

Тарева Е.Г.

КАК УЧИТЬСЯ В УНИВЕРСИТЕТЕ

Практические советы
для студентов

Москва
2012



Тарева Е.Г.

КАК УЧИТЬСЯ В УНИВЕРСИТЕТЕ

**Практические советы
для студентов**

**МОСКВА
2012**

УДК 37.02
ББК 74.58

Печатается по решению редакционно-издательского совета
Московского городского педагогического университета

Рецензенты: Языкова Н.В., доктор педагогических наук,
профессор (МГПУ).
Гавриленко Н.Н., доктор педагогических наук,
профессор (РУДН).

**Тарева Е.Г. Как учиться в университете. Практические
советы для студентов: Учебное пособие. – М.: МГПУ,
2013. – 89 с.**

Учебное пособие нацелено на повышение эффективности самостоятельной работы студентов, активизацию их учебно-познавательной деятельности путем формирования рационального стиля учебного труда. Содержит материал, касающийся становления мотивации рационализации, развития процессов саморегуляции личности, формирования учебных действий (учебных умений), оптимизирующих учебную деятельность.

Материал излагается в форме ответов на вопросы, которые могут возникнуть у студента в процессе совершенствования своего учебного труда.

Рекомендуется для студентов всех типов образовательных учреждений высшего профессионального образования.

ISBN

© Московский городской педагогический
университет, 2013.

© Тарева Е.Г., 2013.

ОГЛАВЛЕНИЕ

Обращение к студентам (вместо предисловия)	7
Алгоритм работы с пособием	10
Условные обозначения	13
1. Рациональность в нашей жизни	14
В чем заключаются особенности рационального отношения к действительности?	16
Можно ли развить у себя рациональное отношение к действительности?	18
2. Рационализация учебной деятельности	20
В чем заключаются особенности рационального стиля учебной деятельности?	21
Каким может быть пример рационального отношения к учебе?	23
1. Познаю самого себя	25
Как определить свои деловые качества?	25
Как определить свой уровень саморегуляции?	26
Как определить степень рациональности своей учебной деятельности?	30
Каковы критерии рациональности учебного действия?	33
4. Регулирую свою учебную деятельность	35
Что такое рациональная саморегуляция?	36
Как программировать учебную деятельность?	37
Как контролировать учебную деятельность?	38
Как оценивать учебную деятельность?	39
Как корректировать учебную деятельность?	41
5. Учусь рационально учиться	42
Как рационально готовиться к лекции?	44
Как продуктивно воспринимать лекционный материал?	46
Как рационально оформлять лекционный материал?	47
Как рационально повторять и запоминать лекционный материал?	49

Как рационально готовиться к семинару?	50
Как организовать свою работу на семинаре?	52
Как закреплять и активизировать обсужденный на семинаре материал?	53
Как рационально готовиться к экзамену?	54
Как распределить время при подготовке к экзамену?	56
Как вести себя на экзамене?	57
Как организовать научно-исследовательскую работу?	59
Как написать научно-исследовательскую работу?	61
Как представить результаты научно-исследовательской работы при ее защите?	63
6. Овладению иностранным языком рационально	65
Как рационально запомнить языковой материал?	67
Как анализировать языковые трудности?	69
Как обнаружить языковые закономерности?	70
Как самостоятельно понимать значение иноязычного слова?	72
Как овладеть национально-маркированной лексикой?	73
Как извлекать и запоминать страноведческую информацию?	74
Как активизировать языковой материал?	76
Как развивать фонематический слух?	77
Как формировать орфографическую зоркость?	78
Как рационально пользоваться словарем?	79
Как оценить языковые и речевые действия?	80
Как проследить межпредметные связи?	81
Как извлечь максимальную пользу из аудиторного занятия?	82
Как работать в парах?	84
Как выполнять письменное домашнее задание?	85
Как выполнять упражнения в аудиозаписи?	86
7. Подвожу итоги	87
Полезная литература	89

***Право на самоопределение,
на самосозидание есть
потребность человека продемонстрировать,
что он – не копия и не replica,
потребность сделать себя для самого себя.***

Р.Рорти

ОБРАЩЕНИЕ К СТУДЕНТАМ (ВМЕСТО ПРЕДИСЛОВИЯ)

*Человеку, если он хочет стать человеком,
необходимо получить образование.
Я.А. Каменский*

Ощущение изменения ритма истории, гораздо более быстрое движение жизни, проявляющееся, в частности, в громадном ускорении накопления фактов, знаний, методик, изобретений, достижений в области технологии, требуют изменить подход человека к окружающему миру.

Философия, изучающая человеческую природу, повернулась от вопроса «Кто мы?» к вопросу «Кем мы могли бы попытаться стать?». Различие этих вопросов принципиально. Первый – относится к вопросам закрытого типа и предполагает существование одного конкретного ответа. Второй вопрос, напротив, допускает неограниченное количество ответов, при условии, что право на выработку направлений собственного развития, из которых будет делаться выбор, личность оставит за собой, а не перепоручит это право какому-либо внешнему авторитету: Провидению, Природе, властному индивиду и т.д.

Вы – студенты университета, вы стремитесь стать полноценными и высококвалифицированными профессионалами – бакалаврами, магистрами. От вас требуется наличие определенных качеств, свойств личности: ответственности, способности к принятию самостоятельных решений, готовности к быстрому реагированию в сложных, непредвиденных обстоятельствах жизни и профессиональной деятельности.

В настоящее время востребован тот тип специалиста, который способен жить в непрерывно изменяющемся мире, который чувствует себя комфортно при разнообразнейших переменах окружающей действительности. Специалист должен быть готов к профессиональной мобильности, к им-

провизации, к тому, чтобы уверенно и смело встретить совершенно непредвиденную ситуацию. Такого человека, по меткому определению А. Маслоу, можно было бы назвать «гераклитовым», поскольку именно Гераклитом проповедовался взгляд на мир, как на поток, движение, а не как на статичную данность.

Таким образом, обществом востребованы такие профессионалы, которые обладают последовательным, логическим мышлением, высоким уровнем саморегуляции и самоорганизации, которые умеют рационально распределять время, самостоятельно пополнять знания по избранной специальности, самостоятельно расширять свой общий и профессиональный кругозор.

Ориентируясь на высокие требования, которые предъявляются к современному специалисту, вы, студенты университета, в процессе осуществления учебной деятельности должны стать активными субъектами, способными ставить определенные цели и добиваться их достижения, самостоятельно регулируя свой процесс учебы.

Известно, что активная деятельность человека возможна в том случае, если он осознает стоящие перед ним цели и задачи, самостоятельно выбирает условия для их успешной реализации, сам подбирает способы и приемы, оценивает продуктивность полученных результатов, вносит изменения в свои действия. Именно таким образом человек овладевает системой саморегуляции, которая функционирует в процессе всей его жизнедеятельности.

Данная книга содержит рекомендации и советы, как правильно самостоятельно регулировать, совершенствовать собственную учебную активность, осознавать выполняемые действия, понимать цель деятельности, формировать собственную систему рациональных приемов в процессе обучения. Это будет способствовать достижению наибольшей эффективности и продуктивности вашей учебы в университете.

Предлагаемые в книге советы и рекомендации направлены на формирование рационального стиля учебной деятельно-

сти, то есть такой, которая наилучшим путем приведет вас к планируемому результату. Вы научитесь осознавать компоненты учебной активности, воздействовать на них с целью рационализации. Вы усвоите совокупность действий, помогающих организовывать вашу работу на лекции, на практическом занятии, при подготовке к экзамену, при выполнении научно-исследовательской работы.

