отримані завдяки формувальному та констатувальному експериментів можна стверджувати про ефективність впливу впровадження вищезазначених ігор і підходів на формування громадянських та соціальних компетентностей учнів.

Для визначення і перевірки рівня сформованості соціальної компетентності слід використовувати наступні методики:

1. Дослідження самооцінки за методикою Дембо-Рубінштейн (модиф. А.Прихожан)
 2. Індикатор копінг-стратегій Д. Амірхана
 3. Тест "Комунікабельність" (методика В.Ф. Ряховського)
 4. Методика «Дерево» (автор Д.Лампен) адаптував Л.П. Пономаренко
 5. Рівень співпраці у дитячому колективі» методика Эльконіна Д.Б.
- Дослідження самооцінки за методикою Дембо-Рубінштейна (модиф. А.Прихожан) може використовуватися для будь-якого віку, вона заснована на

безпосередньому оцінюванні (шкалуванні) школярами ряду особистих якостей, таких як здоров'я, здібності, характер і т.д.

Здобувачам освіти пропонується на вертикальних лініях відзначити певними знаками рівень розвитку у них деяких якостей (показник самооцінки) і рівень домагань, тобто рівень розвитку цих же якостей, який би задовольняв їх. Кожному випробуваному пропонується бланк методики.

Індикатор копінг-стратегій Д. Амірхана. Методика «Індикатор 15 допінг-стратегій» Д. Амірхана адаптована в психоневрологічному науководослідному інституті імені В.М. Бехтерева. Вона дозволяє встановити тип і вираженість використовуваної допінг-стратегії. Методика включає три шкали, які відповідають одному з типів поведінки: «Вирішення проблем», «Пошук соціальної підтримки» і «Уникнення проблем». Методика складається з 33 висловлювань, для кожного з яких досліджуваним необхідно вибрати один з трьох найбільш прийнятних варіантів відповіді: «Повністю згоден», «Згоден», «Не згоден». Нарахування балів за кожною шкалою проводиться відповідно до ключів.

Тест "Комунікабельність" (методика В.Ф. Ряховського) . Тест оцінки рівня товариськості, комунікативності містить можливість визначити рівень комунікативності людини, його здатності встановлювати, підтримувати і зберігати хороші особисті і ділові взаємини з оточуючими людьми. Випробуваному пропонується питання, відповідати на які слід, використовуючи три варіанти відповідей - "так", "іноді" і "немає".

Методику «Дерево» (автор Д.Лампен) адаптував Л.П. Пономаренко. Вона може використовуватися для оцінки успішності адаптації дитини на початку шкільного навчання і при переході в середню ланку. Методика дозволяє досить швидко визначити особливості протікання адаптаційного процесу, виявити можливі проблеми дитини. Діти, занурюючись у малювання, із задоволенням виконують запропоновані завдання, легко ототожнюють себе з тим чи іншим чоловічком.

Рівень співпраці у дитячому колективі» методика Эльконіна Д.Б. Мета цього тесту виявити рівень співпраці в дитячому колективі. Суть тесту полягає в тому, що учневі потрібно уявити, що в кожному твердженні йдеться про його клас. Тестування включає 20 тверджень, які передбачають 10 шкал: цінність школи, цінність класу, цінність особистості, цінність творчості, цінність діалогу, цінність рефлексії, цінність креативності класного керівника, цінність діалогічності класного керівника, оцінка рефлексивності класного керівника, відвертість класного керівника.

Репертуарні особистісні методики відносяться до *Ідіографічеськім методам* особистісної діагностики. Вони були названі їх автором *Джорджем Келлі репертуарними ґратами*, так як в процесі діагностування вибудовується матриця, що заповнюється або психодиагностом, або самим піддослідним. Стовпцях матриці відповідають так звані елементи, що представляють собою групу об'єктів, щодо яких виявляються оцінки піддослідних. В якості об'єктів можуть виступати найрізноманітніші предмети, явища, відносини, люди,

поняття, ситуації, звуки, кольори, професії, навчальні дисципліни та ін., Тобто все те, що психодиагносту представляється істотним для виявлення тих чи інших відносин і оцінок людини. Рядками матриці є **конструкти** - суб'єктивні шкали людини, ті мірки, з якими він підходить до побудови образу навколишнього світу. У процесі діагностування кожен елемент оцінюється по кожному конструкту.

