

педагогов характеризуются чертами и типа «В», и типа «А». Они способны расслабляться, не агрессивны и азартны, тем не менее к некоторым вопросам они относятся излишне серьезно, могут быть активны, целеустремлены и добиваться планируемых результатов.

Следовательно, на здоровье оказывают влияние и внешние (экономические, средовые) и внутренние (личное отношение к своему здоровью, выбор образа жизни) факторы. Результаты проведенной количественной и качественной оценки уровня здоровья преподавателей вуза, позволили констатировать, что 11,6% педагогов получили суммарно по трем показателям низкий уровень здоровья. В связи с этим, им необходимо уделить особое внимание формированию восприятия себя как ценности и ценности своего здоровья.

ЛИТЕРАТУРА

1. Никифоров Г. С. Психология здоровья. Учебное пособие. — СПб.: Речь, 2002. - 256 с.
2. Смирнова Н.В. Социальные технологии реформирования образования в России // Социально-политический журнал. - 1996 - №1. - С. 59
3. Шаповалов В.А. Высшее образование: современные модели, перспективы развития: Научное издание. - Ставрополь: СГУ, 1996. - С.46

УДК 378.147.091

К ВОПРОСУ ОБ ИСПОЛЬЗОВАНИИ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ НА ЗАНЯТИЯХ ПО ИНОСТРАННОМУ ЯЗЫКУ В ВУЗЕ

В. П. Тихонова

УО «Гродненский государственный аграрный университет»
(Республика Беларусь, 230008, г. Гродно, ул. Терешковой, 28; e-mail:
ggau@ggau.by)

Аннотация. В статье рассматривается необходимость использования здоровьесберегающих технологий на занятиях иностранного языка.

Ключевые слова: здоровьесберегающие технологии, позитивная атмосфера на занятии, средства релаксации, повышение работоспособности.

THE USE OF HEALTH-PRESERVING TECHNOLOGIES IN FOREIGN LANGUAGE CLASSES AT THE UNIVERSITY

V. P. Tikhonova

EI «Grodno State Agrarian University» (Belarus, Grodno, 230008, 28
Tereshkova st.; e-mail: ggau@ggau.by)

Summary. The article considers the need to use health-preserving technologies in foreign language classes.

Key words: health-preserving technologies, a positive atmosphere in the classroom, means of relaxation, increasing of efficiency.

Использование здоровьесберегающих технологий на занятиях по иностранному языку в вузе является необходимым, так как английский и немецкий языки представляют трудность для изучения. Студентам приходится усваивать большой объём лексического и грамматического материала, кроме того, постоянно происходит возрастание учебной нагрузки за счёт применения новейших методов обучения. Студентам-первокурсникам приходится адаптироваться к вузовской системе обучения, так как иностранный язык изучают на первом курсе университета. Не все студенты способны сразу приспособиться к учебным нагрузкам в вузе, вследствие чего у некоторых студентов происходит снижение успеваемости. Поэтому вопрос сохранения здоровья студентов тесно связан с применением здоровьесберегающих технологий преподавателем.

Здоровьесберегающие технологии подразумевают создание позитивной атмосферы на занятии, учет возрастных и психологических особенностей каждого студента, использование дифференцированных упражнений в зависимости от способностей студентов, чередование форм работы, соблюдение санитарных норм (режим проветривания, освещенности, тепловой режим).

Поддержка со стороны преподавателя необходима студентам, так как насколько быстро студент сможет адаптироваться к вузу во многом зависит от преподавателя. Если студент ощущает психологический дискомфорт на занятии, то происходит снижение его успеваемости. Чтобы этого избежать, следует принимать во внимание сильные стороны студента, не акцентируя большое внимание на его ошибках, прибегать к юмору при решении каких-то вопросов. Необходимо планировать занятие таким образом, чтобы более сильные студенты были обеспечены заданием соответствующим их уровню, для того чтобы не задерживать их прогресс в изучении языка, однако не следует торопить с выполнением задания более слабых студентов.

Студенты умеют хорошо чувствовать настроение преподавателя, поэтому с самого начала занятия необходимо показать своё доброжелательное отношение к группе.