Научившись правильно организовывать свой учебный процесс, вы сможете не только улучшить успеваемость и достичь максимально возможного для вас уровня квалификации, но и организовать последующее непрерывное образование – образование «через всю жизнь», которое обеспечит максимум благоприятных условий для жизненного благополучия, постоянного прогрессирования в сфере профессиональной деятельности.

Книга призвана стать вашим помощником и советчиком. Изучите ее содержание, апробируйте на практике, убедитесь в личной для вас значимости. Имейте в виду, что хотя изложенные в книге советы и рекомендации в большей степени универсальны, вы должны руководствоваться единственным критерием при их оценке: насколько данный совет хорош именно для вас. Только вам решать, что принять для себя и использовать в учебной практике.

Успехов вам на пути рационализации своей учебной деятельности!

Автор



Алгоритм работы с пособием

*Знание только тогда знание, когда оно приобретено
усилием собственной мысли, а не памятью.
Л.Н. Толстой*

Шаги	Содержание деятельности	Выполняемые действия
Шаг 1	Изучение раздела (фрагмента) пособия	– чтение информации. – «вдумывание» в содержание. – анализ информации.
Шаг 2	Личностная оценка информации	– перенос содержания на собственный учебный опыт. – убеждение в актуальности информации для себя лично. – определение значимости информации: «особо значимая» / «значимая» / «не значимая».
Шаг 3	Обсуждение информации (если необходимо): внутреннее (с самим собой) / с собеседником (оппонентом)	– выявление аргументов «за». – нахождение аргументов «против». – определение наиболее сильной позиции.
Шаг 4	Апробация предлагаемых рекомендаций	– «перенос» рекомендаций из пособия в реальную учебную деятельность: – разовая апробация, – многоразовая апробация на базе одного предмета. – широкомасштабная апробация.

Шаг 5	Контроль эффективности предлагаемых рекомендаций	при выполнении того или иного задания: – хронометраж: определение затрачиваемого времени. – контроль утомляемости. – контроль чувства удовлетворения от работы. – контроль успешности выполнения.
Шаг 6	Многократное использование рекомендаций в учебной деятельности	– выполнение рекомендаций при аудиторной работе. – использование рекомендаций при самостоятельной работе. – контроль частотности выполнения рекомендаций.
Шаг 7	Постоянный самоконтроль за оптимальностью осуществления деятельности	при выполнении учебной деятельности: – хронометраж. – слежение за утомляемостью. – контроль чувства удовлетворения от работы. – слежение за успешностью учения (успеваемостью).

Схема алгоритма



Условные обозначения



- информация для размышления



- вопрос для обдумывания



- задание для выполнения



- взять на заметку



- информация для запоминания



- варианты деятельности для самостоятельного выбора



- дополнить своим вариантом осуществления деятельности



Рациональность в нашей жизни

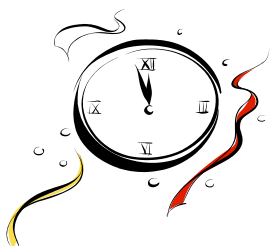
«Кто дорожит жизнью мысли, тот знает очень хорошо, что настоящее образование есть только самообразование и что оно начинается только с той минуты, когда человек делается полным хозяином своего времени и своих занятий».

Д.И.Писарев



Человек является уникальной информационной системой, способности которой в постижении нового бесконечны. Вся наша жизнь есть процесс познания окружающей действительности, и в каком-то смысле этот процесс есть ни что иное, как постоянное осуществление деятельности учения в значении приобретения нового: информации, способов деятельности, качеств, свойств личности и т.д.

Поскольку к настоящему моменту мы имеем достаточно обширный опыт в области приобретения знаний, мы способны осознать, что процесс осуществления учебной деятельности постепенно трансформируется из целенаправленного в нецеленаправленный. И именно второй его разновидности уготован значительно больший (по сравнению с первой) отрезок нашего жизненного пути. Закончив учебное заведение, приобретя специальность, мы начинаем свой долгий (нескончаемый) путь самообразования, саморазвития, самосовершенствования. Каким он будет, зависит целиком от нас, от нашего умения правильно его организовать.



*Наше время растяжимо,
Оно зависит от того,
Какого рода содержимым
Вы наполняете его, –*

писал поэт. Действительно, можно по-разному организовывать свое время, и от этого зависит эффективность нашей деятельности.

Каждый из нас обладает собственной системой способов осуществления познавательной деятельности, которая нам кажется достаточно результативной. Однако является ли она эффективной? На этот вопрос вряд ли можно ответить однозначно, не углубившись в понимание рациональности и осознания ее значимости для осуществления любой деятельности.

Рациональный тип отношения к миру – своеобразный, отличный от нерационального способ «вписывания» человека в окружающее пространство. Он охватывает все формы активности, любые проявления человеческого опыта и основывается на особом отношении человека к осуществляемой им деятельности.

Недаром рациональность как категория является одной из значимых для экономики труда, социологии. Так, в экономической теории важным с позиций эффективности труда элементом является процесс рационализации методов работы. Он находит свое отражение в «принципе экономии усилий», предусматривающем экономию действий и операций, упрощение и облегчение работы.

Рационализация достигается путем установления наиболее оправданного состава и последовательности действий при осуществлении каждой из операций, исключения лишних приемов и операций.

Рациональность деятельности не даром ассоциируется с разумностью (осмысленностью) средств и способов ее осуществления. Человек совершает многообразные мыслительные операции для определения того способа осуществления собственной активности, который является наиболее результативным, сопровождается чувством удовлетворения, удовольствием от выполняемой деятельности, который не способствует утомляемости, перенапряжению, квалифицируется как удобный, комфортный, эффективный.



В чем заключаются особенности рационального отношения к действительности?



Оцените перечисленные ниже пункты с точки зрения наличия / отсутствия у вас соответствующих качеств.

- Я полностью несу ответственность за содержание своей мысли, своего действия, не заимствуя их некритично извне, не подчиняясь давлению внешних сил.
- Я полностью понимаю, какие аспекты жизнедеятельности нуждаются в рационализации, поскольку рациональность охватывает лишь наиболее значимые стороны человеческого отношения к миру.
- Я постоянно стремлюсь к самосовершенствованию, саморазвитию, «самостроительству».
- Я могу адекватно ориентироваться в возможных вариантах деятельности, выбрать из них тот, который является наиболее рациональным.
- Я стремлюсь усовершенствовать, развить, конкретизировать свое отношение к действительности при сопоставлении его с внешними объективными условиями.
- Я прилагаю специальные усилия, чтобы проанализировать свою позицию, сопоставить её с реальной ситуацией, а также чтобы изменить собственное отношение к этой реальности.
- Я могу обнаружить нерациональное (иррациональное) в своей деятельности, то есть то, из-за чего трачу излишне много времени, устаю, теряю интерес.

Рациональность деятельности основана на правильном понимании ситуации действительности, сознательном и ответственном управлении своим поведением.



Рациональность предполагает альтернативность поведения, возможность выбора различных способов действия.

Присущая рациональности свобода самоопределения реализуется в поисках оптимального (наилучшего) в данных условиях способа достижения поставленной цели.

Итак, рационализация в процессе осуществления деятельности предполагает сознательное управление человеком своим поведением на основе адекватного понимания ситуации и выбора оптимального в данных условиях способа действия.

Рациональность проявляет себя и на неосознаваемом уровне (эвристическая рациональность), когда человек интуитивно и нецеленаправленно стремится к экономии усилий, к наименьшей трате физических, умственных усилий, материальных ресурсов для выполнения поставленной задачи.

К примеру, стремление к рационализации проявляется у человека в процессе речевой деятельности, для которой характерна определенная тенденция к бережливости. В соответствии с этой тенденцией в языке для всех случаев вырабатываются способы выражения, которые содержат ровно столько элементов, сколько необходимо для понимания. Если цель коммуникации может быть достигнута разными путями, человек интуитивно воспользуется наиболее экономным. В этом проявляет себя универсальный закон экономии языка.



