

Попова Наталья Анатольевна,

преподаватель физики высшей категории,

КГБПОУ «Красноярский колледж радиоэлектроники

и информационных технологий»,

г. Красноярск, Россия

СОЗДАНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО И ФИЗИОЛОГИЧЕСКОГО КОМФОРТА НА УРОКАХ ФИЗИКИ

Традиционная организация образовательного процесса создает у студентов постоянные стрессовые перегрузки, которые приводят к нарушению саморегуляции физиологических функций. Многие проблемы, связанные со здоровьем, возникают у студентов в результате ежедневной практической работы преподавателей, то есть, связаны с их профессиональной деятельностью. Сохранение здоровья студентов в процессе обучения во многом зависит от индивидуальной педагогической деятельности (качеств личности преподавателя, умения избегать конфликтных ситуаций, находить компромиссные решения в проблемных ситуациях и др.); соответствия методик и технологий обучения возрастным и функциональным возможностям студентов; соблюдения элементарных физиологических и гигиенических требований к организации учебного процесса.

Современное образование насыщено образовательными технологиями, которые помогают осуществлять обучение, воспитание и развитие личности в максимально быстром темпе. Такая чрезмерная интенсификация обучения не всегда благоприятно влияет на психологическое состояние обучающихся. Одними из разновидностей педагогических технологий, позволяющих исключить или сгладить возникающие перегрузки, стрессовые состояния, ситуации напряженности, являются здоровьесберегающие.

От правильной организации занятия, уровня его рациональности во многом зависит функциональное состояние студентов в процессе учебной деятельности, возможность длительно поддерживать умственную

работоспособность на высоком уровне и предупреждать преждевременное наступление утомления. Поэтому нахожу резервы собственной деятельности в сохранении и укреплении здоровья студентов.

В кабинете, по возможности, поддерживаю обстановку и гигиенические условия, соответствующие здоровьесбережению, такие как: температура, свежесть воздуха; рациональность освещения кабинета, экрана и доски, что позволяет создать комфортную обстановку для учебной деятельности.

В ходе занятия чередую виды учебной деятельности: опрос студентов, слушание, конспектирование по презентации, рассказ, рассматривание наглядных пособий, физический эксперимент, ответы на вопросы, решение примеров, задач и др.; смена одной деятельности на другую позволяет студентам поддерживать свою работоспособность в течение всего урока.

В ходе урока автор статьи использует несколько видов преподавания: словесный, наглядный, аудиовизуальный, самостоятельная работа и др., так как чередование видов учебной деятельности, их смена позволяют снизить утомляемость, повысить уровень усвоения материала.

Продумываю на уроке «место» для использования методов, способствующих активизации инициативы и творческого самовыражения самих студентов, – это: беседа, свобода выражения суждений, обучение действием, обсуждение в группах, дискуссия, семинар; «студент как исследователь»; методы, направленные развитие интеллекта, общения, воображения, самооценки и взаимооценки.

Подбираю место и длительность применения компьютерных презентаций, просмотра видеофрагментов, рассматривания наглядных пособий. Частично-поисковую работу при выполнении лабораторных работ использую как возможность инициирования дискуссии, обсуждения, организации самостоятельной деятельности студентов.

Для снятия общего и зрительного напряжения продумываю и провожу оздоровительные моменты на занятии, обращаю внимание и определяю, когда

наступает утомляемость студентов и снижение их учебной активности; создаю на уроке благоприятный психологический климат. Для снятия общего напряжения использую приемы эмоциональной разрядки: шутки, улыбки, афоризмы с комментариями и т.д. Снять зрительное напряжение позволяют видео физкультминутки.

Мотивирую студентов к учебной деятельности на уроке, много внимания уделяю формированию интереса к занятиям, стремлению больше узнать, проявлению интереса к изучаемому материалу; поощряю активность, стремление отстаивать свою точку зрения как устным одобрением, так и в рейтинге каждого студента.

Окончание урока организую спокойное: студенты имеют возможность задать мне вопросы, комментирую полученные оценки и задание на дом, прощаюсь со студентами, не допускаю задержку студентов в кабинете после звонка (на перемене).

Уроки, организованные на основе принципов здоровьесбережения, не приводят к сильному и выраженному утомлению, так как психологический комфорт студентов во время занятия предупреждает их утомление, появляется дополнительный стимул для раскрытия творческих возможностей каждого.

Доброжелательная обстановка на занятии, спокойная беседа, внимание к каждому высказыванию, позитивная реакция на желание студента выразить свою точку зрения, тактичное исправление допущенных ошибок, поощрение к самостоятельной мыслительной деятельности, уместный юмор или небольшое историческое отступление помогают автору статьи раскрыть способности каждого студента.

Они входят в кабинет не со страхом получить плохую оценку или замечание, а с желанием продолжить беседу, продемонстрировать свои знания, получить новую информацию, поделиться результатами домашнего эксперимента или ответами на созданные мной в конце предыдущего занятия проблемные ситуации, побуждающие интерес к изучению дисциплины,

стимулирующие развитие мыслительной деятельности после того, как студенты покинули учебные занятия. В процессе занятия не возникает эмоционального дискомфорта даже в том случае, когда студент с чем-то не справился, что-то не смог выполнить. Отсутствие страха и напряжения помогает каждому освободиться внутренне от нежелательных психологических барьеров, смелее высказываться, выражать и отстаивать свою точку зрения.

В обстановке психологического комфорта работоспособность учебной группы заметно повышается, что, в конечном итоге, приводит и к более качественному усвоению знаний, и, как следствие, к более высоким результатам обучения.

По окончании занятия студенты покидают мой кабинет с хорошим настроением, поскольку в течение этого времени отрицательные факторы практически отсутствовали.

Личностно ориентированное обучение предполагает использование разнообразных форм и методов организации учебной деятельности. Задачи, которые автор ставит перед собой при организации учебного процесса по дисциплине, это: создание атмосферы заинтересованности каждого студента в работе учебной группы; стимулирование студентов к высказываниям и использованию различных способов выполнения заданий без боязни ошибиться; создание педагогических ситуаций общения на уроке, позволяющих каждому студенту проявлять инициативу, самостоятельность; создание обстановки для естественного самовыражения.

Для решения этих задач автор применяет следующие компоненты: создание положительного эмоционального настроения на работу всех студентов в ходе занятия; использование проблемных творческих заданий; стимулирование студентов к выбору и самостоятельному использованию разных способов выполнения заданий; обсуждение допущенных ошибок и как они были исправлены.

Создание на уроке благоприятного психологического и физиологического климата – залог успешности учебно-воспитательного процесса, получения более высоких результатов обучения, сохранения эмоционального состояния обучаемых.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

- 1. Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в современной школе. – М.: АПК и ПРО, 2002. – С. 62.*
- 2. Соколова О.А. Здоровьесберегающие образовательные технологии [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.shkolnymir.info/>*