

Исходя из основных положений космической педагогики, ученые предложили «изменить характер деятельности учителя» (К.Н.Вентцель). По их мнению, знание должно быть представлено детям как целое и единое и таким образом, чтобы они самостоятельно приходили к выводам о связи между явлениями во всем Мире. Познание ребенком окружающего Мира, считали педагоги, происходит по различным направлениям, дополняющим и обогащающим друг друга, - через науку, философию, искусство, религию. Поэтому для становления космического сознания требуется интеграция знаний, объединение естественных и гуманитарных наук, т.е. при изучении человека, человечества, природы и Космоса должен соблюдаться принцип целостности и системности. Овладевая научными знаниями о Мире, растущий человек будет все больше осознавать себя как существо, связанное в своем бытии с человечеством, природой, Космосом. В результате к нему придет понимание необходимости заботы об окружающей среде.

В целом, идеи космической педагогики ориентируют современный образовательный процесс на подготовку учащихся к решению глобальных проблем, на духовно-научное освоение окружающего Мира, на воспитание нравственных качеств, отвечающих императиву выживания и устойчивого развития человеческой цивилизации, природы, Космоса.

**Г.П. Раменская, С.Е. Раменский, С.А. Чубарова, Ю.С. Булатова
(РГППУ, Екатеринбург)
В.С. Раменская
(УГУ-УПИ, Екатеринбург)**

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ МЕТОДА СВЕРХЗАДАЧ ДЛЯ УВЕЛИЧЕНИЯ ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТИ СОСТОЯНИЯ АКМЕ³

По оценке М.И. Дьяченко, Л.А. Кандыбович [2] наиболее актуальными вопросами современной акмеологии являются срок наступления для человека состояния «акме» - времени наивысшего расцвета в жизни и творчестве, а также проблема увеличения продолжительности этого периода.

³ *Статья выполнена при финансовой поддержке РГНФ, грант 09-06-83602 а/у*

Во время индивидуального развития мозга человека происходит увеличение количества и разнообразия связей между нейронами. По мере старения поливариантный путь прохождения электрического сигнала (возбуждения) от одного участка мозга к другому становится все более определенным. Уменьшается богатство ассоциаций, усиливаются стереотипы мышления. Во время мыслительного процесса происходит активизация меньшего количества участков мозга.

Академик РАН Бехтерева Н.П. пишет [1], что центральную нервную систему охраняет механизм проверки активности мозга, который начинает действовать при возникновении новой ситуации. «Задремавшие» клетки ранее творческих людей часто можно разбудить.

Для борьбы с возрастной деградацией мозга людей с высшим образованием, которые всю жизнь занимались созидательным, интеллектуальным трудом, Наталья Петровна предлагает использовать сверхзадачи. Сверхзадача внезапно возникает перед человеком, носит достаточно серьезный характер и требует своего решения. «Обращенная к мозгу мысль активизирует его, активизирует остаточный творческий потенциал, постепенно включая мозг в работу. Первая эмоция может быть даже негативной: «Мне это трудно, и зачем мне это нужно?» Но очень скоро она меняется на позитивную – человек снова обретает радость творчества, возвращаясь в свой творческий возраст». Происходит «ренессанс мозга» [1].

Согласно результатам, полученным сотрудниками Института мозга человека (г. Санкт-Петербург), при решении творческой задачи активизируется большое количество «лишних» зон мозга, связанных с памятью индивида, обеспечивающих выбор одного варианта из нескольких, креативность. Сопряженная активизация других отделов мозга приводит к улучшению деятельности сердца, дыхательной системы, совершенствованию обмена веществ и т.д. По мнению сторонних наблюдателей, пожилые люди, в том числе работающие в Российской Академии наук, часто успешно

справляются со стоящими перед ними научными проблемами.

Используя статистические методы, английские ученые показали, что «умные живут дольше» [1, с. 11-12]. Человек, который занимается интенсивным умственным трудом, часто имеет большую продолжительность жизни. По нашему мнению, в качестве первого объяснения этой корреляции действительно можно говорить о причинно-следственной связи («больше работаешь интеллектуально и поэтому дольше живешь»). Второе толкование - возможное осуществление схемы «два следствия одной причины». Особые свойства генетики, воспитания (причина того, что «человек умный») приводят к тому, что у него часто возникает потребность в реализации своих способностей, поэтому индивид нередко выбирает творческую профессию и по той же причине живет дольше.

Авторы считают, что «ренессанс мозга» путем решения сверхзадач возможен не только для профессионально творческих людей, но и для более широких слоев населения. Исследователи университета Калифорнии (США) пришли к выводу, что в большей степени улучшает деятельность мозга пожилых людей поиск информации во Всемирной паутине по сравнению с чтением книг и разгадыванием кроссвордов. При работе в интернете необходимо активно формировать варианты запросов путем подбора ключевых и сопутствующих терминов, выбирать одно решение из нескольких.

Конечно, стимулирование мозга сверхзадачами должно быть в разумных пределах, когда «стресс» еще не приобретает «вредоносный», «неприятный» характер «дистресса» [3, с. 29-30].

ЛИТЕРАТУРА

1. Бехтерева Н.П. Умственная активность как секрет долголетия // Третий возраст: старшее поколение в современной информационной среде: Материалы всерос. междисциплинарной науч. конф. - Москва, 30 января 2008 г. – М.: Изд-во СГУ, 2008.
2. Дьяченко М.И., Кандыбович Л.А. Психологический словарь – справочник. –Мн.: Харвест, М.: АСТ, 2001. (Библиотека практической психологии).
3. Селье Г. Стресс без дистресса. – М.: Изд-во «Прогресс», 1982.