Визначення "репертуарна" означає, що елементи в грати підбираються за певними правилами, щоб вони склали якусь єдину область дослідження і були б пов'язані між собою осмисленим чином, подібно репертуару ролей у п'єсі. Крім цього, таке визначення обумовлено тим, що в перших репертуарних решітках, запропонованих самим Келлі, елементи виражалися у вигляді репертуару ролей, на місце яких випробуваний подумки підставляв своїх знайомих.

Метод репертуарних особистісних решіток дозволяє виявити власні суб'єктивні шкали людини, за якими він оцінює навколишній світ - конструкти, оцінити силу і спрямованість зв'язків між конструктами однієї людини, виявити найбільш важливі і значущі параметри, що лежать в основі конкретних оцінок і відносин (глибинні конструкти), побудувати цілісну систему конструктів, що дозволяє описувати і передбачати оцінки та ставлення людини. Перевагою цього методу є можливість до даних, отриманих від однієї людини, застосувати весь арсенал статистичних методів, традиційно використовуваних для аналізу групових даних.

Репертуарні особистісні методики відносяться до класу діагностичного інтерв'ю, проведеного за чітко визначеними правилами. Гнучкість цих методик, якість і кількість одержуваної з їх допомогою інформації роблять їх придатними для вирішення широкого кола практичних завдань, що постають в різних областях практичної діяльності психолога - в консультуванні, системі освіти, професійної орієнтації та ін.

Цей метод дозволяє реконструювати унікальний суб'єктивний досвід людини, який визначає систему його параметрів, що допомагають сприймати і розуміти навколишній світ, оцінювати і прогнозувати відбуваються в ньому події, поведінку людей, свої взаємини з ними. Якщо в якості елементів решітки виступають люди, то конструкти найчастіше відбивають особистісні риси, що визначають ставлення людини до оточуючих і собі. Тому при правильному використанні репертуарних решіток можна виявити уявлення конкретного індивіда про людей, про їхні найважливіші характеристики, вибудувати ієрархію особистісних рис у свідомості цього індивіда.

Системи конструктів індивідуальні, і, на думку Келлі, якщо вони дозволяють людям контролювати події, що відбуваються і адаптуватися до середовища, то вони мають право на існування. Завданням психолога є виділення, реконструкція унікальних систем уявлень людей, і це шлях у напрямку пізнання своєрідності і цілісності особистості кожного з них.

Метод репертуарних особистісних решіток бажано використовувати спільно з іншими методами діагностики, такими як особистісні опитувальники і

проективні техніки. Це дозволить поєднати в одному обстеженні переваги стандартизованих методик і гідності Ідіографічеськім описів особистості.

Метод репертуарних решіток запропонований Келлі в якості способу реалізації його оригінальної теорії, згідно з якою основною метою психології є не вивчення процесів переробки надходить ззовні інформації, а пояснення того, як людина будує цілісний інтегрований образ світу. Його книга вийшла в США в 1955 р Центральним у теорії Келлі є поняття конструкту, який розглядається як біполярний ознака, протилежні відносини або способи поведінки. Наприклад, хороший - поганий, сьогоднішня - минуле, роботодавець - працівник.

Він описав ряд найважливіших характеристик конструкту. Однією з них є **об'єднання в ньому двох функцій** - узагальнення і протиставлення. Узагальнюючи (об'єднуючи по одному з полюсів конструкта ряд елементів), індивід одночасно має на увазі відсутність у них протилежного полюса того ж конструкту. Наприклад, крім людини жорстоким, ми не очікуємо від нього добрих вчинків; очікуючи побачити в певному місці ліс, ми не розраховуємо зустріти там же полі.

Ще одна важлива риса конструкту, на яку вказував Келлі, - наявність **"діапазону придатності"**. Це пов'язано з тим, що можливості конструкту не безмежні, а обмежені певною групою елементів. Наприклад, такий конструкт, як "сучасний - старовинний", може бути застосований для опису предметів меблів, але не може використовуватися для характеристики планет Сонячної системи; конструктом "прості - складена" можна охарактеризувати числа, але не можна описати твори мистецтва.