Можно ли развить у себя рациональное отношение к действительности?



Человеческие способности – это не застывшие образования, они, как известно, способны меняться как в сторону улучшения, так и в сторону деградации. От самого человека зависит, как будут изменяться его возможности.

Считается, что на земном шаре гениев всего 1%. Способных людей – 90%. Большинство людей – это способные люди, которые могут работать над совершенствованием своего интеллекта, своих способностей, своего отношения к деятельности. Главная задача – научиться управлять своими возможностями, максимально развивать их и способствовать их рационализации.

К примеру, Эйнштейн поставил перед собой задачу увеличить продолжительность эффективного обдумывания идей и проблем. Начав с 20-30 минут, он постепенно довел время неотрывного размышления до 4-5 часов.

О неограниченных возможностях человека в деле самосовершенствования свидетельствует, к примеру, тот факт, что в 1920 г. англичанин Арнольд Брэдли при стенографировании смог достичь скорости 309 слов в минуту (за 5 минут записал 1545 слов).

Еще один пример – рекорд скорости чтения московской школьницы С. Архиповой, зарегистрированный в Российской книге рекордов Гиннесса. Она прочитала незнакомую ей книгу и ответила на все вопросы членов комиссии. Скорость чтения составила 60000 знаков (30 страниц текста) в минуту.

При выяснении способности человека говорить с достаточной степенью точности закономерно возникает вопрос: на каком количестве языков человек может приобрести беглость речи? В истории величайшими полиглотами считались: кардинал Меццофанти (1774-1849), бегло говоривший на 26-27

языках. д-р Гарольд Уильямс из Новой Зеландии (1876-1928) – 28 языков в активном пользовании. Самый крупный лингвист Великобритании Дж. Кемпбелл работал в Международной службе Би-би-си с 54 языками.

Способности и возможности человека поистине безграничны. Главное – приложить старание, подключить усилия и можно добиться очень многого в постижении действительности и в приспособлении к себе окружающего пространства.



Рационализация учебной деятельности

*«Именно труд, и труд не всегда интересный,
но всегда осмысленный и полезный,
есть величайший двигатель умственного и нравственного
развития человека и человечества».*

К. Д. Ушинский



Формируясь как индивидуальность, каждый из вас в процессе учения приобретает свой, уникальный жизненный опыт, открывает новые горизонты знания.

Вместе с процессом познания и взросления велика вероятность появления неуверенности, беспокойства, которые вызваны переживаемыми переменами как биологического, так и психологического характера. Это и озабоченность по поводу результата учебной деятельности, и быстрая смена настроения, сопровождающаяся ощущениями неуверенности, нестабильности, переживания оттого, что не совсем благоприятно складываются взаимоотношения с окружающими людьми.

Кроме того, в отличие от школы, теперь у вас намного меньше времени отводится на аудиторную работу, где вы можете воспользоваться помощью, советом, рекомендациями преподавателя. Для достижения необходимых результатов соотношение аудиторного и самостоятельного обучения должно теперь отчетливо сместиться в сторону последнего: один час работы в аудитории к трем-четырем часам самостоятельной учебной деятельности вне непосредственного общения с преподавателем.

Уметь справляться с «избытком» самостоятельности – сложная проблема, решение которой полностью зависит от ваших собственных усилий. Став студентами, вы берете ответственность по самосовершенствованию на себя. Наступила

пора самим принимать решения, самим стремиться построить такую стратегию саморазвития, чтобы возможные трудности и проблемы не свернули бы вас с намеченного пути.

Для этого необходимо, прежде всего, взять на вооружение опыт людей, которые раньше проделали тот же путь, что и вы. Однако слепое копирование такого опыта не может привести к наилучшим результатам, необходимо его обдумать, всесторонне проанализировать и подвергнуть критике. Если он не соответствует вашим особенностям, потребностям, то стремитесь выработать и применить собственные приемы осуществления учебной деятельности, следя за экономией времени и усилий. Именно таким образом и происходит становление рационального стиля учебной деятельности.



В чем заключаются особенности рационального стиля учебной деятельности?

Рациональным является тот стиль учебной деятельности, который:

- нацелен на самосовершенствование личности, творчески-конструктивное ее развитие.
- вбирает в себя нормативы учебной деятельности, то есть то, что было накоплено ранее, проверено на практике, доказано как оптимальное действие и соответствует конкретным условиям деятельности.
- содержит индивидуально-своеобразные способы учебной деятельности, определяемые самим человеком, оптимальность которых зависит от личностных особенностей и предпочтений.
- сопровождается чувством удовлетворения, комфорта при выполнении действия. соответствует эстетическим запросам человека.
- затрагивает все стороны самостоятельной учебной деятельности в вузе, а именно:

- работу на лекции.
- работу на семинарском (практическом) занятии.
- самостоятельную домашнюю работу.
- работу во время сессии.
- научно-исследовательскую работу.

Сформированность рационального стиля учебной деятельности означает, что у вас имеются гибкие навыки с большим потенциалом переноса. Именно они обеспечивают быструю и эффективную реализацию следующих операций в ходе выполнения учебной деятельности:

- общения (в устной и письменной форме).
- рационального использования своего времени.
- установления правильной очередности решения задач, отвечающей степени их актуальности.
- предоставления информации в оптимальной форме.
- правильного (рационального) подхода к изучению сложных, проблемных вопросов.
- анализа вопросов в логичной, наглядной форме.

Наличие рационального стиля учебной деятельности имеет и большое развивающее значение, так как от этого во многом зависит:

- раскрытие вашего кругозора и индивидуального творческого потенциала.
- выработка самодисциплины, самоорганизованности.
- определение оптимальной стратегии саморегуляции, самосовершенствования, саморазвития.

- повышение вашей активности, инициативы, творческих способов решения проблем.



Каким может быть пример рационального отношения к учебе?



Оцените приведенный пример рациональной подготовки к лекционному занятию. отметьте, выполняете ли вы данные действия.

При подготовке к лекции я:

- анализирую (письменно или устно) предыдущую лекцию путем пересмотра ее содержания по конспекту.
- завершаю оформление конспекта: произвожу соответствующее графическое маркирование (подчеркивание, выделение главного), делю лекцию на разделы и подразделы, вопросы и подвопросы.
- прогнозирую (предугадываю) содержание лекционного материала по заданной преподавателем теме, по соответствующему разделу программы.
- увязываю тему-проблему предстоящей лекции с информацией, полученной на предыдущих лекциях.
- выявляю вопросы, на которые следует обратить особое внимание на предстоящей лекции.
- сопоставляю прогнозируемое содержание с информацией по данной теме, содержащейся в учебнике, учебном пособии.



Проанализируйте предложенные ниже суждения и обозначьте то из них, которое более всего соответствует вашей позиции.

- Я понимаю значимость рациональности в жизни человека и постоянно стремлюсь к ее достижению.
- Я понимаю значимость рациональности в жизни человека и осознаю, что у меня это стремление не реализуется в полной мере.
- Я понимаю значимость рациональности в жизни человека и осознаю, что у меня это стремление отсутствует.
- Я понимаю значимость рациональности в жизни человека и принимаю решение достичь ее в процессе выполнения любой деятельности.
- Я считаю, что рациональность не играет существенной роли в жизни человека, и нет необходимости к ней стремиться.



Сделайте самостоятельный вывод о необходимости стремления к рационализации собственного учебного процесса и сформулируйте соответствующую цель вашей деятельности.



