

возможности познавательной деятельности активно влияют и на становления мировоззрения, потребность устанавливать причинно-следственную связь, анализировать и обобщать явления и факты. В процессе физической (спортивной) тренировки у занимающихся происходит формирование нравственных, волевых и психических качеств, которые становятся постоянными чертами личности. Это позволяет человеку проявлять их в учебной, трудовой, общественной и других видах деятельности, а так же в быту и семье.

К таким качествам относятся: трудолюбие, дисциплинированность, чувство ответственности за результаты своего труда, стремление рационально организовать распорядок дня и свою деятельность, смелость и решительность, целеустремленность, настойчивость в достижении цели, выдержка и самообладание.

Особое значение приобретает формирование психофизической устойчивости к различным условиям внешней среды.

Не менее важно использование средств физической культуры и спорта в психологической подготовке будущего специалиста.

Именно спорт, физическое воспитание ставит студента в те условия, которые формируют его психологическую готовность к профессиональным негативным воздействиям.

Ухудшение экологии окружающей среды чревато опасностью генетических изменений. Повышение уровня механизации трудовых процессов привело к уменьшению объема физического труда и увеличению перегрузок. Тренированный организм более устойчив к неблагоприятным условиям внешней среды.

Физическое воспитание это одна из основных форм подготовки человека к трудовой и другим общественно полезным видам деятельности, а наряду с этим – одно из важнейших средств этического и эстетического воспитания, удовлетворения духовных запросов общества.

Рыбковский А.Г., Варавина Е.Н. (ДНУ, г. Донецк, Украина)

РОЛЬ АКТИВНОГО ДВИГАТЕЛЬНОГО РЕЖИМА В СОХРАНЕНИИ ФИЗИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ ЧЕЛОВЕКА В ЭКОЛОГИЧЕСКИ НЕБЛАГОПРИЯТНЫХ УСЛОВИЯХ

Двигательная активность человека дает возможность рассматривать взаимодействие человека с внешней средой по информационным, структурным и энергетическим связям, выражающимся в их приобретении и расходе [1]. Результаты адаптации организма человека в процессе мышечной дея-

тельности могут протекать по трем основным измерениям: с увеличением организованности, с сохранением статуса к определенными потерями. Измерения обусловлены внешними воздействиями, характером связей и последовательностью информационных процессов в биосистемах, обеспечивающих результаты адаптации. Рассматривая их в ракурсе количественных отношений, выделим основные измерения двигательной активности как особенности регулирования человека на раздражители внешней среды.

Цель индивидуальной ориентации и отбора людей в ту или другую зону измерений должно выявляться для достижения гармонии эндогенной и экзогенной среды в процессе двигательной деятельности человека. При этом уменьшаются энергетические затраты для достижения полезного результата за счет высокой упорядоченности информационных процессов.

Как бы мы не изменяли среду деятельности, для достижения конкретных результатов необходимо изменять и совершенствовать собственную природу. В настоящее время имеются эффективные расчеты того, какова, например, критическая зона максимальной физической нагрузки при различных видах воздействия; критические зоны кислотно-щелочного равновесия крови; пороговые величины многих факторов риска, обусловленных тренировочным процессом [2,3].

Следовательно, можно представить, каковы были бы достижения в сохранении экологии человека при возможности объединения социальных и медицинских мероприятий в сочетании с двигательной активностью, направленной на преодоление «инерции покоя» и переходом к активному двигательному режиму. Это означало бы рождение гарантий по сохранению здоровья человека. В обобщенном виде совокупность таких явлений может быть охарактеризована как возможное увеличение противодействия внешних естественно-природных сил и внутренних генетических факторов энтропии экосистемы, безвозмездному расходу энергетического ресурса, противопоставление форм организованности живого вещества силам дезорганизации и разрушения.

Вывод. Таким образом, в процессе двигательной активности человека открываются новые механизмы взаимодействия компонентов живого вещества, новые формы взаимосвязи структурных и информационно-энергетических процессов. Открывается возможность создания новых информационно-энергетических уровней, от аэробного до психоэнергетического, повышающих не только защитную функцию организма, но и расширяющих диапазон адаптивного поведения человека.

1. Библиографический список
2. *Куликов В.П.* Потребность в дыхательной активности: Физиология. Валеология. Реабилитология /В.П.Куликов, В.И.Киселев. – Новосибирск: Науч.Сибир.предп., 1998. – 144с.
3. *Михайленко О.* Екологічна етика як нова концепція буття // Вища освіта України, 2002. № 4. – С. 16-19.
4. *Романенко Р.Т.* Двигательные способности человека. – Донецк: Новый мир, 1999. – 335с.

Сикорская Г.П. (РГПТУ, г. Екатеринбург)

ЭКОЛОГО-ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ СРЕДА: ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЕ И ТОЛЕРАНТНОСТЬ

«Все связано со всем»,
«все должно куда-то деваться»,
«природа знает лучше»,
«ничто не дается даром».
(Б. Коммонера)

Эколого-образовательная среда представляет специально-организованную образовательную среду, в которой создаются благоприятные условия для развития экологической культуры обучающихся на основе включения в образовательный процесс специальных курсов экологического содержания, организации внеучебной деятельности для освоения норм и правил экологосообразной жизнедеятельности. Эта среда благоприятна для ведения активной практической работы по изучению, сохранению и реабилитации окружающей природной среды и здоровьесбережению обучающихся.

Безусловно, такая среда создает предпосылки для более адекватного отношения к социоприродной динамике. Обучение в специально организованной среде формирует у субъектов образовательного процесса экосообразное поведение, которое проявляется не только в охране окружающей среды, но также, например, в осмыслении здорового образа жизни и освоении технологий взаимодействия с окружающим миром на принципах здоровьесбережения.

Как известно, окружающая природная среда, испытывающая в настоящее время значительный антропогенный прессинг, снижает свое качество, а экологические факторы среды вносят значительные коррективы в здоровье