Разом з тим одні й ті ж елементи можна оцінювати за допомогою різних конструктів, тому важливо виявити власні, характерні для індивіда параметри, за якими він сприймає ці елементи. Тільки такий підхід дозволить отримати психологічно значущі результати щодо конкретних людей. В іншому випадку, нав'язуючи людині відомі шкали оцінок, як це відбувається в методиках суб'єктивного шкалювання, можна отримати експериментальні артефакти, які не характеризують конкретного індивіда. Тому другий сенс "діапазону придатності" пов'язаний з необхідністю виявлення шкал оцінок (конструктів), придатних з погляду певної людини, адекватних його індивідуальним особливостям, досвіду, уявленням.

Біполярність' конструкту не означає, що оцінювання здійснюється обов'язково через протиставлення; конструкт являє собою дробову шкалу, на якій відшукується місце кожного елемента, що знаходиться в діапазоні його придатності.

Конструкти - вони не ізольовані освіти у свідомості індивіда, вони взаємопов'язані і взаємодіють один з одним, утворюючи системи і набуваючи в силу своєї системності ряд нових якостей. Відносини між конструктами однієї і тієї ж системи встановлюються як по горизонталі (між конструктами одного рівня), так і по вертикалі (це ієрархічні відносини, відносини між конструктами різних рівнів). Крім цього, існують відносини і між підсистемами конструктів.

Для виявлення різних типів взаємодії конструктів розроблені спеціальні способи і техніки побудови репертуарних решіток. Розглянемо деякі з них.

Побудова будь репертуарної решітки починається з вибору елементів. Елементи - це все те, на чому виявляються конструкти, вони складають область, у відношенні якої психолог хоче досліджувати сприйняття та оцінки випробуваного. Елементи слід підбирати так, щоб вони охоплювали всі складові досліджуваної області, тобто були б репрезентативні їй. Наприклад, якщо будуть аналізуватися міжособистісні відносини випробуваного, то в якості елементів повинні виступати всі навколишні індивіда люди, з якими у нього склалися різні типи відносин. Якщо належить з'ясувати ставлення учня до різних шкільних предметів, то в якості елементів повинні бути представлені останні (у повному обсязі).

Елементи повинні підбиратися так, щоб бути в діапазоні придатності виявляються конструктів (шкал оцінок) індивіда. Наприклад, якщо досліджуються інтереси до різних видів професій, то в якості елементів виступлять професії, і серед них не повинні зустрічатися інші види людської діяльності, що відносяться до дозвілля, до повсякденному спілкуванню.

Після того, як підібрані елементи, психолог використовує їх для виявлення конструктів. Один з основних способів виявлення конструктів, запропонованих Келлі, називається *методом тріад*. Цей метод застосовується як в картковій, так і в табличній формах. При картковій формі тріади елементів пред'являються випробуваному виписаними на картках. На кожному етапі обстеження випробуваний одержує три картки з елементами; йому пропонується назвати якість, за яким два з них подібні між собою і цим відрізняються від третьої. Відповідь випробуваного записується, він розглядається як виявлений полюс конструкту (полюс подібності). Після цього випробуваного просять назвати, в чому конкретно полягає відмінність третього елемента з тріади від двох інших. Відповідь на це питання являє собою протилежний полюс конструкту, і він також записується. Потім просять випробуваного оцінити всі інші елементи, які не ввійшли в дану тріаду по полюсу подібності, і назвати ті з них, які володіють цією якістю. Психолог пред'являє стільки тріад елементів, скільки вважатиме за потрібне. Принципи, за якими підбираються тріади, визначаються психологом і залежать від завдань обстеження.

Таблична форма виявлення конструктів полягає в тому, що психолог пред'являє випробуваному репертуарну решітку, в якій елементи представлені в шпальтах. У кожному рядку відзначені кружечками тріади. На кожному етапі діагностування питання задаються відносно тріади кожного рядка (починаючи з першої). Питання задаються так само, як в картковій формі. Виявлений полюс конструкту записується в кінці кожного рядка, а в гуртки під елементами, об'єднаними по виявленому якостю, ставляться хрестики. Гурток під третім елементом, відмінним від двох інших у тріаді, залишається порожнім. Потім з'ясовується протилежний полюс конструкту і записується в тому ж рядку. Після виявлення конструкту по виявленому полюсу оцінюються всі

залишилися елементи, і галочками відзначаються ті з них, які володіють цією якістю.