Познаю самого себя

«В каждом человеке заложен огромный потенциал силы и энергии, он прячется там, где находится наше внутреннее “Я”. Чтобы его открыть и начать использовать, необходимо изучить это “Я” и затем идти тем путем, которое оно подскажет».
Философы древности



Изучение собственных индивидуальных особенностей – первый шаг в постижении своего «Я» и определении своеобразной программы рационализации учебного труда. Вам предлагается «заглянуть в себя», проанализировать свой опыт учебы, выявить сильные и слабые его стороны. Познание себя – увлекательнейшее занятие, приносящее много открытий, позволяющее исправить недостатки и развить достоинства в осуществлении учебной деятельности.



Вам предлагается ряд тестов, направленных на установление особенностей личности в процессе осуществления деятельности. Выполните эти тесты и определите присущие вам особенности.



Как определить свои деловые качества?

Тест 1

Этот тест нацелен на определение особенностей личности с точки зрения творческого отношения к делу, исполнительности и организованности. Необходимо внимательно прочитать список предложенных качеств и отметить из них семь наиболее значимых и характерных для вас.

Перечень качеств

- | | |
|------------------------------|------------------------|
| 1. Самостоятельность. | 8. Усидчивость. |
| 2. Творческий подход к делу. | 9. Добросовестность. |
| 3. Инициативность. | 10. Трудолюбие. |
| 4. Старательность. | 11. Оперативность. |
| 5. Аккуратность. | 12. Настойчивость. |
| 6. Исполнительность. | 13. Работоспособность. |
| 7. Дисциплинированность. | 14. Ответственность. |
| | 15. Организованность. |

Оценка результатов

Преобладающие качества Характеристика деловых качеств

- | | | |
|-------------------------|---|--|
| С 1 по 3 включительно | — | творческая направленность личности. |
| С 4 по 10 включительно | — | исполнительская направленность личности. |
| С 11 по 15 включительно | — | организаторская направленность личности. |



Как определить свой уровень саморегуляции?

Тест 2

Проанализируйте алгоритм самостоятельной организации учебного труда. Определите присущие вам свойства саморегуляции деятельности, отметив соответствие / несоответствие вашего стиля учебной деятельности запрограммированным в алгоритме шагам.

Этапы		Шаги	Свойства
I.	Осмыслить цель работы	1. Определите, чего необходимо добиться, что должно осуществиться в итоге проделанной работы. 2. Осознайте, для чего дается этот вид заданий, какие навыки он разовьет. 3. Взвесьте, где приобретенные умения могут пригодиться в жизни.	Целеполагание

II.	Определить приемы выполнения задания	4. Определите степень сложности задания. 5. Продумайте возможные варианты решения проблемы. 6. Выберите наиболее рациональный способ выполнения задания.	Программирование
III.	Наметить план работы	7. Выделите главное и второстепенное. 8. Определите последовательность операций. 9. Наметьте возможные варианты творческой деятельности и выберите моменты, где можно проявить индивидуальность.	Планирование
IV.	Организовать выполнение задания	10. Выполняйте работу в соответствии с намеченным планом. 11. Подходите к работе творчески, находите оригинальный способ выполнения задания, предлагайте свои варианты. 12. Фиксируйте время выполнения задания, стремитесь к оперативности в работе.	Исполнение
V.	Осуществить самоконтроль	13. Сопоставьте результаты работы с изначально поставленными целями – достигнуты ли они? 14. Проанализируйте, какими приемами вы пользовались при выполнении задания (есть ли новые навыки). 15. Учтите ошибки в планировании, осуществите коррекцию приемов работы.	Контроль

VI.	Сделать самоотчет	16. Определите, что у вас получается легко и быстро, что с трудом, где можно применить знания. 17. Поставьте задачи дальнейшего совершенствования приобретенных знаний, навыков и умений. Конкретизируйте свои ближайшие задачи и пути их реализации. 18. Наметьте, какие виды работы вам необходимо выполнять чаще.	Оценка и коррекция
-----	----------------------	--	--------------------

Самооценка результатов



Сформулируйте вывод о наличии у вас качеств саморегуляции учения: целеполагания, программирования, планирования, исполнения, контроля, оценки и коррекции. Для подтверждения сделанного вывода выполните тест 3.

Тест 3

Данный тест направлен на определение ваших сильных сторон в области саморегуляции учебной деятельности. Отметьте соответствие (да) или несоответствие (нет) каждого утверждения вашим личностным особенностям в самостоятельной организации учебного труда.

		да	нет
Планирование	1. В процессе самостоятельной работы обычно устанавливаю для себя объем подготовки и сроки выполнения.		
	2. Если я и решил(а) подготовиться к занятиям, это не значит, что так оно и будет.		
	3. Часто не удается вовремя приступить к занятиям: то приходят друзья, то кино, или вечеринка, или что-нибудь другое.		
	4. Всегда планирую предстоящую учебную деятельность: определяю цель, средства, последовательность действий, их сложность/легкость, необходимое время.		
	5. Живу сегодняшним днем, «не забегаю вперед» в определении учебных перспектив.		

Моделирование	6. Какой бы объем материала я ни планировал(а) изучить, обычно я успеваю его подготовить к установленному сроку. 7. Не раз случалось, что я учил(а) и готовил(а) не совсем то, что требовалось. 8. Готовясь к занятию, всегда предвижу все стороны учебной ситуации (деятельность преподавателя, одноклассников, свою деятельность, особенности учебной ситуации и т.д.). 9. Стремлюсь к наиболее приемлемым для себя способам подготовки к занятиям. 10. Требования преподавателя не являются для меня значимыми в организации учебной деятельности.		
Программирование	11. Обычно перед подготовкой к очередному занятию выделяю, что буду учить в первую очередь, а затем все остальное. 12. На экзамене я скорее придерживаюсь правила рассказывать все, что знаю о предмете, чем отвечать коротко, но по существу. 13. Если требует ситуация, легко меняю программу учебной деятельности, без затруднений отклоняюсь от «заданного курса».		
Оценка	14. Оценка за контрольную работу обычно оказывается не такой, как я ожидал(а). 15. Если меняется преподаватель, то я долго привыкаю к его новым требованиям. 16. Обычно не предвижу заранее, какую оценку могу получить, так как не знаю требований преподавателя.		

Самостоятельность	17. Я бы хотел(а) по некоторым дисциплинам заниматься по программе самостоятельного обучения.		
	18. Тщательность моей подготовки к занятиям часто зависит от строгости преподавателя.		
	19. С трудом вхожу в ритм учебной работы после студенческих каникул или длительного перерыва в занятиях.		
	20. С трудом перестраиваюсь, если у преподавателя иные требования, чем я ожидал(а).		
	21. Более успешно отвечаю, когда преподаватель доброжелателен, и намного хуже, если он не в настроении.		
	22. Всегда придерживаюсь постоянного распорядка дня.		

Оценка результатов

Ваш уровень саморегуляции является высоким, если Вы согласились со следующими утверждениями: 1, 4, 6, 8, 9, 11, 13, 17, 22. В противном случае он не является достаточным для эффективной организации учебной деятельности.

Определите, какая сторона саморегуляции не является у вас достаточно развитой, и сформулируйте задачу по ее совершенствованию.



Как определить степень рациональности своей учебной деятельности?

Тест 4

Из представленных вариантов ответа («да», «нет») обозначьте тот, который в наибольшей степени соответствует вашему опыту в осуществлении учебной деятельности.

