

5. Предоставлять студентам возможность изучать лекционный материал и выполнять практические задания в домашних условиях.

Таким образом, внедрение компьютерных технологий позволяет существенно повысить качество образования и облегчить труд преподавателя, дав тем самым возможность к дальнейшему повышению качества знаний.

УДК 355

## **ОСОБЕННОСТИ И ТРЕБОВАНИЯ, ПРЕДЪЯВЛЯЕМЫЕ К ПРЕПОДАВАНИЮ И ПРОВЕДЕНИЮ СЕМИНАРСКИХ ЗАНЯТИЙ ПО ОБЩЕВОЕННЫМ ДИСЦИПЛИНАМ**

Белорусский государственный университет  
Зинкевич Э.В.

Семинар (от лат. *seminarium* – рассадник знаний) – один из основных методов обсуждения учебного материала в высшей школе. Семинары проводятся по наиболее сложным вопросам (темам, разделам) учебной программы с целью углубленного изучения учебной дисциплины, привития курсантам навыков самостоятельного поиска и анализа учебной информации, формирования и развития научного мышления, умения активно участвовать в творческой дискуссии, делать правильные выводы, аргументированно излагать и отстаивать свое мнение.

Профорентация, являясь целостной системой, состоит из взаимосвязанных подсистем (компонентов), объединенных общностью целей, задач и единством функций. Организационно – функциональная подсистема – деятельность различных социальных институтов, ответственных за подготовку человека к сознательному выбору профессии.

Использование в профессиональном консультировании методик, направленных на выявление самосознания и самооценки человека, дает не только диагностический, но и, в некоторой степени, психокоррекционный эффект.

В практике профессионального консультирования применяется, например, методика И. Кона описания себя: "Кто я есть" и "Я через 5 лет". (Инструкция: "Напишите сочинение на тему "Кто я есть" и на тему "Я через 5 лет"). Эта методика позволяет прежде всего выявить содержательные компоненты самосознания, наиболее актуальные его параметры. Самоописание позволяет определить:

1. социально-ролевую самоидентичность (к какой общности человек себя относит в настоящий момент, к какой он хотел бы себя отнести, с кем он себя идентифицирует),
2. ориентацию человека на свои специфические признаки и качества, которые отличают его от других и по которым он сравнивает себя с другими,
3. способность делать прогнозы в отношении себя, место профессии в общем жизненном контексте человека.

У молодых людей, обеспокоенных своим профессиональным будущим, стремящихся учиться в профессиональном учебном заведении или получить профессию в процессе работы, наблюдается опережающее развитие в оценке своих личностных качеств по сравнению с оценкой своих профессиональных качеств. Учащиеся лучше представляют себя как личность вообще, то есть в совокупности моральных, физических, интеллектуальных качеств, своих интересов и склонностей, но в меньшей степени имеют представления о своем профессиональном "Я".

Имеющиеся различия в самооценке прежде всего касаются ее содержательных компонентов. Одни знают о себе больше, другие меньше; определенные качества личности, способности, значимые на данный момент, подвергаются анализу и оценке, другие, в силу

их неактуальности, человеком не оцениваются (хотя и могут быть оценены по ряду параметров).

Для выявления не только содержательных, но и оценочных параметров самосознания можно использовать различные модификации методики Дембо-Рубинштейн для самооценки с помощью размещения себя на шкале. Шкалы самооценки должны включать как профессионально значимые, так и общеличные качества, что позволяет определить место и значение в структуре самооценки профессионально значимых качеств. Могут быть предложены, например, такие шкалы для оценивания: ум, сила, доброта, способности, воля, ответственность, активность, общительность, успешность, справедливость, смелость, уступчивость, вспыльчивость, упрямство, осторожность, решительность, самостоятельность, трудолюбие, целеустремленность, здоровье, счастье. Каждая шкала - отрезок длиной 10 см. Результат выражается в баллах, равных числу сантиметров от начала шкалы до отметки испытуемого на шкале.

Результаты самооценки служат основанием для беседы и дальнейшего обследования. Необходимо особенно выделить те параметры самооценки которые вызывают затруднения при их оценивании.