Метод триад відбивав теоретичні уявлення Келлі про те, як виникають конструкти. Але триада не є єдиним методом виявлення протилежного полюса. Ептінг і його колеги з'ясували, що найбільш явні контрасти виявляються в тому випадку, якщо випробуваного просять прямо назвати полюс, протилежний виявленому полюсу подібності, тобто використовуємо не триади, а діади елементів. Крім того, метод диад простіше, тому його використовують в роботі з дітьми та людьми з низьким рівнем розумового розвитку.

Виявляються конструкти повинні відповідати деяким вимогам, запропонованим Келлі та стосуються їх якості. Основні з цих вимог полягають у наступному:

1) конструкти повинні бути проникними; це означає, що з їх допомогою можна оцінити не тільки ті елементи, за допомогою яких вони виявлені, але й інші використовувані в діагностуванні елементи; вони не повинні бути надмірно вузькими, що описують обмежене коло елементів;

2) конструкти повинні відображати суб'єктивні уявлення та оцінки випробуваного, незалежно від того, чи є вони правильними чи неправильними; вони не повинні бути нав'язані випробуваному психологом;

3) словесні позначення конструктів повинні бути зрозумілими психологу; останній домагається за допомогою системи питань точного уявлення про те, що має на увазі випробуваний під кожним полюсом конструкту;

4) необхідно, щоб випробуваний назвав обидва полюси конструкту, оскільки значення одних і тих же понять можуть відрізнятися у різних індивідів; наприклад, слово "байдужий" для однієї людини означає "байдужий", а для іншого - "неемоційна"; в такому випадку протилежний полюс конструкту для першого - "чуйний", а для другого - "емоційний".

У процесі діагностування можуть бути названі конструкти, характер яких не задовольняє психолога з яких-небудь причин. Наприклад, психолог домагається зіставлення рольових персонажів по особистісним рисам, а випробуваний в деяких випадках називає поверхневі ознаки ("вони обидва одного зростання"), ситуаційні ознаки ("обидва вчилися в одній школі"), невизначені ознаки ("з ним важко мати справу"), надлишково проникні ознаки ("вони схожі, так як вони діти"). У таких випадках психологу рекомендується використовувати наступний прийом: сказати випробуваному, що це лише одна риса подібності, і запитати його, чи не може він назвати ще якусь важливу рису, за якою ці два елементи подібні.

Виявлені конструкти піддаються як якісному, так і кількісному аналізу. Якісний аналіз - це опис змістовних характеристик конструктів, їх кластеризація по яких-небудь істотних відносно завдання обстеження ознаками. Наприклад, конструкти для оцінки рольових персонажів можуть відображати стилі інтерперсональної поведінки, цінності та установки, риси характеру. Для кількісного аналізу застосовуються методи: обчислення кореляцій між різними конструктами, підрахунку бали збігів кожного

конструкту з усіма іншими конструктами, визначення відстані між кожним елементом і конкретним конструктом (для визначення того, наскільки кожен елемент ефективно описується кожним конструктом).

Запропоновані Келлі репертуарні решітки часто відрізнялися несиметричністю, коли випробуваний характеризував майже всі елементи за допомогою тільки одного полюса конструкту. Модифікований метод, що отримав назву *методу рангових решіток*, був запропонований *Філліда Салмон*. Він полягає в наступному. Кожен виявлений конструкт записується на окремій картці і має свій порядковий номер, записаний на лицьовій стороні картки. Кожен елемент також записується на окремій картці і має номер на зворотній стороні картки. Усі картки з елементами розташовуються на столі перед випробуваним, після чого йому пред'являється картка з конструктом № 1. Пацієнта просять назвати або показати елемент, найкраще описуваний цим конструктом. Картка із зазначеним елементом забирається, а випробуваного просять знову з решти назвати такий елемент (або показати відповідну картку), який би найкраще відповідав перший конструкту. Ця картка прибирається, і процедура повторюється до тих пір, поки на столі перед піддослідним не залишиться лише одна картка з елементом.

Репертуарні особистісні методики стали використовуватися порівняно недавно. Вони видаються вельми перспективними в якості ефективного засобу особистісної діагностики. Прикладом застосування репертуарних методик для дослідження процесу входження підлітка в групу є робота М. Ю. Кондратьєва. Для обстеження психодіагност готує стільки карток, скільки членів у групі, і на кожній записується одне прізвище члена групи. Використовується класичний варіант методу тріад для виявлення конструктів. За способом вирішення тріад можна з'ясувати, на якій стадії (адаптації або індивідуалізації) знаходиться обстежуваний підліток. Так, наприклад, якщо він знаходить у себе загальні риси з кожним членом групи, підкреслює свою схожість на інших, то це є ознакою адаптаційної стадії входження в групу. Якщо ж на перший план виступає прагнення бути унікальним, індивід, відстоюючи свої відмінності від інших членів групи, що не буде знаходити у себе рис подібності з іншими.

