расцягванне мышцаў цела, масаж, самамасаж і апаратны масаж; развіццё гнуткасці; спецыяльныя практыкаванні ў адпаведнасці з дыягназам; кругавую трэніроўку; карыгіруючыя практыкаванні; дыхальныя практыкаванні; умацаванне мышцаў спіны, жывата, ног, рук і бакавых мышцаў тулава; трэніроўку іншых мышцаў; рухомыя гульні і эстафеты; кварцаванне цела; трэнажорную гімнастыку.

Групы камплектаваліся па курсах незалежна ад ўзросту студэнтаў, іх полу, захворвання. Заняткі праводзіліся 2 разы ў тыдзень у абсталяванай зале з усім неабходным інвентаром. Асаблівая ўвага надавалася нагрузцы на занятках. Так, частата пульсу даходзіла да 140-150 удараў у хвіліну (аэробныя ўмовы) і мела зубчаты характар з перыядамі пад'ёму і спаду. Дваццаць працэнтаў часу на занятках адводзілася на самастойную працу студэнтаў. Яны выконвалі індывідуальныя спецпрактыкаванні пад нашым непасрэдным кантролем. Нагрузка і ўсе практыкаванні падбіраліся з улікам індывідуальных асаблівасцей і дапамагалі вырашэнню асноўнай мэты.

У пачатку і канцы навучальнага года праводзіліся тэстыраванне студэнтаў і анкетаванне. Адзначана паляпшэнне паказчыкаў. Вынікі анкетных апытанняў паказалі, што ў 2% выпадкаў хвароба прагрэсіравала, у 60% выпадкаў назіралася стабілізацыя захворванняў, ў 38% - адзначалася паляпшэнне здароўя.

Шаўцоў А.П.,
выкладчык

ДА ПРАБЛЕМЫ ВЫЗНАЧЭННЯ ПАНЯЦЦЯЎ «САЦЫЯЛЬНАЯ ПЕДАГОГІКА» І «САЦЫЯЛЬНАЯ РАБОТА»

1. Патрэба ў распрацоўцы дакладнага азначэння тэрмінаў «сацыяльная педагогіка» і «сацыяльная работа» існуе ад пачатку зараджэння сфер навукі, дзе ўжываюцца названыя тэрміны. Тлумачыцца гэта, у першую чаргу, тым, што няма канкрэтнага адказу на пытанне пра тое, у чым менавіта заключаецца змест сацыяльнай педагогікі, а ў чым сацыяльнай работы. У існуючых на сённяшні дзень замежных і айчынных тэарэтычных даследаваннях па гэтай тэме назіраецца шмат супярэчнасцей.

2. На дадзены момант у адпаведнасці з існуючымі тэорыямі сацыяльная педагогіка разглядаецца як новая галіна агульнай педагогікі і спецыялістамі вызначаецца як навука, якая дае тэарэтычнае абгрунтаванне неабходнасці дапамогі і абароны асобы, сям'і. Адначасова падкрэсліваецца, што сацыяльная педагогіка прадугледжвае сацыяльную работу, галоўная задача якой - практычнае ўвасабленне гэтай неабходнасці ў жыцці.

3. Аналізуючы названыя палажэнні, прыходзім да думкі, што іх асноўнай дамінантай з'яўляецца толькі дзейнасць па аказанні дапамогі і абароне правоў і інтарэсаў асобы. Але пры такім падыходзе цалкам знікае выхаваўчая функцыя сацыяльнай педагогікі. У сувязі з гэтым адбываецца падмена зместу паняцця «сацыяльная педагогіка» паняццем «сацыяльная работа» і наадварот.

4. Разглядаючы папярэдні вопыт развіцця тэорыі выхавання, можна сцвярджаць, што чалавецтва па сутнасці так і не знайшло аптымальнага рашэння гэтай асноўнай праблемы. І традыцыйная педагогіка знаходзіцца ў глыбокім крызісе. Гэты крызіс абумоўлены, на нашу думку, тым, што традыцыйная педагогіка, дэкларуючы мэты выхавання, усё ж на першы план заўсёды ставіла навучанне, дыдактыку, а не выхаванне.