Новый лексический и грамматический материал необходимо вводить, учитывая, каким типом восприятия студенты обладают: кинестетическим, визуальным или аудиальным. Если студент обладает аудиальным типом восприятия, то желательно давать ему больше заданий на аудирование, например прослушивание монологов, диалогов. Если присутствует визуальный тип восприятия, то необходимо давать больше письменных заданий на основе просмотра учебных видеофильмов. Если у студента кинестетический тип восприятия, то игра поможет ему лучше усваивать материал. Однако, следует отметить, что принадлежность студентов к разным типам восприятия не исключает выполнение заданий, предназначенных для других типов восприятия.

Необходимо также учитывать объём домашних заданий, рациональное распределение времени на самом занятии.

Преподаватель может использовать похвалу для создания позитивного настроения у студента. Можно сделать это вербальным способом (например, «Good sport», «Well done», «Great») и невербальным (с помощью жестов, улыбки).

Также в учебниках для сельскохозяйственных вузов по английскому и немецкому языку рассматриваются правила гигиены, даются рекомендации по ведению здорового образа жизни, профилактики заболеваний, приводятся упражнения для проведения утренней зарядки, рассматривается значение физических упражнений для сохранения здоровья в целом, рекомендуется воздерживаться от алкоголя и курения.

Песня, присутствующая на занятии иностранного языка, с одной стороны, может служить средством релаксации, а с другой стороны, с помощью песни возможна отработка грамматических, фонетических и лексических навыков. Не только песня, но и музыка может быть фоном на одном из этапов занятия. Спокойная музыка помогает расслабиться после выполнения какого-то сложного задания, сделать короткий перерыв, энергичная музыка заряжает бодростью, повышает работоспособность на занятии.

Пословицы, поговорки, затрагивающие тему здоровья и спорта, способствуют повышению интереса к изучению языка и так же, как и песни, позволяют отрабатывать разнообразные навыки.

Можно также предложить студентам выполнить творческие задания, например, написать перевод лимериков, которые напоминают

частишки, тоже в стихотворной форме. Предложить перевести в стихотворной форме можно не только частишки, но и стихотворения, имеющиеся в учебнике немецкого языка для с.х. вузов по теме «Спорт», «Погода» и другим темам.

Подводя итог, можно сказать, что здоровьесберегающие технологии за счёт создания благоприятных условий для учебного процесса и снижения влияния негативных факторов помогают повысить работоспособность студентов на занятии, что приводит к повышению успеваемости и лучшему овладению предметом.

ЛИТЕРАТУРА

1. Вальцева Ю. В. Здоровьесберегающие технологии на уроках иностранного языка/ Ю. В. Вальцева //Проблемы современной науки и образования. 2012 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://cyberleninka.ru/article/n/zdoroviesberegayuschie-tehnologii-na-urokah-inostrannogo-yazyka-1/viewer> – Дата доступа:28.02.2021.
2. Бондарь С.Н, Формирование адаптивной среды на уроках английского языка через использование здоровьесберегающих технологий/ С.Н Бондарь // [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://myengworld.ru>– Дата доступа:01.03.2021.
3. Сталиневич Н.А. Ясюкевич Е.А. Использование песен при обучении иностранным языкам как эффективный способ повышения мотивации обучаемых / Н.А Сталиневич. Е.А. Ясюкевич // Перспективы развития высшей школы: материалы X Международной науч.-метод. конф. /редкол.:В.К. Пестис и[др.]. –Гродно:ГГАУ, 2017. – С.207-208

УДК 378.17

ЗДОРОВАЯ МОЛОДЕЖЬ – ЗДОРОВОЕ БУДУЩЕЕ ПОКОЛЕНИЕ

Е. В. Томашева, И. К. Колос

УО «Гродненский государственный аграрный университет»
(Республика Беларусь, 230008, г. Гродно, ул. Терешковой, 28; e-mail:
lena7843041mal@rambler.ru)

Аннотация. В статье представлены мониторинговые исследования субъективного отношения современного студента к своему здоровью и здоровьесберегающим мероприятиям, показана актуальность популяризации здорового образа жизни.

Ключевые слова: здоровьесберегающие технологии, здоровый образ жизни.