

## **ПОВЫШЕНИЕ УРОВНЯ ТОЛЕРАНТНОСТИ БУДУЩИХ УЧИТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ С ПОМОЩЬЮ ИГРОВОГО МЕТОДА**

*Е.Ф. Тончинская, 3 курс*

*Научный руководитель – А.Ю. Журавский, к.п.н, доцент*

*Полесский государственный университет*

В наше время очень важную роль играет профессиональная подготовка специалистов по физической культуре. Она постоянно нуждается в совершенствовании. Одним из аспектов улучшения подготовки кадров для сферы физической культуры является целенаправленное формирование профессионально-значимых качеств специалиста. Можно назвать ряд условий педагогической деятельности, в том числе и в сфере физической культуры, где компетентность педагога неразрывно связана с проявлением толерантности. Толерантность может выступать как психогигиеническое умение, стратегия психорегуляции и, одновременно, как результат его деятельности [1].

В Декларации принципов толерантности Утвержденной резолюцией Генеральной конференции ЮНЕСКО от 16 ноября 1995 года это трактуется так: "...Толерантность означает уважение, принятие и правильное понимание богатого многообразия культур нашего мира, наших форм самовыражения и способов проявлений человеческой индивидуальности. Ей способствуют знания, открытость, общение и свобода мысли, совести и убеждений... Толерантность - это прежде всего, активное отношение, формируемое на основе признания универсальных прав и основных свобод человека.. Нередко толерантность выступает как синоним терпимости. "Терпимость" означает для человека быть самим собой без навязывания другим людям своей точки зрения, но это не значит, что надо сдаваться или идти на уступки. "Терпимость" - это, прежде всего, безоговорочное при-

знание всеобщих прав и основных свобод всех людей. Практика толерантности не означает терпимость к социальной несправедливости или отказа от осуждения кого-либо в судебном порядке. Она не всегда может выступать в виде положительного понятия. Несложно заметить обширный круг предпосылок для проявлений толерантности и в спорте. Некоторые из них: агрессивный фанатизм болельщиков, судебская несправедливость, спортивная злость, допинг, преимущество знания и трактовки правил соревнований и др.

**Научная и методологическая значимость.** Проявление толерантности. Анализ данных современной научной литературы позволяет выделить две основные группы условий возникновения и протекания толерантности: внешние и внутренние.

В работах Вундта, Йеркса-Додсона и других авторов, в качестве внешних напряженных условий рассматриваются интенсивность воздействия того или иного раздражителя или сложность (трудность) задачи. К внутренним условиям, по аналогии, следует отнести все, сопряженное с субъективным. Выявлению и изучению условий возникновения и развития острых психических реакций организма посвящены работы многих исследователей, занятых в различных отраслях науки [1,2].

Анализ проведенных исследований позволяет выделить четыре основных аспекта изучения внутренних психических условий:

- направление, в котором успешность действий субъекта зависит от психофизических (сенсорных) процессов;
- направление, в котором успешность активности связывается с эмоциональной (физиологической) реактивностью;
- направление, в котором особенности поведения обуславливаются стойкими врожденными свойствами нервной системы;
- направление социально-психологическое, исходящее из того, что приобретенные в процессе жизни организма устойчивые психические свойства обуславливают уровень его устойчивости по отношению к толерантным факторам.

На первый взгляд создается впечатление, что некоторые из изучаемых аспектов мало затрагивают или же лишь косвенным образом связаны с проблемой толерантности. Нам представляется, однако, что все они теснейшим образом взаимосвязаны как между собой, так и с рассматриваемой проблемой. Взаимосвязь обусловлена тем, что поведение человека в этих исследованиях изучается в различных, в том числе, экстремальных условиях. Взаимосвязь этих направлений вытекает и из того факта, что последствия толерантности в одном из аспектов, становится эмоциогенным фактором, влекущим последствия в другом.

Наличие факта взаимосвязи аспектов исследования толерантности обуславливает необходимость системного подхода к решению рассматриваемой проблемы. Дифференциация этих направлений обусловлена различием исторически сложившихся систем знаний, понятий, логик их употребления в различных дисциплинах.

Ведущая роль в организации и реализации эмоционального поведения на разных этапах развития естественных наук в достаточно категоричной форме приписывалась также глубинно расположенным образованиям или вегето-соматическим явлениям.

Было замечено также, что все наши эмоции отражаются на регуляции нервной системы. Этот факт позволил датскому ученому К. Г. Ланге и американскому В. Джемсу построить теорию эмоций на деятельности вазомоторной системы — «периферическую» теорию эмоций. Согласно этой теории все рассуждения о причине и порядке следования рассматриваемого явления должны строиться следующим образом: «мы чувствуем печаль, потому что плачем», «мы рассвирепели, потому что нас ударили», «мы испугались, потому что задрожали». Иными словами, возникновение психических переживаний обуславливается различными изменениями, совершающимися на периферии организма: торможением или дискоординацией движений, двигательным возбуждением; сужением или расширением сосудов; увеличением или уменьшением частоты сердечных сокращений и др. В подтверждение этому приводится ряд существенных доводов. Один из них излагается Джемсом следующим образом: если вообразить какую-нибудь сильную эмоцию и затем постараться отвлечь от сознания о ней все чувствования и ощущения, получаемые от ее телесных проявлений (симптомов), то мы найдем, что от нее ничего не осталось, «...никакого «душевного вещества», из которого могла бы состоять эмоция; мы найдем, что все оставшееся есть лишь холодное и безразличное состояние умственного восприятия. Для психофизиологии последних лет характерно не столько открытие каких-то принципиально новых физиологических проявлений эмоционального реагирования, сколько стремление извлечь из уже известных физиологических

симптомов максимум полезной информации. В целом можно сказать, что на протяжении длительного времени благодаря работам ряда исследователей был сделан большой вклад в познание физиологической сущности и локализации особенностей эмоционального в том числе толерантного, поведения. Стало известным локализация и функционирование той системы, которая в зависимости от ситуации и ее требований регулирует степень эмоциональной активации организма. Стали известны объективные (вегетативные, биохимические, электроэнцефалографические, экспрессивные и др.) показатели кратковременных и устойчивых особенностей эмоциональной сферы. В психологию и физиологию эмоций было введено понятие активации (возбуждения), которое, как нам представляется, независимо от качества эмоции характеризует ее количественную сторону. Более того, начиная с исследований Вундта и Иеркса-Додсона, выявлен некоторый оптимальный уровень физиологического возбуждения в эмоциогенных условиях, при котором достигается наилучшая эффективность исполнения деятельности или сохраняется толерантность.

Однако, как показал анализ результатов указанных и многих других исследований данные о соотношении различных уровней физиологического возбуждения и толерантности достаточно противоречивы.

### **Список используемых источников**

1. Веккер Л.М. Психика и реальность: единая теория психических процессов. – М.: Смысл, 1998. -685 с.
2. Мчедлов М.П. Толерантность. – М.: Республика, 2004. – 416 с.