	да	нет
1. Свое внеаудиторное время всегда планирую на перспективу		
2. Ценю и берегу свое учебное время		
3. При проектировании своего внеаудиторного времени подчиняю внеучебные цели и интересы учебным обязанностям		
4. Всегда так планирую свое внеаудиторное время, чтобы можно было реализовать учебные и внеучебные цели		
5. Предусматриваю возможные учебные трудности		
6. Так распределяю свои силы и возможности, чтобы не допустить переутомления, работы за счет сна		
7. Так распределяю свое время, чтобы его было достаточно на подготовку и к практическим, и к лекционным занятиям		
8. Так распределяю свое время, чтобы подготовку к контрольному занятию (тестированию, контрольной работе, опросу и т.д.) не вести в ущерб подготовке к текущим занятиям		
9. Организовываю самоподготовку с учетом рекомендаций по гигиене умственного труда		
10. Организовываю работу над учебным материалом таким образом, чтобы его не только понять, но и запомнить		
11. Организовываю самостоятельную работу дома так, чтобы полностью подготовиться ко всем очередным занятиям.		
12. Основательно готовлюсь к восприятию и пониманию очередной лекции		
13. Предусматриваю свою систему, свой ритм и свою последовательность в самоподготовке.		
14. Готовлюсь к контролю без «штурмовщины»		
15. В срок и качественно выполняю все очередные задания преподавателя		
16. Осознаю положительные стороны в организации своей самоподготовки и активно на них опираюсь		
17. Контролирую и при необходимости корректирую запланированную работу		
18. Осознаю слабые стороны, недостатки в организации самоподготовки и стремлюсь их устранить.		

19. У меня сложился свой способ подготовки к занятиям, к экзаменам		
20. Равномерно распределяю учебные задачи на все дни для подготовки к экзамену		
21. При подготовке к занятиям, к экзаменам руководствуюсь собственным стилем деятельности, не «копирую» стиль других (одногруппников, друзей и т.д.)		
22. Я удовлетворен своими успехами в учебе.		
23. Я доволен собственной организацией учебной деятельности		

Оценка результатов



Если у вас преобладают отрицательные ответы, то стиль вашей учебной деятельности не может быть признан рациональным, необходима специальная работа по его корректировке.

Выполнив тесты, охарактеризуйте собственную учебную деятельность с точки зрения: ваших деловых качеств. уровня саморегуляции. рациональности учебной деятельности.



Самостоятельное исследование своих особенностей не должно ограничиваться только выполнением серии тестов. Необходимо постоянное наблюдение за собой с целью определения тех особенностей выполнения учебной работы, которые приносят удовлетворение, способствуют достижению успешности в обучении.

Если поставить перед собой задачу достижения наибольшей рациональности учения, то в первую очередь придется

задуматься, что положительного накоплено, что следует еще приобрести в следующих видах самостоятельной учебной деятельности:

- на лекционном занятии.
- на практическом занятии.
- в ходе самостоятельной работы дома.
- при подготовке к экзамену.
- при выполнении научно-исследовательской работы.



Каковы критерии рациональности учебного действия?

Рациональное учебное действие должно:

- экономить время, затрачиваемое для решения учебной задачи.
- сократить объем умственных и физических усилий при выполнении задания и тем самым препятствовать усталости.
- быть простым и удобным для выполнения, не требовать «насилия» над собой.
- обеспечивать высокий уровень усвоения знаний, формирования умений и навыков при изучении учебных дисциплин.
- быть эффективным и во время аудиторной, и во время внеаудиторной работы.
- стимулировать творчество и отвечать эстетическим запросам по организации и оформлению деятельности.
- помочь росту профессионализма личности, ее гармоничному развитию.



Перечислите:

- *какие приемы вашего учебного труда вы оцениваете как позитивные, и сколько времени требует их выполнение.*
- *какие приемы не являются рациональными, и с какими временными потерями связано их выполнение.*



По результатам проведенной самодиагностики сделайте вывод, способны ли вы:

- *сознательным усилием воли противостоять появляющимся у вас мыслям о том, что неплохо было бы посмотреть телевизор, погулять, заняться чем угодно, только бы увильнуть от занятий учебной деятельностью.*
- *критически оценить, насколько рационально вы потратили свободное время, сколько реального времени вы отдали разнообразным учебным нагрузкам.*
- *проконтролировать, где находятся резервы вашего времени, которые еще не были вами учтены для целей самосовершенствования.*
- *постоянно следить за тем, чтобы каждая свободная минута была потрачена с пользой для вас.*
- *помнить о том, какие радужные перспективы вас ожидают в том случае, если вы справитесь со всеми трудностями и превратностями учебной деятельности.*



Регулирую свою учебную деятельность

«Развитие и образование ни одному человеку не могут быть даны или сообщены. Всякий, кто желает к ним приобщиться, должен достигнуть этого собственной деятельностью, собственными силами, собственным напряжением».
А. Дистервег



Чтобы учебная деятельность была организована рационально, необходимо научиться регулировать свои действия, то есть обладать способностью к саморегуляции – особой активности человека, предполагающей мобилизацию и развитие индивидуальных возможностей в целях успешного выполнения предъявляемых к нему социальных требований.

Саморегуляция отражает взаимодействие внутренних условий деятельности и обеспечивает активизацию, программирование, контроль, оценку и коррекцию осуществляемых действий. Она также несет ответственность за связь с объективными условиями деятельности и социальными требованиями.

Известно, что человеческий организм является самоорганизующейся системой. И.П.Павлов писал: «Наша система в высочайшей степени саморегулирующая, сама себя поддерживающая, восстанавливающая, направляющая и даже совершенствующая»*.

Эта характеристика относится к человеку в целом, ко всей его деятельности. При этом следует различать:

* Павлов И.П. Ответ физиолога психологам//Полн. собр. соч. – 2-е изд., доп. – М.-Л., 1951. – Т. III. – Кн. 2. – С. 188.

- ситуативную, стихийную, неосознанную саморегуляцию, когда человек действует большей частью не лучшим образом.
- осознанную, рациональную самоорганизацию.



Что такое рациональная саморегуляция?



Рациональная самоорганизация, саморегуляция, есть способность без систематического внешнего (со стороны преподавателя) контроля, без помощи и стимуляции, самостоятельно и рационально организовывать и осуществлять свою деятельность.



Процесс саморегуляции деятельности реализует себя в различных проявлениях, к которым относятся следующие умения:

- программировать деятельность.
- контролировать деятельность (рефлексия).
- оценивать деятельность.
- корректировать деятельность.



Если ваш уровень саморегуляции не является достаточно хорошо развитым, проанализируйте ряд установок-рекомендаций по каждой из сторон саморегуляции. Вчитайтесь, вдумайтесь в содержание значимой для вас установки и повторяйте ее для себя при каждом выполнении учебной деятельности. Пусть она станет правилом, руководством к действию.



Как программировать учебную деятельность?



- Предварительно я хорошо продумываю, как выполнять работу наиболее эффективно.
- Представляю себе главные вехи, а первые шаги деятельности продумываю досконально.
- Прежде, чем браться за работу, продумываю ее, чтобы в голове окончательно сложилась модель готовой работы и весь порядок трудовых приемов.
- Не принимаюсь за работу, пока не продумано и не приготовлено все нужное, и не отрываюсь от работы для другого дела кроме необходимого в самой работе.
- Сложные виды учебных работ, требующие длительных усилий (доклады, рефераты, курсовые проекты и т.д.), выполняю по этапам, предварительно спланировав их очередность, назначив сроки и все для этого подготовив. В назначенное время мне просто неудобно перед собой не начать запланированную работу.
- Продумываю свой индивидуальный режим рабочей недели с учетом учебной нагрузки, своих способностей и интересов.
- При планировании использую еженедельник (блокнот, свои индивидуальные приспособления).
- Заранее предусматриваю параллельное выполнение нескольких совместимых видов деятельности.



Как контролировать учебную деятельность?