5. Некаторыя цікавыя падыходы да выхавання як тэарэтычнага, так і практычнага плана аказаліся, на жаль, незаслужана забытымі, не запатрабаванымі грамадствам. Адна з тэорый, менавіта тэорыя выхавання асобы, належыць выдатнаму дзяржаўнаму дзеячу і педагогу Рэчы Паспалітай XVIII ст. Станіславу Канарскаму. У сярэдзіне XVIII ст. ён стварыў праект рэформы піярскіх школ і заснаваў калегіумы закрытага тыпу спачатку ў Вільні, а затым у Варшаве, у якіх выхоўваў і навучаў дзяцей па сваей праграме. Выхаванне, на думку С.Канарскага, павінна «... абапірацца на прагу славы, пачуццё асабістай годнасці, гонар, пагарду да страху, любоў да праўды, навык культурнага абыходжання з людзьмі». Трэба быць незалежным, хоць бы і бедным», - гэтыя словы С.Канарскага могуць быць дэвізам сённяшняга дня. Ідэі і вопыт С.Канарскага актуальны ў наш час яшчэ і таму, што ў іх закладзены асноўныя прынцыпы сацыяльнай педагогікі - Свабода і Незалежнасць Асобы. Дзякуючы свабодзе, горды і паважаючы сябе чалавек здольны супрацьстаяць усім жыццёвым перашкодам і цяжкасцям. Будучы незалежным, чалавек не прымае прыгнет і знявагу асобы. Гэтыя два прынцыпы, разам з агульначалавечымі, павінны быць асноўнымі ў выхаванні асобы на сучасным этапе і стаць прафесійна неабходнымі ў дзейнасці сацыяльнага педагога.

6. Таму, на наш погляд, сацыяльная педагогіка заклікана вырашаць зусім іншыя задачы, чым тыя, якія ставяцца перад ёй сення. Яна павінна, у першую чаргу, займацца не тэарэтычным абгрунтаваннем пошуку шляхоў аказання грамадскай дапамогі асобе, не барацьбой з негатыўнымі наступствамі развіцця грамадства, а займацца менавіта выхаваннем і фарміраваннем асобы на працягу ўсяго яе

жыцца. Сацыяльны педагог ужо сёння павінен з'явіцца ў дзіцячых садках, школах, дзе ён можа замяніць выхавальніка і класнага кіраўніка і вызваліць настаўніка-прадметніка ад выканання задач выхавання, што толькі становіцца адаб'ецца на навучанні. Няма ніякага сумнення, што так і будзе ў будучым, але ўжо цяпер трэба заняцца падрыхтоўкай прафесійных спецыялістаў такога профілю, бо час не церпіць па прычыне глыбокага і сур'ёзнага крызісу грамадства і асобы.

7. Што тычыцца пытання забеспячэння тэарэтычных даследаванняў і пошуку новых шляхоў і формаў дапамогі і абароны асобы ад неспрыяльных умоў і ўплыву грамадства, то правамерна было б выкарыстаць паняцце «сацыяльная эйдалогія» (ад анг. aid - дапамога). Ужываючы гэта паняцце, мы маем на ўвазе галіну навукі, якая можа займацца акумуляваннем, аналізам і распрацоўкай практыкі сацыяльнай работы.

Валахановіч С.А.,
выкладчык

УДАСКАНАЛЕННЕ КАМУНІКАТЫЎНЫХ УМЕННЯЎ І НАВЫКАЎ СТУДЭНТАЎ У НАВУЧАЛЬНА-ТВОРЧЫМ ПРАЦЭСЕ ВНУ

Стварэнне аптымальнай мадэлі вышэйшай адукацыі, якая б забяспечвала падрыхтоўку спецыялістаў з высокім узроўнем ведаў, уменняў і навыкаў, з'яўляецца мэтай існуючых і плануемых рэформаў.