Успех в решении психологических проблем всегда связан с выбором. Выбор происходит на основании того, что человек считает наиболее важным и правильным на основании ценностей, сформированных в его прошлом опыте. Поэтому диагностика ценностных ориентаций человека дает возможность получить представление о его проблемах, сопоставляя ценности между собой и с реальными условиями, в которых эти ценности могут находить, или не находить свое утверждение. Такое сопоставление возможно с помощью методик, позволяющих ранжировать ценности или сравнивать представление о своих ценностях с реальным поведением. Для ранжирования ценностей может быть представлен либо список ценностей (таких, например, как работа, образование, семья, материальное благополучие, здоровье, дружба, хобби, слава, богатство, власть и пр.), либо список высказываний типа: «Я бы хотел, чтобы моя работа ...»

- была по заслугам оценена другими;
- была для меня интересной;
- приносила большие доходы;
- была полезной и нужной людям;
- доставляла мне радость и удовольствие и т.д.

Ранжирование ценностей позволяет определить, в чем совпадают личные ценности с общественными, с профессиональными и групповыми ценностями. Анализ конкретных ситуаций, связанных с выбором того или иного решения, позволяет сравнить реальные ценности с идеальными представлениями о своих ценностях. Выявление ценностных ориентации позволяет определить взаимоисключающие ценности, что именно человек игнорирует в ситуации выбора альтернативных ценностей, уточнить свои позиции в связи с возникающими проблемами, переоценить свои ценности. Выявление ценностей позволяет определить сферу, в которой человек готов нести полную ответственность за себя и за свои действия в решении своих проблем. В первую очередь необходимо определить, какие ценности человек считает самыми важными. Это проясняет направление развития целей его деятельности. Затем необходимо проанализировать и рассмотреть возможные варианты последствий и сделать выбор, принять определенное решение.

Очень важным методом для диагностики профессиональных ориентаций оптанта является беседа. Представление человека о себе необходимо увязать с представлениями о выбираемой профессии, поэтому вся беседа строится на выявлении этих представлений и их сопоставлении. Можно попросить консультируемого описать какие, по его мнению, виды работ приходится выполнять в данной профессии и какие для этого необходимы знания, умения и навыки. Что больше всего ценится в данной профессии, какими качествами обладает человек, добившийся успеха в данной профессии? В беседе необходимо

определить, по каким причинам консультируемый выбирает ту или иную профессию, кто одобряет и кто осуждает его выбор, почему, и какие доводы при этом кажутся ему убедительными. Хорошо использовать конкретные примеры. Например, обсудить, кто из близких или знакомых имеет такую профессию, ради чего он ее выбрал и ради чего выбирает ее консультируемый, какое будущее у этого человека, и как консультируемый видит свое будущее и т.п.

Дальнейшие шаги в диагностике психологических проблем профессионального самоопределения личности связаны с умением консультанта выделить те вопросы для обсуждения, которые помогут человеку лучше уяснить себе, что от него требуется, чтобы адаптироваться в современном профессиональном мире.

Работа по повышению уровня самосознания и самооценки позволяет учащимся выйти на осознание уровня мотивации профессионального выбора реально действующих и желаемых мотивов труда, обострить психологические противоречия, которые могут заставить учащихся решать проблему профессиональных поисков или профессионального выбора, а не ждать готовых предложений и указаний.

В некоторых случаях человеку бывает недостаточно профессиональной консультации для решения его проблемы и требуется специальная психокоррекционная работа. Особенно эффективными, как показывает опыт, методами психокоррекционной работы со старшеклассниками, имеющими трудности в профессиональном самоопределении, являются групповые методы активного обучения и, в частности, социально-психологические тренинги.

В практике работы военных факультетов в гражданских вузов в основном культивируются три типа семинаров:

- способствующие углубленному изучению определенного систематического курса;
- изучению отдельных основных или наиболее важных тем (проблем) курса;
- семинары исследовательского характера с независимой от лекций тематикой (спецсеминары).