- Выполняя действие, определяю, все ли внешние условия мною учтены.
- Всегда разбираю учебное действие на составные элементы, чтобы найти среди них рациональные и нерациональные.
- Всегда стремлюсь к экономии своих усилий, не трачу время зря.
- Всегда слежу за временем, которое трачу на выполнение учебного действия, стремлюсь к его экономии.
- Обычно анализирую, сколько времени у меня заняла аналогичная деятельность в прошлом (перевод текста, проработка лекции, чтение параграфа учебника и т.д.), делаю выводы, чтобы сэкономить время в будущем.
- Осознаю, что имеется несколько вариантов выполнения одного и того же задания, но выбор всегда останавливаю на самом рациональном.
- Слежу за тем, чтобы мне было удобно выполнять учебную деятельность, чтобы она приносила мне удовлетворение, не делаю ее через силу.
- В любой работе нахожу свой ритм.
- Анализирую, в какой последовательности выполняю различные виды учебной деятельности в течение дня, недели. Слежу за тем, чтобы они были контрастными и являлись отдыхом от предыдущего.
- Всегда себе объясняю, почему останавливаю выбор на том или ином способе учебной деятельности.

- Стремлюсь находиться в спокойном, ровном состоянии, позволяющем мне мгновенно мобилизовать свои ресурсы и возможности для выполнения нужной работы.
- Слежу за тем, при каких внешних условиях, на каком благоприятном фоне протекает наиболее эффективно самостоятельная учебная деятельность (музыка, шум улицы, радио и т.д.), и специально воссоздаю этот фон для выполнения данного вида работы.
- Ежедневно (еженедельно) контролирую выполнение намеченного (запланированного). Для усиления контролирующего эффекта веду при этом записи по следующей схеме:

- *Посетил(а) ли я все лекции, занятия и т.д.?*
- *Уделял(а) ли я ежедневно время заучиванию слов, правил и т.д.?*
- *Прочитал(а) ли я материал по теме в соответствующем учебнике по каждой из дисциплин?*
- *Работал(а) ли я в библиотеке для поиска необходимой информации?*
- *Укладываюсь ли я в собственный намеченный график выполнения учебных заданий?*
- *Использовал(а) ли рационально все временные резервы?*

☐
☐
☐
☐
☐
☐


Как оценивать учебную деятельность?

- После выполнения учебного действия всегда оцениваю его с точки зрения рациональности.
- Обнаруживаю достоинства и недостатки своего «авторского» подхода к решению учебной проблемы. Делаю особый акцент на позитивных моментах с целью их переноса на другие виды учебной деятельности.

- Пробно (вне учебного контекста) экспериментирую в выполнении учебного задания (читаю доклад, выступаю с сообщением и т.д.) и прошу друга, одноклассника, родителей оценить мою попытку (пробу).
- Всегда фиксирую чувство удовлетворения, удобства, комфорта при осуществлении учебной деятельности.
- При наблюдении за выполнением учебного действия одноклассника задаю себе вопрос: «А как бы это выполнил(а) я?» и заранее планирую эффект от учебного труда – оценку, мнение товарищей, преподавателя.
- Использую как актуальную (сиюминутную), так и отсроченную оценку своей учебной деятельности с позиций рациональности.
- Всегда ставлю себе оценку за совершенное действие.
- Всегда сопоставляю результат моей самооценки с оценкой, поставленной преподавателем, ищу, в чем различие.
- Осознаю те требования, которые предъявляются к рациональной учебной деятельности.
- Всегда сопоставляю свое действие с рациональным эталоном.
- Если мне непонятно какое-либо требование, предъявляемое к моей учебной деятельности, всегда обращаюсь к преподавателю за разъяснениями.
- Сопоставляю свое действие с действиями одноклассников и определяю, какое из них в большей степени приближено к эталону-образцу.



Как корректировать учебную деятельность?



- Вечером выделяю полчаса, чтобы спокойно проанализировать прожитый день, а утром еще раз обдумываю его и записываю положительные и отрицательные моменты.
- Если обнаруживаю, что в течение дня были резервы времени, анализирую, на что именно они потрачены, высчитываю, сколько можно было бы сэкономить.
- Если действие мною признано нерациональным, стремлюсь к его исправлению.
- Стремлюсь к оперативной коррекции недочетов в выполнении учебной деятельности.
- С целью оперативности исправления допущенных ошибок не откладываю «на потом» анализ выполненного учебного задания.
- Отношусь позитивно к замечаниям «со стороны»: конструктивная критика позволяет устранить недочеты в учебной работе.
- Отношусь самокритично к выполняемой работе, но не занимаюсь «самоедством», иначе все мои учебные действия покажутся мне неверными.
- «Работа над ошибками» приносит мне удовлетворение, а не является вынужденной необходимостью: радуюсь возможности самосовершенствования и рационализации учебной деятельности.



Учусь рационально учиться

"Главное – думать о любом методе так, чтобы понять, что в нем сильное, а что слабое, и выбирать тот, который в данных условиях обнаруживает именно силу, не хватать первое попавшееся средство, а рассмотреть весь набор, а потом приступить к работе"
А. Гастев



Вся учебная деятельность в университете формально подразделяется на аудиторную и внеаудиторную работу. Поэтому правомерно задаться вопросами: как следует учиться в аудитории и за ее пределами, каковы рациональные приемы организации работы:

- на лекции.
- на семинарском занятии.
- при подготовке к экзамену.
- при осуществлении научно-исследовательской работы?

Для продуктивного поведения на лекционном занятии требуется умение:

- рационально организовывать подготовку к восприятию лекции.
- рационально организовывать учебную деятельность во время восприятия лекционного материала.
- рационально оформлять воспринятую на лекции информацию.

- рациональной организации повтора и запоминания лекционного материала.

Для продуктивной работы на *семинарском занятии* требуется умение:

- рациональной подготовки к семинарскому занятию.
- продуктивного в учебном отношении поведения на семинарском занятии.
- рационального закрепления и активизации обсужденного на семинарском занятии материала.

Для продуктивной организации самостоятельной работы в *период сессии* требуется умение:

- рационально организовывать самоподготовку к экзамену.
- учитывать временные затраты.
- продуктивного поведения на экзамене.

Для продуктивной организации *научно-исследовательской работы* требуется умение:

- рационально организовывать проведение научно-исследовательской работы.
- корректно оформлять результаты научно-исследовательской работы.
- адекватного устно представлять результаты научно-исследовательской работы.



Ниже приводятся рекомендации по рациональной организации учебной деятельности. Воспринимайте эти рекомендации как руководство к действию, активно «внедряйте» их в вашу текущую учебную деятельность, следите за ее эф-

фективностью. Формируйте собственную «Копилку рациональных способов учебной деятельности».



Знак означает, что предлагаемые рекомендации являются общепринятыми. Они многократно проверены, их эффективность доказана положительными результатами учебной деятельности всех предшествующих поколений студентов. Вам предлагается апробировать их на себе и самим определить их положительное влияние на результаты вашей учебной деятельности.



Знак предполагает вашу большую самостоятельность, творческое отношение к предлагаемым советам по осуществлению той или иной учебной деятельности. Вам необходимо испытать их на себе, поочередно применить в реальном учебном процессе, проследить за тем, какой (какие*) из приемов наилучшим образом соответствует (соответствуют) критериям рациональности (см. стр. 33).



Знак предполагает подключение вашего творческого отношения, креативных возможностей при рационализации учебной деятельности. Впишите собственный вариант (варианты), пополните имеющийся перечень достижениями собственного опыта. Если вы воспользовались одним или несколькими из предложенных способов, то выпишите его (их).



Как рационально готовиться к лекции?