Для студэнтаў ВНУ «краевугольным» каменем навучання павінна стаць не атрыманне ведаў у гатовым выглядзе, а іх адкрыццё ў працэсе вырашэння прафесійных задач.

Арыентацыя на змест дзейнасці асабліва выразна выступае ў педагогаў сацыякультурнага напрамку, дзе важнымі элементамі з'яўляюцца творчасць, самастойнасць, складанасць задач. Гэта прафесія патрабуе ад чалавека разумення людзей, якім аказваецца дапамога, глыбокага ведання іх праблем. У складанай сферы матывацыі сацыяльнага педагога перш за ўсе выдзяляецца патрэбнасць у камунікацыі, г.зн. у абмене інфармацыяй, а таксама духоўнымі і іншымі каштоўнасцямі.

Галоўная задача педагогаў сацыякультурнай дзейнасці - папаўняць свой «запаснік» новымі звесткамі са сферы чалавеказнаўства, г.зн. як можна глыбей пранікаць ва ўнутраны свет чалавека, дзе яшчэ так многа невядомага. Поспех у гэтай дзейнасці залежыць ад авалодвання практычнымі і тэарэтычнымі ведамі, пэўнымі уменнямі і навыкамі.

У працэсе сацыяльнай работы ўстанаўліваецца асабісты тып узаемаадносін паміж сацыяльным педагогам і кліентам. Гэта адносіны даверу, калі кліент ведае, што яго выслухаюць, зразумеюць і прапануюць дапамогу. Такім чынам, студэнту, будучаму сацыяльнаму педагогу, важна развіць здольнасць да зносін і ўзаемаадносін.

Сярод уменняў і навыкаў, якімі студэнты хацелі б авалодаць у працэсе навучання ў ВНУ, яны вылучылі наступныя: уменне паводзіць сябе ў крытычнай, канфліктнай сітуацыі; уменне ўступаць у кантакты з людзьмі і падтрымліваць іх; уменне знайсці падыход да людзей, зразумець іх; уменне самавыражацца, дакладна фармуляваць свае думкі і перажыванні словамі, падмацоўваць іх жэстамі і мімікай; уменне мадэліраваць псіхічны стан асобы суразмоўцы; уменне бачыць у чалавеке добрае, добразычліва адносіцца да іншых; уменне выклікаць прыхільнасць да сябе і інш.

Гэта комплекс уменняў, які ўключае асабістую культуру навучэнцаў. Тут важна мець высокі узровень агульнай культуры, культуры мыслення, культуры міжасабовага ўзаемадзеяння, культуры прагназіравання рэакцыі партнера па камунікацыі. Удасканаленне камунікатыўных уменняў і навыкаў студэнтаў у вучэбна-творчым працэсе неабходна накіраваць на выкарыстанне актыўных формаў і метадаў навучання, дзе патрэбна сістэма практыкаванняў, якая дазваляе скарыстаць традыцыйныя мадэлі паводзін і вынаходзіць новыя, добра бачыць камунікатыўную сітуацыю, разумець партнера, ажыццяўляць самарэгуляцыю. Сістэма практыкаванняў можа ўключаць практыкаванні, накіраваныя на практычнае авалоданне тэхналогіяй педагагічнай камунікацыі на аснове апрацоўкі найважнейшых элементаў, якія дапамагаюць развіць камунікатыўныя здольнасці па фарміраванню мысленчай свабоды ў працэсе педагагічнай дзейнасці, на развіццё мімавольнай увагі, назіральнасці і сканцэнтраванасці ў зносінах. Будучаму сацыяльнаму педагогу неабходны практыкаванні па тэхніцы інтанавання, развіцці мімікі і пантамімікі, педагагічнага ўяўлення, інтуіцыі, навыкаў педагагічнай імправізацыі пры зносінах. Гэтыя практыкаванні ў сваю чаргу садзейнічаюць актывізацыі студэнтаў у працэсе заняткаў, фарміраванню асабістых якасцей будучага сацыяльнага педагога.