

Роль учета психолого-педагогических особенностей работы со студентами специального учебного отделения в реализации здоровьесберегающих технологий

Тулинова Н.А., Амельченко И.А., Кудряшов М.В.

Белгородский государственный технологический университет им. В.Г. Шухова

Аннотация: В статье рассматриваются психолого-педагогические особенности работы со студентами специального учебного отделения, показано их значение в формировании мотивации к ведению здорового образа жизни.

Ключевые слова: преподаватель, студент, специальное учебное отделение, здоровьесберегающие технологии.

Высокие требования современной жизни к состоянию здоровья усиливают значение физической культуры как оздоровительного фактора, в особенности для тех молодых людей, которые в связи с перенесенными заболеваниями не могут в полной мере использовать возможности общепринятой системы физического воспитания. Одним из важных факторов в реализации здоровьесберегающих технологий является учет психолого-педагогических особенностей работы со студентами специального учебного отделения.

Преподаватель по физической культуре – это специалист, руководитель, учитель и воспитатель. По роду своей деятельности ему приходится быть и вдумчивым философом, и социологом, и психологом. Каждый педагог – личность, представляющая собой целостную систему и неповторимое единство взаимосвязанных качеств. Так, доброта, стремление помогать людям в сочетании с требовательностью и принципиальностью имеют положительное значение в воспитании студентов.

Преподаватель физической культуры специального учебного отделения должен иметь специальную подготовку, знание основ патологии и влияния физических нагрузок на больной организм. Он обязан соблюдать указания врача, поставившего диагноз, и рекомендуемые средства физической культуры, дозировку, частоту и продолжительность занятий, а также учитывать противопоказания к применению тех или иных средств физкультуры и закаливающих процедур. Обязанность

преподавателя — постоянно вести контроль (пульс, частота дыхания, внешние признаки утомления и др.) переносимости нагрузок занимающимися.

Студенты в таких группах обычно характеризуются слабым физическим развитием и низким функциональным состоянием. Они, как правило, были освобождены от уроков физической культуры в школе. Студенты плохо организованы, не могут выполнить многие физические упражнения, не умеют, как правило, плавать и пр.

Значительная часть молодых людей не придает особого значения укреплению здоровья средствами физической культуры, вероятно, еще и по причине особого личного восприятия, в силу сложившейся системы ценностей. По нашим наблюдениям, иногда своеобразным моментом истины для студентов выступает болезнь, которая часто ведет к переоценке жизненных ориентиров. Когда мы здоровы, - хотим многого, когда больны, - жаждем лишь одного – здоровья.

Основной формой общения между студентом и преподавателем являются учебные занятия. От педагога требуется проявление особого такта во взаимоотношениях со студентом, умение найти те мотивационные струны в его характере, воздействуя на которые можно наиболее рационально управлять им. Не всякая деятельность приносит человеку удовлетворение. Кроме того, чтобы развить свои знания, навыки и сделать работу внутренне вознаграждающей требуется внешняя мотивация. Внешнее поощрение, целенаправленное педагогическое воздействие может привлечь внимание к определенной деятельности, так что впоследствии возникает подлинный интерес.



Многие студенты с ослабленным здоровьем на начальных этапах занятий с недоверием и робостью относятся к различным физическим упражнениям, как правило, плохо переносят непривычные нагрузки, предпочитая вести малоподвижный образ жизни. Вероятно, поэтому некоторые студенты разучились испытывать ощущение «мышечной радости», чувства глубокого удовлетворения от физического совершенствования и, как следствие, не уделяют должного внимания ежедневной двигательной активности.

Студентам специального учебного отделения очень важно реалистично относиться к своим возможностям, и научиться выполнять физические упражнения с определенной долей удовольствия. В начале занятий преподавателям следует ставить перед студентами цель, которая «неотягивает» до сформированного идеала. Необходимо помнить, что у больных способности к приспособлению (адаптации) и выполнению физических нагрузок снижены. Если физические нагрузки не будут адекватны возможностям человека, то могут возникнуть серьезные осложнения, физическая культура вместо пользы принесет вред. Не следует включать в занятия сложные движения на координацию, упражнения с натуживанием, подъемом тяжестей и другие, которые студенту трудно освоить и выполнить из-за сниженной физической работоспособности и состояния здоровья. У студентов переживание неудачи очень часто вызывает ощущение собственной неадекватности, побуждая порыв вообще все бросить.

Не зная психологических особенностей своих обучаемых, преподаватель может допустить ошибку, которая приведет к негативным последствиям. Так, желая сформировать у подопечных уверенность и смелость, непроизвольно можно способствовать проявлениям беспечности, небрежности; воспитывая настойчивость и упорство, можно создать условия для развития упрямства и недисциплинированности.

Средства общения между педагогом и обучаемым – слова, система слов и выражений. Физкультурно-спортивная деятельность имеет как бы собственный язык, жесты. Здесь важен не только смысл слов, но и тон, в каком они сказаны. Особую роль при общении играет громкость произношения слов, звонкость голоса. Живое непосредственное общение – основа психологической связи педагога и студента. Неформальное общение в процессе обучения происходит по принципу симпатии, товарищества. Однако педагогу не следует

забывать, что необходимо сочетать дружеское общение и деловое сотрудничество.

Необходимо уметь отдавать распоряжения или выражать просьбы без упрощения, но и без высокомерия; внимательно слушать собеседника, не показывая своего превосходства; к его высказываниям, независимо от их правильности и грамотности, подходить серьезно. При подведении итогов занятий необходимо всесторонне анализировать действия студентов. И здесь от тональности слов зависит уровень их настроения на дальнейшее преодоление недостатков и трудностей.

За занятиями следует акцентировать внимание студентов на то, что поведение укрепляющее здоровье включает и такие простые истины, как регулярная двигательная активность, выполнение закаливающих процедур, отказ от вредных привычек, рациональная организация дня.

Таким образом, для успешной реализации здоровьесберегающих технологий необходимо учитывать психолого-педагогические особенности работы со студентами специального учебного отделения.

Литература:

1. Барчуков И.С. Физическая культура и физическая подготовка / И.С. Барчуков, Ю.Н. Назаров, С.С. Егоров и др.: Учебник для студентов ВУЗов, курсантов и слушателей профессиональных учреждений высшего профессионального образования МВД России. – М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2011. – 432с.
2. Дубровский В.И. Лечебная физическая культура (кинезотерапия) / В.И. Дубровский: Учеб. для студ. высш. учеб. заведений. — 2-е изд., стер. — М.: Гума-нит. изд. центр ВЛАДОС, 2001. — 608 с.: ил.
3. Здоровьеформирующие технологии в учебном процессе по дисциплине «Физическая культура»: учеб. пособие/ С.И. Крамской, В.П. Зайцев, Н.А. Олейник и др.; под ред. С.И. Крамского, В.П. Зайцева. – Белгород: Изд-во БГТУ, 2009. – 190 с.

Информация об авторах:

Тулинова Н.А., старший преподаватель, Белгородский государственный технологический университет им. В.Г. Шухова;

Амельченко И.А., канд. биол. наук, доцент, Белгородский государственный технологический университет им. В.Г. Шухова;

Кудряшов М.В., канд. соц. наук, доцент, Белгородский государственный технологический университет им. В.Г. Шухова

Поступила в редакцию 15.11.2015