Розвиваючись, метод репертуарних решіток знаходить все нових своїх прихильників у різних сферах практики. Розробляючи власні репертуарні решітки, практичні психологи повинні враховувати лежать в основі цієї техніки теоретичні припущення і обмеження. Слід пам'ятати, що цей метод так само, як і інші діагностичні інструменти, виявиться корисним тільки в руках професійно володіє ним людини.

Метод критичних інцидентів для оцінки сформованості ключових компетентностей розроблений американським психологом Джоном Фланаганом на початку 50-х рр. ХХ ст. (Flanagan D., 1954). Суть методу полягає в тому, що психологи проводять опитування працівників досліджуваної професії, просять їх описати критичну ситуацію в роботі і її результат. Інцидентом може стати будь-яка, піддатлива спостереження та аналізу людська діяльність, що дозволяє за особливостями її здійснення зробити певні висновки про працівника.

Критичним інцидент стає в тому випадку, якщо мета діяльності чітко представлена спостерігачеві та визначено наслідки трудової поведінки (успішні, неуспішні). Самі опису не повинні містити тлумачень з використанням науково-психологічної термінології, допускається звичайний, житейський мову. Особливо звертається увага на те, щоб якомога більш точно і повно була описана сама ситуація. Кожен опис повинно містити: опис професійної ситуації і передумови поведінки працівника, конкретизовані в часі і в просторі; точний опис дій працівника, які вважаються ефективними або неефективними для даної ситуації; наслідки поведінки працівника; залежність результатів дій від працівника або від зовнішніх причин.

Накопичується банк такого роду описів. Критерій достатності - поява не більше двох-трьох нових, по суті, сюжетів на кожні 100 різних ситуацій. Далі картки з описом ситуацій пропонують експертам для угруповання за критерієм причин проблем і суб'єктивним факторам успіху в їх вирішенні. Метод отримав визнання в роботах з профвідбору, профнавчання, у складанні програм професійних тренінгів, у роботах з атестації персоналу та інших напрямках. У дослідженнях військових льотчиків в 1940-і роки, наприклад, було зібрано понад 700 критичних інцидентів, далі вони були розбиті на 24 групи індивідуально-особистісних властивостей, що склали основу професійних вимог до фахівця, а також базу підбору психодіагностичних методик для профвідбору льотчиків (Кулагін Б. В., 1984).

Метод прямих атрибутів використовується для моделювання компетентностей. Застосовуються картки з універсальними моделями компетенцій. Їх використання дозволяє «настроїти» одну з універсальних моделей компетенцій, під цілі й завдання конкретної клієнтської компанії. Таке налаштування проводиться консультантами SHL Ukraine спільно з менеджерами клієнтської компанії методом поетапного сортування карток з компетенціями.

Нижче наведені основні використовувані моделі компетенцій. Модель UCF (Universal Competency Framework) — це вичерпний конструктор, за допомогою якого можна ефективно описати ключову поведінку, що визначає досягнення успішного результату для будь-яких робіт і організацій. Модель складається з трьох ієрархічних рівнів, які становлять основу для профілювання компетенцій:

1. 8 факторів — представляють спільні категорії поведінки.
2. 20 вимірювань — забезпечують деталізованіший опис поведінки.
3. 112 компонентів — це високодеталізований опис компетенцій відповідно до кожного з 20 вимірювань.

Модель ІМС (Inventory of Management Competencies) — модель компетенцій, призначена для середнього менеджменту та досвідчених професіоналів, характеризує посаду працівника за напрямками:

1. Якості керівника (4 компетенції).
2. Професійні якості (4 компетенції).
3. Підприємницькі якості (4 компетенції).

4. Особисті якості (4 компетенції).

Модель СС (Customer Contact) — модель компетенцій, призначена для менеджерів і фахівців, що займаються обслуговуванням клієнтів:

1. Взаємодія з людьми (5 компетенцій).
2. Робота з інформацією (4 компетенції).
3. Ставлення до роботи (3 компетенції).
4. Особиста включеність (4 компетенції).

