

6. Тимакова, Т.С. Подготовка юных пловцов в аспектах онтогенеза: метод. пособие / Т.С. Тимакова. – М.: Симилия, 2006. – 132 с.
7. Фоминенко, Т.Г. Совершенствование силовой и технической подготовленности пловцов различных возрастных групп / Т.Г. Фоминенко. – М.: СпортАкадемПресс, 2001. – 104 с.

## **СУЩНОСТЬ ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ПРЕПОДАВАТЕЛЯ К ЭКОЛОГИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

*Тумовец Т.Е., г. Минск, Беларусь*

*Units of the content of pedagogical preparation of the interdisciplinary character, providing formation at the future teacher of representations about psychohygienic value of educational technology.*

Забота о психологическом и физическом здоровье студентов и учеников в процессе обучения, в особенности с отклонениями в состоянии здоровья, заключается в способности педагога не только уделять должное внимание их органам зрения, слуха и т.д., но и обеспечивать стимулирование деятельности мозга при разумной цене интеллектуального напряжения, то есть соблюдать экологию учебной деятельности.

Рассмотрим основные блоки содержания педагогической подготовки междисциплинарного характера, обеспечивающие формирование у будущего педагога представлений о психогигиенической ценности образовательной технологии, используемой в преподавании своей дисциплины:

1. Биоритмы человека и их влияние на продуктивность умственной деятельности. Понятие о рациональной организации умственного труда, режима учения, согласующегося с биоритмикой.

2. Основные источники стресса (стрессоры) в учебной деятельности. Стрессоры, имеющие абстрактный ментальный характер, и пути их предупреждения в организации учебной деятельности. Физиологические типы личности в зависимости от отношения к стрессору. Способы перевода пагубного в адаптивный паттерн реакции на стрессовую ситуацию как задача обучения. Модернизация соревновательных методов обучения в сторону снижения стрессофактора.

3. Зависимость состояния здоровья от удовлетворенности результатом учебной деятельности и статуса в группе. Психосоматические симптомы, вызванные психологическим дискомфортом в учении. Понятие об экологии учебной деятельности. Кооперативные методы обучения как здоровьесберегающие.

4. Влияние гедонистических состояний на состояние здоровья человека. Сущность гедонистического принципа организации обучения. Творческая деятельность как системообразующий элемент «педагогики радости».

5. Взаимосвязь цикличности психосоматических, физиологических и творческих процессов. Причины оздоравливающего воздействия творчества (мозга) человека на психосоматику организма. Понятие креатотерапии. Образовательные технологии, основанные на креатотерапии.

Вышеописанные блоки содержания стали объектом изучения в контексте экспериментального учебного модуля «Психосоматика обучаемого и здоровьесберегающие

технологии» в рамках общей педагогики, преподаваемой студентам 5-го курса Белорусского государственного педагогического университета имени М. Танка. В результате работы с экспериментальным модулем будущие учителя смогли выделить образовательные стратегии, имеющие психогигиеническую ценность, и использовали их при планировании собственных учебных занятий на педагогической практике: усиление авторства учебной деятельности посредством создания ситуаций успеха, условий для завоевания признания в глазах сверстников; учет индивидуального когнитивного стиля в организации учебного труда; стимулирование смыслопоисковой и творческой деятельности; обучение гигиене умственного труда, экологии учебной деятельности.

В психологии здоровья в качестве основных психологических факторов здоровья выделяются самообладание, успех и рациональность. С последней тесно связано адекватное восприятие риска, знание последствий рискованного поведения и способность воздержаться от действий, приносящих вред здоровью. Вероятно, знание будущим педагогом психологических факторов поддержания здоровья, способность пробудить у обучаемых интерес к новым видам деятельности, способствующим самореализации личности, могли бы существенно снизить фиксируемый процент рискованного для здоровья поведения среди учащейся и студенческой молодежи. Формирование такой компетенции у будущего преподавателя, независимо от его предметной специализации, является вкладом педагогического образования в оздоровление будущего поколения.

## **О ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ТЕХНОЛОГИИ ФОРМИРОВАНИЯ ПОТРЕБНОСТИ В ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЯХ**

*Толкунов А.В., Григоренко Д.Н., г. Гомель, Беларусь*

*Process of formation of need for performance of physical exercises is necessary for considering as pedagogical technology.*

Значение учебной дисциплины «Физическая культура» в вузах Республики Беларусь в большинстве случаев рассматривается в контексте реализации ее возможностей по формированию у студентов определенных физических качеств и двигательных навыков. Традиционно уделяется внимание работе по улучшению физического развития и функционального состояния организма обучаемых, укреплению их здоровья, то есть акцент делается на биологическом, двигательном аспекте развития индивида [3].

Между тем многие специалисты, изучающие проблему повышения эффективности образовательного процесса, высказывают мысль о том, что одной из основных задач физического воспитания является необходимость формирования устойчивой потребности у молодых людей в систематических занятиях физическими упражнениями. При этом не всегда предлагается конкретный механизм формирования этой потребности [4].

Потребность в двигательной активности независима от нашего сознания далеко не во все периоды индивидуальной эволюции. В течение жизни величина данной потребности может изменяться, возрастает ее социогенный характер, она нуждается в формировании и подкреплении.

В основе понимания процесса формирования потребности в занятиях обычно лежит «житейский» подход, при котором решающая роль принадлежит эмоциональным