

**ОРГАНИЗАЦИЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ
СТУДЕНТОВ – ЗАОЧНИКОВ ТЕХНИЧЕСКИХ СПЕЦИАЛЬНОСТЕЙ**

Емченко Е. А.

к.т.н, доцент

ФГАОУ ВО «Севастопольский государственный университет»,

г. Севастополь, Российская Федерация,

Аннотация

Вследствие многообразных условий жизни и работы студентов-заочников, их разной подготовки, индивидуальных особенностей и навыков трудно дать общие для всех рецепты по наиболее целесообразной организации самостоятельной работы. Методы самостоятельных занятий могут быть и должны быть гибкими и индивидуальными. Студент сам должен продумать и организовать свои учебные занятия. Однако имеются некоторые общие положения, без соблюдения которых нельзя обеспечить успешной работы. К ним относятся: плановость, систематичность, ритмичность, сосредоточенность в работе, настойчивость в достижении цели, живой интерес к учебе. Планирование своих дел и соблюдение намеченного позволяет студенту добиться больших успехов в учебе, в производственной работе.

Ключевые слова: студент-заочник, самостоятельная работа, самоорганизация, самоподготовка, изучаемый теоретический и практический материал.

ORGANIZATION OF INDEPENDENT WORK

PART – TIME STUDENTS OF TECHNICAL SPECIALTIES

Emchenko E. A.

cand. sc. tech, associate professor

Sevastopol State University

Sevastopol, Russian Federation

Abstract

Due to the diverse living and working conditions of part-time students, their different training, individual characteristics and skills, it is difficult to give general recipes for the most appropriate organization of independent work. Self-study methods can and

should be flexible and individual. The student himself must think over and organize his own training sessions. However, there are some general provisions, without which it is impossible to ensure successful work. These include: planning, systematic, rhythmic, concentration in work, perseverance in achieving goals, a keen interest in studying. Planning their affairs and compliance with the planned allows the student to achieve great success in studies, in production work.

Keywords: part-time student, independent work, self-organization, self-preparation, studied theoretical and practical material.

Введение. Учебная программа студентов-заочников по своему содержанию и объему ничем не отличается от программ студентов стационара.

Основным видом учебных занятий студентов-заочников является самостоятельная работа над учебным материалом.

При самостоятельной работе студент должен уметь:

- планировать свою работу в целом и на отдельных ее этапах;
- распределять свое время, т.е. все свои дела и отдых укладывать в заранее намеченные интервалы времени дня, суток;
- быстро воспринимать содержание нового текста на основе ранее изучаемых дисциплин;
- выделять главные мысли в содержании прочитанного текста;
- сосредоточивать свое внимание на содержании работы (книги, задачи, лекции и т.п.);
- анализировать конкретную практическую ситуацию на уровне имеющихся теоретических знаний;
- сопоставлять предметы, явления, находить в них сходство и отличие;
- конспектировать литературные источники, делать выписки, составлять планы, тезисы и рефераты;
- правильно организовать свое рабочее место для занятий;

– рационально решать задачи и выполнять графические работы, курсовые работы (проекты).

Перечисленные навыки важны не только для изучения вузовских дисциплин, но и для повышения общей культуры, ориентации в разных областях знаний будущего инженера [1].

Цель и постановка проблемы. Изучить предмет – это значит понять, запомнить и уметь рассказать усвоенное. Нужно приучать себя относиться к занятиям как к интересному, любимому делу. Только в этом случае все внимание сосредоточивается на изучаемом предмете, а от степени сосредоточенности зависит эффективность занятий. Для достижения поставленной цели, в данной статье приведен алгоритм действий студента-заочника.

Изложение основного материала. Главное в организации работы – детально планировать трудовой день и обязательно выполнять то, что намечено.

Студенты, не привыкшие к систематическому организованному умственному труду, часто откладывают начало самостоятельных занятий с одного дня на другой. В преодолении этой инертности и состоит тренировка воли, ее воспитание.