Модель WSC (Work Styles Competency) — модель компетенцій, призначена для персоналу робочих спеціальностей:

1. Робота з людьми (3 компетенції).
2. Робота з інформацією (4 компетенції).
3. Особистісні якості (4 компетенції).
4. Професійні якості (5 компетенцій).

Модель РМС (Perspectives on Management Competencies) — модель компетенцій, призначена для цілей розвитку менеджерів і досвідчених професіоналів по шести областям:

1. Лідерство (5 компетенцій).
2. Міжособистісні компетенції (8 компетенцій).
3. Аналітичні компетенції (7 компетенцій).
4. Розуміння бізнесу (6 компетенцій).
5. Динамізм (7 компетенцій).
6. Операційні компетенції (3 компетенції).

Модель DDA (Director's Development Audit) — модель компетенцій, призначена для вищих менеджерів і керівників:

1. Стратегія (7 компетенцій).
2. Корпоративна культура (5 компетенцій).
3. Управління людьми (5 компетенцій).
4. Оперативне управління (6 компетенцій).

Для розвитку соціально-емоційних навичок використовуються такі вправи: емоційний щоденник, вправа «розвивати наполегливість», вправа «ефективне прийняття рішень», вправа «для гарного соціального спілкування», «Сенгвіч-техніка», «Повідомлення-Я».

Вправа «Розвивати наполегливість» – передбачає у позанавчальний час записати в зошит 5 речей, які здобувач освіти схвалює своїм фізичним образом, і 5 речей способу буття, які йому подобаються та хоче досягнути. Мова йде про перегляд списків і про думку, що якби ця людина знала когось із цими характеристиками, вона, безсумнівно, була б рада його зустрічі.

Вправа для розвитку ефективного прийняття рішень. Ця вправа складається із запису деяких ідей щодо способів прийняття людьми рішень. Далі ми розмірковуємо про ризики, переваги та недоліки та можливі наслідки кожної з форм, які були вказані вище.

Вправа для хорошого соціального спілкування. Людина виконує добре активне слухання, коли вона здатна навмисно звертати увагу, з емпатією знаючи, як поставити себе на місце іншого.

Для виконання цієї вправи нам знадобляться дві людини. Один розповість для нього відносно важливу історію, а другий вислухає, хоча і створює багато перешкод для спілкування: він буде давати поради, не запитуючи оратора, він буде говорити з кимось іншим, поки інший продовжує розмову, він перерве і змінить тему, він буде сміятися, не приходячи йому на думку тощо.

У новій сцені ви починаєте розповідати про проблему, яку вам потрібно вирішити, і слухач зробить це, задаючи уточнюючі запитання, даючи вам зрозуміти, що ви розумієте, дивлячись на своє обличчя і киваючи.

Яка з них зіткнулася з цими двома різними ситуаціями, яка є більш позитивною? У якій ситуації ми застосували навички спілкування та активне слухання? Завдяки цій вправі вона має на меті змусити людину зрозуміти важливість ефективного спілкування.

Техніка сендвіч. Це вважається однією з найефективніших методик вдосконалення соціальних навичок. Це полягає в тому, щоб розпочати спілкування, зосередившись на позитивному аспекті, потім продовжуючи з аспектом, який можна покращити, і, нарешті, закінчуючи такими обнадійливими словами для змін, як-от: Я знаю, що ви докладаете багато зусиль, щоб змінити своє ставлення та Це видно тому, що ви це покращили.

Повідомлення "Я". Егоцентричні повідомлення слід використовувати для того, щоб передати свою думку або висловити свої переконання з певного питання іншій людині. Ми використовуватимемо їх замість узагальнення, оскільки те, що є для себе певним чином, не повинно бути однаковим для іншого, оскільки кожна точка зору є суб'єктивною. "Я думаю, що ...", "Я думаю, що ...", "На мій погляд ...".

Коли ми вчимося цим навичкам у ранньому віці, ми виростаємо соціально та емоційно компетентними людьми, з самосвідомістю та позитивним ставленням як до себе, так і до інших.

Тож чим швидше буде відпрацьовано соціально-емоційні навички, тим швидше вони будуть розвиватися та мати користь у житті кожної людини.