- Проанализировать (письменно или устно) предыдущую лекцию путем пересмотра ее записей по конспекту.
- Завершить оформление конспекта предыдущей лекции: произвести соответствующее графическое маркирование

* Вполне может оказаться, что вы выберете несколько эффективных приемов и будете их впредь регулярно использовать.

(подчеркивание, выделение главного), деление лекции на разделы и подразделы, вопросы и подвопросы.

- Прогнозировать содержание лекционного материала по заданной преподавателем теме, по соответствующему разделу программы.
- Увязать тему-проблему предстоящей лекции с фоновыми (имеющимися по предмету) знаниями и с информацией, полученной на предыдущих лекциях.
- Обнаружить вопросы, на которые следует обратить особое внимание на предстоящей лекции.
- Сопоставить прогнозируемое содержание с информацией по данной теме, содержащейся в учебнике, учебном пособии.
- Проанализировать карты-схемы с вопросами лекции (слайды презентации, тезисы лекции, план лекции и т.п.).
- Подготовиться к опросу во время лекционного занятия по содержанию предыдущей лекции.





Как продуктивно воспринимать лекционный материал?

- Внимательно слушать информацию, предлагаемую лектором.
- Проводить структурный и микроструктурный поэтапный анализ содержания лекции.
- Выделять главные мысли, логически осмысливать материал.
- Наблюдать и делать выводы.
- Опережать речь лектора, предугадывать следующее положение.
- Вычленять важнейшие смысловые положения согласно пунктам плана, предложенного преподавателем.
- Структурировать материал на основе логической схемы (алгоритма), предложенного преподавателем.
- Выделять заголовки, основные смысловые части.
- Помечать вопросы, возникающие по ходу лекции.
- Устанавливать причинно-следственные связи, использовать сравнения, аналогии, противопоставления.
- Выделять теоретические выводы, доказательства, обобщения.
- Группировать материал вокруг ведущих идей, проблем.
- Вести мысленный диалог с преподавателем, пометать те положения, которые вызывают несогласие, желание поспорить, возразить и т.д.

- Определять и фиксировать моменты логического завершения одного вопроса и перехода к другому.





Как рационально оформлять лекционную информацию?



- Зафиксировать кратко фрагмент лекции после его прослушивания.
- Оставлять поля для записи собственных мыслей, вопросов, помет, для поясняющих схем, диаграмм, цитат и т.д..
- Оставлять между строчками интервал для того, чтобы вписать в первоначальный конспект лекции дополнительную информацию, чтобы подчеркнуть главное.
- Использовать индивидуальную систему скорописи, рационально сокращать и записывать слова.
- Применять аббревиатуру, условные сокращения: длинных слов, часто повторяющихся общепринятых слов. Например:

так как – так как
 так далее – т.д.
 таким образом – т.о.
 так называемый – т.н.
 может быть – м.б.

смотри – см.
 который – кт, ктр
 несколько – неск
 чтобы – чты.

- Использовать символы (математические, лингвистические). Например:

больше – >

меньше – <

NB – *Внимание!*

? – непонятно

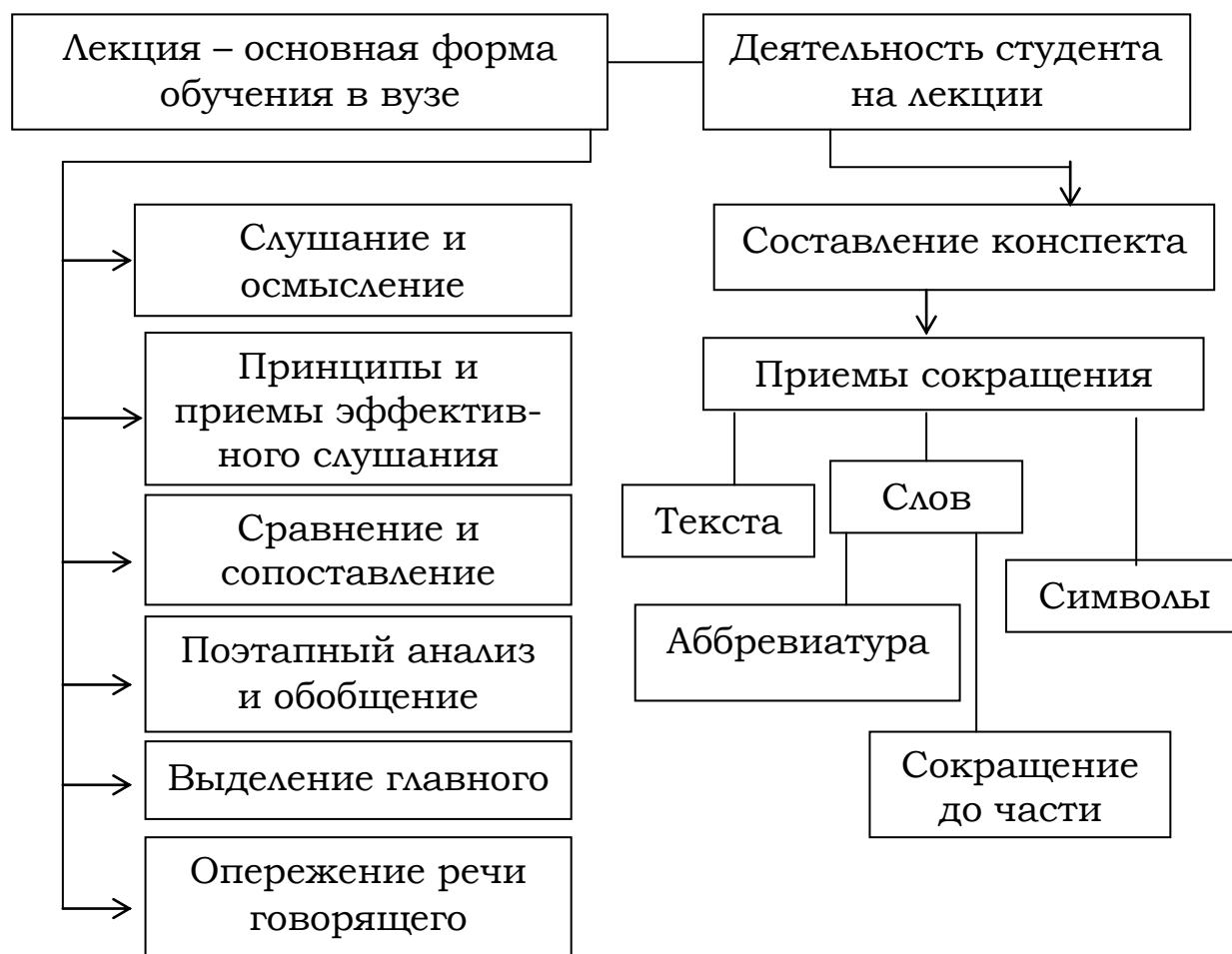
! – *смело*

? – *под вопросом*

⊙ – *точка зрения*

→ – *следовательно.*

- Составлять логические схемы, в наглядной форме раскрывающие содержание и взаимосвязь категорий, законов, понятий, наиболее важных фактов. Например, рекомендации по рациональной организации лекции могут быть представлены следующим образом:



- Применять «дистантный принцип» конспектирования: отделять мысли или части текста отчетливыми пробелами (вертикальное членение). делить текст на зоны:

I – конспектируемый текст.

II – собственные заметки, вопросы, условные знаки.

III – последующие дополнения, сведения из других источников (горизонтальное членение).

- Нумеровать или обозначать разделы лекционного материала.
- Установить систему маркирования и обозначения наиболее значимой информации (подчеркивание, выделение цветом, заключение в рамку и т.д.).





Как рационально повторять и запоминать лекционный материал?