Успех семинара, активность курсантов на нем закладываются на лекции, которая, как правило, предшествует семинару. Лекционный курс, его содержательность, глубина, эмоциональность в значительной мере определяют уровень семинара. Если проблемы, поставленные на лекции, действительно интересуют обучающихся, они не пожалуют времени на самостоятельную работу и развернут на семинаре творческую дискуссию. Главное, что обеспечивает успех семинара – интерес аудитории к обсуждаемым проблемам.

Исходя из того, что семинар в военном вузе является групповым занятием под руководством преподавателя, его основные задачи состоят в реализации следующих целей:

- углубить и закрепить у обучающихся знания, полученные на лекциях и в ходе самостоятельной работы;
- проверить эффективность и результативность самостоятельной работы курсантов над учебным материалом;
- привить обучающимся навыки поиска, обобщения и изложения учебного материала в курсантской аудитории
- выработать умение формулировать, обосновывать и излагать собственное суждение по обсуждаемому вопросу, умение отстаивать свои взгляды.

Подготовка семинара начинается с изучения преподавателем исходной документации, определения (уточнения) целей и задач семинара, времени подготовки курсантов. В результате этой работы у преподавателя должно сложиться четкое представление о дидактических и воспитательных целях семинара, объеме работ, который должен выполнить каждый его участник, проблемах, которые следует поставить в лекции, чтобы иметь возможность глубоко в них разобраться на семинаре. Только после этого можно приступить к разработке плана проведения семинарского занятия. План, выдаваемый курсантам до проведения семинара, служит основным методическим документом для организации их самостоятельной работы.

Объем материала, выносимого на семинар, определяется отводимым для этого временем и числом вопросов. Для двухчасового занятия их, как правило, должно быть не более 2–3. С этих же позиций необходимо решать вопрос о характере и объеме рекомендуемой литературы. В перечень обязательной литературы должны входить прежде всего первоисточники, непосредственно раскрывающие рассматриваемую тему. Разумеется, при этом важно учитывать, что к одному двухчасовому семинару курсант (слушатель) может готовиться не более 4–6 часов и за это время прочесть, осмыслить и законспектировать не более 60 страниц текста, т. е. объем литературы, обрабатываемый обучающимися при подготовке к семинару, должен быть минимальным. В противном случае преподаватель сам толкает курсантов и слушателей на путь неглубокой и формальной подготовки.

Выступления курсантов и слушателей по вопросам семинара могут быть в виде реферата, доклада или сообщения, отличающихся прежде всего по глубине проработки рассматриваемого вопроса. Хотя в целом четкую грань между ними провести очень трудно.

Дополнительные вопросы курсантам и слушателям – основное средство управления ходом семинара. С их помощью военный преподаватель направляет выступления или дискуссии в нужное русло. Разумеется, он не должен злоупотреблять дополнительными вопросами, но иметь их в своем рабочем плане необходимо.

В ходе семинара педагог-руководитель использует вопросы уточняющие, встречные, наводящие и проблемные.

Оживление и разнообразие в методику проведения семинарских занятий вносит предварительное распределение между обучающимися учебных поручений.

Успех семинара всегда зависит от активности курсантов и слушателей, поэтому обязанность военного преподавателя всеми мерами развивать и поощрять это. Рекомендуется настойчиво внушать обучающимся мысль, что активность – это не только выступления и дискуссии, но и умение слушать. Курсантов и слушателей необходимо убеждать, что умение слушать не менее важное качество, чем умение говорить.

Важно добиваться внимательного и критического отношения обучающихся к выступлениям товарищей. Для этого надо всячески нацеливать их на то, что содержательный анализ выступления, доклада или реферата имеет не меньшую ценность, чем хороший доклад или реферат. Во всех случаях следует добиваться свободного выступления курсантов при наличии постоянного контакта с аудиторией. Выступающий должен обращаться к аудитории, а не к руководителю семинара, смотреть в аудиторию, а не в потолок или по сторонам.