Скептическое отношение студентов к плану, как к догме, глубоко ошибочно. В планировании, как и во всей жизни, действуют законы диалектики, и это надо учитывать. Если возникает необходимость выполнить работу, которая не запланирована, то лучше сделать ее, подкорректировав свой план. Это нужно сделать так, чтобы не пострадали учебные дела, но и не за счет времени своего отдыха, а благодаря более интенсивной работе над учебным материалом. Это можно распределить и на завтра, на другие дни предстоящей недели, месяца.

В начале учебного года студент-заочник должен установить по учебному графику, сколько контрольных работ по каждой дисциплине полагается

выполнить в семестре и как они распределяются по месяцам, сколько экзаменов и зачетов и по каким предметам придется сдавать на курсе и на предстоящей сессии [2]. Рабочим документом для каждого дня заочника должно быть составленное им расписание занятий на семестр. Расписание можно составить и на более короткое время (на 1-2 месяца).

Заниматься необходимо ежедневно, кроме воскресных дней, в рабочие дни по 2-4 часа, в субботу - больше, желательно в одно и то же время. Большие перерывы в занятиях отрицательно отражаются на всем учебном процессе.

При составлении расписания рекомендуется:

1. Равномерно распределить учебное время по дням, неделям и месяцам семестра в соответствии с объемом изучаемых дисциплин; заниматься следует 6 раз в неделю.

2. Не включать в расписание на день более двух предметов, чтобы не рассеивать внимания. Целесообразно, чтобы это были дисциплины различных областей знаний, например, история и начертательная геометрия, высшая математика и иностранный язык, химия и философия. В первые часы надо заниматься более трудным предметом.

3. Нецелесообразно в течение 4-5 часов заниматься одним предметом, так как это вызовет быстрое утомление и снизит усвояемость материала.

4. Занятия обязательно чередовать с отдыхом. Через каждые 40-50 минут делать 5-10-минутные перерывы, желательно с физическими упражнениями.

5. В те дни, когда для занятий имеется только час-полтора, надо заниматься только одной дисциплиной.

Раннее утро для большинства людей – лучшее время для занятий, поэтому лучше раньше ложиться спать и раньше подниматься.

Объем и качество изученного материала зависит не только от затраченного времени, но и от внимания студента.

План, составленный на каждую неделю месяца, позволит учесть все виды работ, которые намечено сделать в начале месяца, и не упустить тех, которые

появятся в течение месяца. Надо их вносить в соответствующие графы и колонки первоначального плана, перемещая время выполнения другого дела.

Соблюдение недельного и месячного планов позволит выполнить многие дела. Работу и отдых необходимо чередовать, чтобы снимать напряжение нервной системы [3].

Продуктивность трудовой деятельности зависит не только от режима труда, но и от определенного режима питания и сна. Необходимые требования к этому режиму – в одни и те же часы суток завтрак, обед, ужин, сон.

Студент должен твердо помнить, что потраченное им время и усилия для составления и выполнения намеченного режима дня не напрасны. Постепенно изучение наук перейдет в знание, а повторение изученного материала и выполнение упражнений обеспечит умение и навыки, что принесет огромную пользу. Об этом говорит опыт бывших студентов-заочников, давно и успешно закончивших институт и плодотворно работающих в разных отраслях промышленности и науки [4].

Каждое утро надо настраивать себя на четкое выполнение составленного режима и в течение дня сверять свою деятельность с тем, что запланировано. Каждый вечер надо подвести итог и уточнить план работы на следующий день.

Ни в коем случае нельзя допускать "штурмовщины", как в ходе самостоятельного изучения дисциплины, так и при выполнении контрольных работ, при подготовке к экзаменам и зачетам.

Большое значение имеет и организация рабочего места для занятий. Важно выработать в себе привычку работать на одном и том же месте, в одно и то же время. Желательно, чтобы все предметы находились на удобных для работы местах, чтобы книги, тетради, счетные принадлежности не приходилось отыскивать. Освещение должно быть спереди и слева, желательно по возможности изолировать себя от посторонних шумов. Все это помогает лучше сосредоточить внимание и быстро начать изучение материала.

