

Изменение результатов показателей физической подготовленности студенток 1-го курса СУО за 2004/05 уч. год

Показатель	Осень 2004 г.	Весна 2005 г.	Прирост, %
Шестиминутный бег / ходьба, м	897	991	10,48
Гибкость, см	15	17	13,33
Поднимание туловища за 1 мин	34	40	17,65
Сгибание рук из упора, стоя на коленях	17	20	17,65

На основании анализа результатов, полученных в ходе исследования, можно сделать вывод — динамика функционального состояния сердечно-сосудистой и дыхательной систем адекватна к нагрузкам, так как эти показатели выросли.

В нашем исследовании на основании практической работы с этой категорией студенток доказано, что на занятиях следует применять значительное количество различных средств и методов обучения физическим упражнениям, которые способствуют совершенствованию двигательных навыков оздоровительной направленности с использованием благоприятных факторов окружающей среды. Поэтому мы рекомендуем проводить занятия на свежем воздухе, что способствует закаливанию организма и, как следствие, его оздоровлению. При этом большое значение должно быть уделено дозированной ходьбе, бегу, общеразвивающим упражнениям, а также корригирующей гимнастике.

Программа для специального учебного отделения должна предусматривать освоение студентами теоретического и практического разделов для формирования знаний и навыков самостоятельных занятий физическими упражнениями с учетом имеющихся заболеваний.

*Г.В. Бороздина, Т.О. Мурашко*  
БГЭУ (Минск)

### **ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА ПРЕПОДАВАТЕЛЯ — ЗАЛОГ УСПЕХА (ИЗ ОПЫТА РАБОТЫ)**

Профессия преподавателя — одна из весьма сложных. Веками накопленная педагогическая теория, содержащая положения, идеи

о том, как должны совершаться обучение и воспитание, зачастую не содержит конкретных и точных ответов на вопросы повседневной практики. Вот почему педагогу самостоятельно приходится находить решения в различных педагогических ситуациях. А это значит, что от него требуются, помимо глубокой теоретической подготовки, педагогическая гибкость, творческий подход, умение убеждать, владеть техникой рационального мышления и воздействия на эмоционально-чувственный мир человека, владеть этическими, психологическими, психотерапевтическими, валеологическими знаниями и следовать им на практике.

Опыт многих стран мира и наш собственный показал, что оптимизация деятельности преподавателя высшей школы невозможна без кардинального повышения его психолого-педагогической культуры. Чтобы овладеть педагогическим мастерством, преподавателю необходимо не только хорошо знать свой предмет, но и владеть этикой межличностного общения, культурой педагогического труда.

На сегодняшний день обучение на спецфакультете психолого-педагогической переподготовки помогает начинающим преподавателям успешно решать возникающие вопросы, позволяет избежать негативных тенденций, способных снизить качество профессиональной деятельности, а преподаватели со стажем педагогической работы получают возможность для раскрытия творческого потенциала.

Для работы на спецфакультете привлекаются лучшие педагогические кадры вузов, а также высококвалифицированные специалисты Министерства образования Республики Беларусь, Национального института образования. Все дисциплины, преподаваемые на спецфакультете, имеют психолого-педагогическую направленность. Слушатели не только приобретают теоретические знания, но и проходят индивидуальную диагностику на двух уровнях: производится замер личностных и деловых качеств, а также мотивация педагогической деятельности до поступления на факультет и замер профессиональных навыков и умений. По существу составляется психологический портрет слушателя. Такое же тестирование проводится в конце обучения, где каждый слушатель имеет возможность провести сравнительный анализ первоначального уровня с уровнем знаний, умений и навыков, приобретенных в процессе обучения.

За период деятельности факультета собрана видеотека для слушателей, которая также доступна для использования на кафедрах при проведении методологических семинаров, использовании активных методов в обучении, при изучении передового педагогического опыта. Многие дипломные работы слушателей представлены в

виде записи на видеокассетах, где демонстрируется методика проведения занятий с использованием инновационных технологий, содержатся материалы по проблемам здорового образа жизни.

Много отрицательных переживаний за день может накапливаться в душе преподавателя и студента. Поэтому педагогу очень важно уметь настроить себя и своих студентов на мажорное настроение, дарить положительные эмоции. Сохранение психологического здоровья каждого студента — очень важное условие в педагогической деятельности, ибо психологическое здоровье каждого является национальным богатством страны и залогом ее процветания.

**А.М. Авдеев**  
БГЭУ (Минск)

## **ФОРМИРОВАНИЕ ЛИЧНОСТИ В ПРОЦЕССЕ ВОСПИТАНИЯ**

Основными психологическими качествами, лежащими в основании развитой личности, являются активность, стремление к реализации себя и сознательное принятие идеалов общества, превращение их в глубоко личные для данного человека ценности, убеждения, потребности.

Рост круга потребностей, закон их возвышения, развитие потребностно-мотивационной сферы определяют характер формирования конкретных черт и качеств личности. К таким конкретным чертам личности, которые формируются в процессе воспитания, относятся: ответственность и чувство внутренней свободы, собственного достоинства (самоуважение), уважение к другим; честность и совесть; готовность к социально необходимому труду и стремление к нему; критичность и убежденность; наличие твердых (не подлежащих пересмотру) идеалов; доброта и строгость; инициативность и дисциплинированность; желание (и умение) понимать других людей, требовательность к себе и другим; способность размышлять, взвешивать; готовность действовать, идти на определенный риск и осторожность, смелость избегание ненужного риска.

Самое лучшее качество должно уравновешивать противоположное. Каждый человек обычно стремится найти социально приемлемую и лично для него оптимальную меру соотношения этих качеств в своей личности. Только при таких условиях, найдя себя, сложившись и сформировавшись как целостная личность, он способен стать полноценным и полезным членом общества.

Психологические качества взаимосвязаны, интегрированы в единой личности. Ядром личности, детерминирующим все ее част-