Военному педагогу целесообразно внимательно слушать каждого выступающего и делать заметки в рабочей тетради. Эти заметки в дальнейшем используются при подведении итогов семинара и в заключительном слове. Во время доклада и выступлений курсантов и слушателей преподавателю, за редким исключением, не следует вмешиваться с замечаниями и поправками. Это, конечно, не значит, что нужно невозмутимо слушать все, что говорится.

В ходе семинара педагогу рекомендуется смотреть на того, кто выступает, но, по возможности, ни словом, ни мимикой не раскрывать своего отношения к слабым местам повествования, чтобы не вызвать замешательства. Удачные моменты выступления желательно поощрять взглядом, кивком головы и другими приемами. Стихийно возникшую в ходе семинара дискуссию нужно уметь использовать в интересах разрешения основной проблемы.

Вопросы, возникшие в ходе семинара, по возможности, должны разрешаться самими курсантами. Только в крайнем случае военный преподаватель эту задачу берет на себя. Он должен подавлять в себе соблазн самому ответить на затруднительный вопрос до тех пор, пока не исчерпаны все возможности аудитории.

В любой семинарской группе складывается актив, готовый выступать всякий раз на каждом семинаре, и довольно содержательно. Такой актив – опора преподавателя, но его

лучше всего иметь в “стратегическом резерве”, используя в наиболее ответственные моменты семинарского занятия.

Семинар, как и любой другой вид учебных занятий, предполагает широкое использование средств наглядности и иллюстративного материала. Опыт многих преподавателей военных вузов свидетельствует о том, что только с помощью средств наглядности удается достигать высокой степени эмоционального воздействия на курсантов и слушателей при изучении учебного материала.

УДК 355

## **РАЗВИТИЕ УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ КУРСАНТОВ ВОЕННОГО ФАКУЛЬТЕТА КАК ФАКТОР, ОКАЗЫВАЮЩИЙ ПОЛОЖИТЕЛЬНОЕ ВЛИЯНИЕ НА САМОЧУВСТВИЕ И УМСТВЕННУЮ РАБОТОСПОСОБНОСТЬ КУРСАНТА ВОЕННОГО ФАКУЛЬТЕТА**

Белорусский государственный университет

Корьев Л.В.

Физическая культура и спорт имеют чрезвычайно важное значение для сохранения здоровья, профилактики нервно-психических перенапряжений военнослужащих, повышения эффективности учебы и будущей профессиональной деятельности.

Одной из основных задач физической подготовки в процессе обучения является обеспечение высокой работоспособности и учебно-трудовой активности курсантов военного учебного заведения.

Говоря о формировании методических основ физической подготовки в военном учебном заведении в качестве критерия оптимальности выполнения его функций в системе учебно-воспитательного процесса целесообразно взять два признака: физическую подготовленность, уровень которой задается требованиями государственной программы, и умственную работоспособность, обеспечивающую достаточный уровень учебно-трудовой активности военнослужащих.

Под работоспособностью понимается способность человека выполнять в единицу времени то или иное количество работы с определенным качеством.

Физиологической основой как умственной, так и физической работоспособности является функциональное состояние центральной нервной системы (ЦНС), в значительной мере определяющей эффективность труда. Для изучения функционального состояния ЦНС используются психологические и психофизиологические методы.

Любая трудовая деятельность предполагает участие высших психических функций: памяти, внимания и мышления. При этом системообразующим фактором является внимание. От внимания во многом зависят скорость восприятия и эффективность усвоения учебного материала, а также образование двигательных навыков.

Важным является критерий комплексности исследования, позволяющий оценить функциональные реакции отдельных систем организма во взаимосвязи. Измерения одного или нескольких показателей психофизиологических функций не отражают состояния всего организма, объективной может быть только интегральная оценка.

В настоящее время доказано стимулирующее влияние занятий физическими упражнениями на психические функции (внимание, восприятие, память, мышление, устойчивость, умственную работоспособность) в целом. Установлено также, что более высокий уровень физической подготовленности способствует лучшей защите от воздействия неблагоприятных факторов и сохранению необходимой степени работоспособности. В процессе систематических занятий физическими упражнениями, т.е. под воздействием кумулятивного тренировочного эффекта, постепенно повышается устойчивость умственной