

тивное поведение отдельных студентов. Своевременное выявление вредных здоровью привычек и пристрастий до формирования «зависимости» полезными увлечениями, в том числе средствами и способами физической культуры – одна из приоритетных задач по сохранению здоровья студентов.

Литература:

1. Личко А.Е, Битенский В.С. Учебник по наркомании для подростков. М, 2002–Бесплатная электронная библиотека. Режим доступа – www.dissers.ru . Дата доступа 20.04.2017

ТИПОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ ПРЕДПОЧТЕНИЙ ЛИЧНОСТИ ПЕДАГОГА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

Грушник А. В.
(БГУКИ)

Педагог выполняет социальную функцию (т.е. каждый день контактирует с разными людьми, имеет определенный статус и социальное положение, имеет свои права и обязанности и т.д.). Социализация носит двухсторонний характер. Делится на социальную типизацию (приобретенные в ходе развития личности) и индивидуальные черты человека.

Индивидуальность тоже носит двойной характер. Есть индивидуальность, которая носит наследственный характер, а так же сформированная с результате развития человека под воздействием различных факторов (общества, родителей, масс медиа и т. д).

В ходе развития профессиональной адаптации, характерные свойства личности могут меняться. Как психофизические, так и типологические [2]. На основе существующих законов, которым характерны обуславливающие механизмы и личностная структура, можно говорить о типах и типологиях. Основная задача типологических процедур в психологических исследованиях заключается в том, чтобы выявить похожие подгруппы индиви-

дов(реакции, поведение, социальные установки и т. д.). Типологический подход дает возможность более точно изучить предмет, который выступает в качестве определенных черт и свойств личности, который обуславливает ее устойчивые психические исключения. Для изучения личностных характеристик педагога по физкультуре был взят типологический подход профессиональных предпочтений по Дж. Холланду.

Различные личностные типы имеют свои интересы. И они стремятся окружить себя такими же, как и они и решать свои проблемы привычными для себя способами (т.е. они будут чувствовать себя в этом окружении комфортно и смогут решать различные задачи более эффективно, нежели в коллективе с другими типами личности). Одна из главных составляющих этих типов является выбор профессии. По его концепции эти психологические типы объединяют личность в выборе профессии. Автор считает, что тип - это конструкция с определенными качествами (способностями, интересами, характером, окружением), которая может описать определенную группу людей. По Дж.Холланду, человек относится к определенному типу или его можно характеризовать по некоторым типологическим особенностям(причины, которые на это влияют). Личность попадает под факторы, которые могут повлиять на нее, и могут изменить ее до такой степени, что это может повлиять на определенные виды деятельности вплоть до их отвержения.

По Дж.Холланду выделяется 6 типов: реалист, интеллектуал,социальный,конвекционный,предприимчивый,артистический. Для каждого из типов предусмотрены определенные виды профессий и деятельности.

Для педагога по ФК характерны такие типы личности как: социальный ,предприимчивый, а так же - артистический и интеллектуальный. Это обуславливается тем, что педагог по ФК активно взаимодействует с различными типами. Основным преобладающим типом у преподавателя по ФК является социальный. Он характерен тем, что отличается выраженными социальными умениями (умением общаться, стремлением к лидерству, потребностями в многочисленных социальных контактах). Независим от окружающих, с успехом приспосабливается к обстоятельствам. Эмоционален и чувствителен.

Предприимчивый тип характерен тем, что он не может усидеть на месте, он очень энергичен и готов к разным заданиям, которые не требуют усидчивости. Так же стремиться найти общий язык с другими типами личности. Интеллектуальный тип характерен тем, что способен анализировать все ситуации и программы и преподносить их в более доступном виде учащимся (составлять индивидуальные программы подготовки). Артистический тип характеризуется тем, что преподаватель по ФК может организовать спортивный досуг не в учебное время (поездка в лагерь, походы, спортивный туризм и т.д.), подходить ко всему со своей точки зрения и опираться на свою интуицию. Так же может составлять свои программы обучения для улучшения результатов.

В тоже время педагоги делятся на 2 типа:

1. те, кто занимается строгим наблюдением за тем, как выполняют нормативы, сборы, анализы выступлений учащихся, ведение документации и проведение самостоятельной работы с информацией.

2. те, кто отвергает это, называя лишней работой, потому что это отвлекает от основных обязанностей.

Так же выделяется подтип педагогов, которые предпочитают структурированную деятельность, которая прописана в инструкции.

По Н. А. Аминову для педагогической профессии оптимальным является социальный тип личности. Но что бы достичь успеха в данном виде деятельности нужно обладать предприимчивым и артистическим типом в отличие от реалистического и конвекционного [1]. Поскольку типология не отменяет всего многообразия человеческих характеров в рамках любого из психологических типов, то она не устанавливает непреодолимых преград к личностному росту.

Знание типов личности педагогов по ФК позволит:

1. позволит им создать собственные стили обучения

2. создавать программы для достижения целей, мотивироваться, стремиться к совершенству.

3. прогнозировать адаптационные процессы и решать профессиональные задачи с людьми других типов личности, что позволит налаживать контакт и достигать целей более легким путем.

Литература:

1. Аминов, Н.А. Диагностика педагогических способностей / Н.А. Аминов. – М., 1997.
2. Ильин, Е.П. Дифференциальная психофизиология профессиональной и учебной деятельности / Е.П. Ильин, А.М. Фукин. – Казань, 1997.

ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЙ ЭФФЕКТ КОФЕИНА НА ОРГАНИЗМ ЧЕЛОВЕКА

Зайцева О. В.
(БГУКИ)

Кофеин – другое название матеин, теин, гуаранин – это алкалоид, содержащийся в листьях чая (около 2%), зёрнах кофе (1–2%), какао-бобах, а также его можно встретить в шоколаде, коле и подобных продуктах. Кофеин вырабатывают растения в целях защиты от вредных насекомых-паразитов, которые питаются растениями. Кофеин в чистом виде выглядит как бесцветные, горькие на вкус кристаллы.

Само слово «кофе» происходит от арабского названия растения «кахва». Но существуют и другие варианты происхождения. Например, от итальянского слова «caffè», которое, в свою очередь, было заимствовано из османского турецкого языка – «kahveh», и от арабского – «qahwa» [2].

В зёрнах сырого кофе можно выявить содержание следующих микро-макроэлементов: воды – 9-12%, белковых веществ – 9-18%, сахаров – 8-12%, кофеина – 0,7-3%, минеральных веществ – 3-5%, экстрактивных веществ – 36%. А так же важных и необходимых организму витамин: В1, В2, В6, В12, Е и РР. Среди элементов, заслуживают внимание: калий, магний, кальций, натрий, железо, медь, стронций, хром, ванадий, барий, никель, кобальт, свинец, молибден, титан и кадмий [1]. Важными элементами в составе зёрен являются органические кислоты, чрезвычайно ред-