Таким чином, ми будемо знати свої сили та зростатимемо оптимістичними щодо нашого майбутнього. Ми зможемо управляти своїми емоціями та досягати своїх цілей та цілей та ефективно та відповідально вирішувати проблеми.

Література:

1. Кондратьєв М. Ю. Соціально-психологічний варіант техніки репертуарних решіток / М.Ю. Кондратьєв // Психологічна діагностика. – 2007. – № 5. – С. 103–110.

2. Москаленко Н. В. Ключові компетентності у фізичному вихованні школярів в рамках реформи "Нова українська школа" / Москаленко Н. В., Сороколіт Н. С., Турчик І. Х. // Науковий часопис НПУ ім. М. П. Драгоманова. Серія 15, Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт) : зб. наук. пр. – Київ, 2019. – Вип. 5К(113)19. – С. 223–228.
3. Овчарук О. Компетентності як ключ оновлення змісту освіти / О. Овчарук // Стратегія реформування освіти в Україні: Рекомендації з освітньої політики. – К.: К.І.С., 2003. – С. 13–42.
4. Павлова Ю. Оздоровчо-рекреаційні технології та якість життя людини : монографія / Ю. Павлова. – Львів : ЛДУФК, 2016. – 356 с.
5. Сороколіт Н. Методичні рекомендації щодо запровадження наскрізної змістової лінії «Громадянська відповідальність»: Фізична культура / Н. Сороколіт, О. Шиян. – К. : Основа, 2018. – 26 с.
6. Сороколіт Н. Можливості реалізації ключових компетентностей Нової української школи у фізичному вихованні школярів / Сороколіт Наталія // Спортивний вісник Придніпров'я. – 2019. – № 3. – С. 167–174.
7. Сороколіт Н. Становлення шкільного фізичного виховання в Україні в період незалежності / Сороколіт Наталія, Римар Ольга, Соловей Алла // Спортивний вісник Придніпров'я. – 2018. – № 2. – С. 135–139.
8. Сороколіт Н.С. Компетентнісний підхід у фізичному вихованні / Н.С. Сороколіт // The XIV International Science Conference «Current issues of science and education», 2021. – С. 146–152.
1. Турчик І. Х. Формування громадських та соціальних компетентностей в учнів засобами фізичного виховання / Турчик І. Х., Сороколіт Н. С., Цюпак Б. // Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. – 2020. – Вип. 1 (121). – С. 102–107.
2. Hassandra M, Goudas M, Hatzigeorgiadis AT. Development of a questionnaire assessing fair play in elementary school physical education. *Athlitiki Psychol.* 2002;13:105–26.
3. Hassandra M, Goudas M, Hatzigeorgiadis A, Theodorakis Y. A fair play intervention program in school Olympic education. *Eur J Psychology Educ.* 2007;22(2):99–114.
4. Pavlova Iu. Ukrainian translation, culture adaptation and validation of Fair Play questionnaire in physical education for assessing social skills of children and adolescents // Iu. Pavlova // *Quality of Life in Interdisciplinary Approach : Book of Abstracts.* – 2019. – P. 52. – Access mode : <http://wcongress.pl/wp-content/uploads/2019/10/Book-of-Abstracts-QoL2019.pdf>.
5. Zins, J.E., Elias, M.J., Greenberg, M.T and Weissberg, R.P (2000). Підвищення соціальної та емоційної компетентності у дітей. У К. Мінке та Г. Ведмі (за ред.), Запобігання шкільним проблемам, сприяння цій роботі (с. 71–100). Bethesda: Національна асоціація шкільних психологів.
6. CASEL (a) (Співпраця з академічного, соціального та емоційного навчання). (2007). Переваги SEL: SEL та академіки. Процитовано 15 березня 2007 року.

7. Дурлак, Йосип; Вайсберг, Роджер; CASEL. (2007). Вплив позашкільних програм, що сприяють розвитку особистих та соціальних навичок. Чикаго, Іллінойс, США. Процитовано 20 травня 2007.
8. Ликона, Томас. (1992). Виховання для характеру: як наші школи можуть навчити повазі та відповідальності. Bantam Books, Нью-Йорк, США.
9. Shields, A., Dickstein, S., Seifer, R., Guisti, L., Magee K.D., & Spritz, B. (2001). Емоційна компетентність та раннє пристосування до школи: Дослідження дошкільнят групи ризику. Рання освіта та розвиток, 12, 73-96.