

дионе «Динамо», также есть возможность заниматься в спортивных секциях, расположенных в учебных корпусах и в спортивном комплексе БГЭУ. На факультете регулярно проводятся лекции, посвященные здоровому образу жизни.

Анализ результатов выступления студентов ФЭУТ по итогам двух последних круглогодичных спартакиад среди сборных команд факультетов БГЭУ свидетельствует о намечившемся прогрессе.

Такому положению дел способствует активная поддержка и личный пример руководства и преподавательского состава факультета (в том числе кураторов учебных групп), систематическое посещение ими проводимых соревнований, а также стремление самих студентов к высоким результатам, переживания за спортивный успех своих однокурсников.

О.М. Смолякова
БГЭУ (Минск)

ПРОБЛЕМЫ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ САМОРЕГУЛЯЦИИ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ ПЕДАГОГОВ ВЫСШЕЙ ШКОЛЫ

Профессия педагога предъявляет серьезные требования к эмоциональной стороне личности. Актуальность проблемы саморегуляции эмоционального состояния педагога выражается не только в научном, но и практическом интересе, поскольку они открывают возможности по улучшению качества работы педагога и повышению сопротивляемости организма воздействиям внешних раздражителей.

Преподаватель — центральная фигура в учебном заведении, ему доверена сложная и ответственная работа по формированию студента как личности, воспитанию его как гражданина, становлению как специалиста. Качественное выполнение профессиональных обязанностей педагогами напрямую зависит от того эмоционального состояния, в котором он находится.

Для решения проблемы эмоциональной саморегуляции педагогам интересен момент проявления негативных эмоциональных состояний, так как они могут сказываться на проявлении экспрессивно-речевых, организационно-коммуникативных и других способностей, а также стать причиной нарушения норм профессиональной этики. Анализ детерминант отрицательных эмоциональных состояний показал, что эти состояния обусловлены социальным, политическим, экономическим состоянием общества, стилем управления вуза, факультета, кафедр, требованиями, предъявляемыми к профессиональному уровню преподавателя, и характером межличностного взаимодействия в коллективе.

Эмоциональные состояния негативного характера, возникающие в педагогической деятельности, нуждаются в регуляции. Снижение частоты их проявления будет способствовать более эффективному осуществ-

влению учебно-воспитательного процесса. Основное содержание процесса эмоциональной саморегуляции составляет работа двух психологических механизмов: самоконтроля и самовоздействия.

Способность владеть собой в эмоциональных ситуациях необходимо рассматривать одним из основных условий достижения педагогом высоких результатов в своей деятельности. В связи с этим формирование навыков и умений эмоциональной саморегуляции является весьма актуальной и требующей оперативного решения каждой педагогом задачей.

*В.Н. Федорович
БГЭУ (Минск)*

КОНФЛИКТНЫЕ ЭТАПЫ В ПОХОДАХ И ИХ ПРЕОДОЛЕНИЕ

Туризм — это сфера спортивной жизни, популярность которой в последнее время вновь набирает силу. Увлечение туризмом и экстремальными видами спорта становится все более популярным в молодежной среде. Туризм привлекает и романтикой песен у костра, и дальними дорогами, возможностью испытать себя.

Основой любого похода является группа. Именно от нее зависит успех прохождения маршрута. Все туристские маршруты имеют определенную категорию сложности. Хотелось бы остановиться на походах первой категории сложности как основе формирования туристской группы.

Поход первой категории сложности, или, как ее еще называют, «единичка», продолжается не более 5—7 дней. Протяженность маршрута — около 130—140 км. В «единички» ходят, как правило, самые многолюдные коллективы. Поэтому данные походы можно назвать начальными тренингами общения, ибо ребята в походе получают не только необходимые элементарные технические навыки, но и один из самых ценных опытов коммуникации и объективную самооценку, которая подчас на вес золота. Все это развивает способность к выживанию в экстремальных условиях, что является большой ценностью в современном мире.

Руководители туристских групп перед походом всегда организуют несколько встреч всех членов группы. Основные задачи, которые ставит перед собой руководитель или инструктор: знакомство, обучение элементарным техническим приемам и правилам техники безопасности. Для этого в группу берутся туристы, которые в походы уже ходили.

Руководитель должен четко отследить активность, тип характера и темперамента каждого из участников группы, чтобы быть готовым к межличностным конфликтам, которые могут возникнуть. Поэтому группа должна быть не более 10—12 человек.