Для выполнения напряженной умственной работы каждый студент, и особенно заочник, должен иметь хотя бы некоторое понятие о физиологии умственного труда. Умственный труд, как и физический, если он правильно организован, не приносит вреда, а дает удовлетворение, способствует гармоничному развитию человека. Любой труд, и особенно умственный, не может быть плодотворным, если им заниматься с неохотой, так как при этом быстро наступает утомление и работоспособность резко снижается.

Сознательность в учении, живой интерес к той области знаний и деятельности, изучению которой себя посвящаешь, имеют огромное организующее влияние на все стороны образовательного процесса и обеспечивают его успех [5].

Прежде всего необходимо воспитать в себе силу воли.

Сила воли определяется способностью, неуклонно преодолевая препятствия, доводить любое дело до конца, добиваясь осуществления поставленной перед собой цели.

Воля включает в себя такие качества, как настойчивость, решительность, целеустремленная активность, самообладание, способность преодолевать препятствия, верность чувству долга.

Огромное значение для успешной умственной работы имеет ритм. Ритмичный труд во много раз производительнее, чем авралы, штурмовщина, когда в короткое время с перенапряжением выполняется работа, рассчитанная на более длительный период. Больше других этому подвержены первокурсники. У них еще нет навыков планомерной самостоятельной работы. Ритм упорядочивает работу, делает ее последовательной, при этом соблюдается строгое чередование активности и пауз, экономятся силы. Равномерным чередованием углубленных занятий и перерывов-пауз – можно преодолевать раннее появление усталости. Следует чередовать работу над книгой с графической работой. Заканчивать занятия следует всегда на том, что усваивается легко.

В паузах между занятиями лучше всего походить, снять мышечное напряжение, которое возникает в результате неправильного положения тела во время сидения за столом, постараться расслабить мускулатуру всего тела. Выполнение нескольких физических упражнений с ритмическим сокращением мышц способствует обмену веществ, увеличивает приток кислорода к коре головного мозга. Даже после кратковременной легкой физической нагрузки мозг человека работает значительно активнее.

Огромное значение имеет сон. Он справедливо считается источником здоровья и бодрости, лучше всего восстанавливает силы. Перед сном не следует пить кофе или крепкий чай. Для взрослого человека нормальная продолжительность сна 6-7 часов. Очень важно ложиться спать и вставать в одно и то же время.

Необходимо установить правильный режим питания. Нельзя питаться нерегулярно, с большими перерывами в приеме пищи.

Очень важно тренировать память, выработать способность запоминать новое и сохранять приобретенные знания. Повседневная самостоятельная работа с книгой развивает память.

Без сосредоточенного, целенаправленного внимания невозможны успешные учебные занятия. Заниматься надо с твердым намерением понять, запомнить и усвоить материал. Любое отвлечение от занятий нарушает ход мыслей и чтобы вновь сосредоточиться на изучаемом положении, приходится затрачивать время на повторение материала.

Заключение. Каждому студенту-заочнику надо так организовать свои ежедневные учебные занятия, чтобы они тесно увязывались с трудом на производстве и сопровождались рациональным отдыхом.

Библиографический список

1. Айзенберг, А.Я. Самообразование: история, теория и современные проблемы / А.Я. Айзенберг. – М.: Высшая школа, 2002. – 126 с.

2. Архангельский, С.И. Учебный процесс в высшей школе и его закономерные основы и методы / С.И. Архангельский. – М: Высшая школа, 2002. – 368 с.
3. Абульханова-Славская, К.А. Деятельность и психология личности / К.А. Абульханова-Славская. – М, 2010. – 335 с.
https://www.studmed.ru/abulhanova-slavskaya-ka-deyatelnost-i-psihologiya-lichnosti_4cf36e848c9.html (дата обращения 15.04.2022)/
4. Граф, В. Основы организации учебной деятельности и самостоятельной работы студентов: Учеб.- метод. пособие / В. Граф, И.И. Ильясов, В.Я. Ляудис. – М.: МГУ, 2002. – 80 с
5. Юдакова С.В. Профессионально-педагогическое самообразование: Учебное пособие. – Владимир: ВГГУ, 2010. – 131 с.

Оригинальность 83%