- Прочитать и/или проговорить (вслух или про себя) информацию, сформулировать выводы.
- Составить логическую схему базы знаний на основе лекционного материала.
- Вспомнить не только материал лекции, но и то, как лектор читал те или иные места (жесты, интонация и т.д.).
- Обсудить содержание лекции с одногруппниками (одногруппником).

- Самостоятельно объяснить лекционный материал одногруппнику (одногруппникам).
- Составить собственный план прослушанной лекции (краткий или развернутый).
- Кратко тезисно изложить (письменно или устно) содержание прослушанной лекции.
- Самостоятельно сформулировать главную идею лекции с последующим изложением (письменно или устно) логики ее развития, аргументации, доказательства.





Как рационально готовиться к семинару?

- Усвоить основные вопросы плана семинара.
- Связать тему и проблемы семинара с лекционным материалом,
- Отметить мнение лектора по рассматриваемому на семинаре вопросу.
- Прочитать соответствующий лекционный материал (конспект), разделы учебников и учебных пособий.
- Поработать с дополнительной литературой.

- Сопоставить источники, продумать изучаемый материал.
- Сделать записи по рекомендованным источникам, осуществляя следующую последовательность действий:

прочел → разобрался → понял → записал.

Формы записи:

- *план (краткий и развернутый).*
- *выписки.*
- *тезисы.*
- *конспект.*
- Накануне семинара внимательно прочитать записи лекций и уже готовый конспект по теме семинара.
- Тщательно продумать свое устное выступление.
- Обсудить логику и последовательность изложения мысли по тому или иному вопросу (проблеме) с одноклассниками.
- Спрогнозировать ход обсуждения и определить план своего наиболее активного участия в обсуждении темы–проблемы.





Как организовать свою работу на семинаре?

- Быть готовым к выступлению по всем поставленным в плане вопросам.
- Проявлять максимальную активность при рассмотрении вопросов.
- Строить выступление свободно, убедительно и аргументировано.
- Проявлять собственное отношение к тому, что излагается, высказывать собственное мнение по вопросу.
- Опирайтесь на конспект (но не читать его дословно!).
- Использовать факты, наблюдения из современной жизни.
- Показывать личную причастность к обсуждаемым проблемам.
- Внимательно, критически слушать товарища по группе, подмечать особенное, улавливать недостатки и возможные неточности, фиксировать вопросы к выступающему.
- Подмечать то, что не сказано и дополнять выступление.
- Задавать вопросы по изученной проблеме.
- Вносить дополнения/исправления в свой конспект в ходе прослушивания товарища, при подведении преподавателем итогов обсуждения.
- Стремиться к точности и ясности выражения своих мыслей при обсуждении проблем семинара.





Как закреплять и активизировать обсужденный на семинаре материал?



- Припомнить ход семинарского занятия, проанализировать логику развития рассматриваемой темы-проблемы, ход обсуждения, результаты дискуссии, роль участников обсуждения в выяснении «истины».
- Оценить свой «вклад» в исследование рассмотренной на семинаре проблемы, сделать выводы на будущее.
- Проанализировать содержание обсужденного на семинаре материала с точки зрения значимости и важности его для понимания общего контекста проблемы.
- Обсудить содержание семинара с одногруппниками (одногруппником).
- Самостоятельно представить обсужденный материал одногруппнику (одногруппнику).
- Найти «выход в жизнь» (будущую профессиональную деятельность) исследованной проблематики, подтвердить ее «жизненную значимость» путем анализа актуального состояния, путем наблюдения и сравнения с реальностью.





Как рационально готовиться к экзамену?

- Спланировать объем материала, подлежащего переработке, повторению.
- Сверить свои конспекты с программой.
- Законспектировать отсутствующие темы по учебнику.
- Просмотреть весь материал по вопросу, оценить роль и место каждого из его разделов, параграфов, а потом начать детальную переработку.
- Применять общую генеральную стратегию – тщательно систематизировать материал при:
 - *вдумчивом повторении.*
 - *запоминании формулировок.*
 - *установлении внутрипредметных связей.*
 - *увязке различных тем и разделов.*
 - *закреплении путем выполнения практических задач (заданий).*
- Составить алгоритм или единый общий план ответа по целому ряду вопросов данного предмета.
- Изучать материал по предмету системно в следующей последовательности:

первый просмотр всего конспекта (общая ориентировка)



выявление основных идей лекции и их взаимосвязи



повторение наиболее существенных фактов



составление плана лекции или вопроса



дальнейшее повторение уже по плану.

- Составлять логическую схему изучаемого материала.
- Чередовать углубленное повторение особо сложных вопросов с беглым повторением всего материала.
- Научиться правильно заучивать материал при следующей рациональной динамике – повторять заученное:
 - через 8 часов.
 - через сутки.
 - через неделю после первого безошибочного воспроизведения.
- Мысленно, сжато повторять материал вечером, перед сном и после сна, утром.
- Оценить собственную подготовку по следующим аспектам, учитываемым преподавателем при выставлении отметки на экзамене:
 - понимание и степень усвоения теории.
 - методическая подготовка.
 - знание фактического материала.
 - знакомство с обязательной литературой по данной дисциплине.
 - умение приложить теорию к практике.
 - знакомство с историей науки.
 - умение защищать выдвигаемые положения.
- Спланировать логику, структуру и стиль ответа на вопрос.





Как распределить время при подготовке к экзамену?

- Определить для себя установку на «дефицит» времени.
- Спланировать подготовку к экзамену с точностью до часа, учитывая следующие факторы:
 - неоднородность материала и этапов его проработки (например, на заучивание уходит больше времени).
 - сложность материала.
 - свои индивидуальные способности.
 - индивидуальные ритмы деятельности («совы», «жаворонки»).
 - привычки.
- Отдыхать при подготовке к экзамену, используя:
 - смену деятельности,
 - перерывы на десять минут через каждые 50-60 минут занятий, часовой перерыв после трех-четырех часов умственного труда.
- Осуществлять распределенное во времени повторение материала с постепенно возрастающими интервалами.
- Осуществлять «инвентаризацию» времени, затраченного на подготовку к экзамену:

- анализировать временные потери, «поглотители» времени.
 - определять причины нерациональной траты времени.
 - изменять расход времени.
- Для подготовки продуктивно использовать свободное время (поездка в транспорте, приготовление пищи и т.д.).





Как вести себя на экзамене?



- Равномерно распределить время подготовки между всеми вопросами с расчетом, чтобы осталось время для повторения материала.
- Подготовку к ответу начать с вопроса, который помните лучше других.
- Фиксировать ответы одновременно на несколько всплывающих в памяти вопросов.
- Вспомнить главную идею вопроса, наиболее важную его часть.
- Подойти к ответу с разных сторон.
- Припомнить, как именно вы изучали этот вопрос.

- Припомнить составленный вами при подготовке план или алгоритм ответа, схему, которую вы составили, логику изложения.
- Набросать на листе примерную схему раскрытия вопроса с большими интервалами, где вписать подробности, детали.
- Составить письменный план ответа на вопрос.
- Составить полный текст ответа на вопрос.
- Представить материал в виде логической схемы.
- Объяснить перечисленные факты, сделать выводы о закономерностях развития того или иного явления, представить существующие точки зрения на вопрос, обосновать их правильность.
- Учесть, что при ответе особенно ценится:
 - умение выделить главное.
 - самостоятельность – умение обобщать материал из разных источников.
 - использование своих примеров.
 - приведение оригинальных путей практического использования материала.
 - положительное собственное отношение, заинтересованность в предмете.
 - показ связей данного вопроса в общей структуре курса.
- Произвести ретроспективный анализ своего поведения на экзамене, выявить положительные и отрицательные стороны своей подготовки и стратегии ответа.





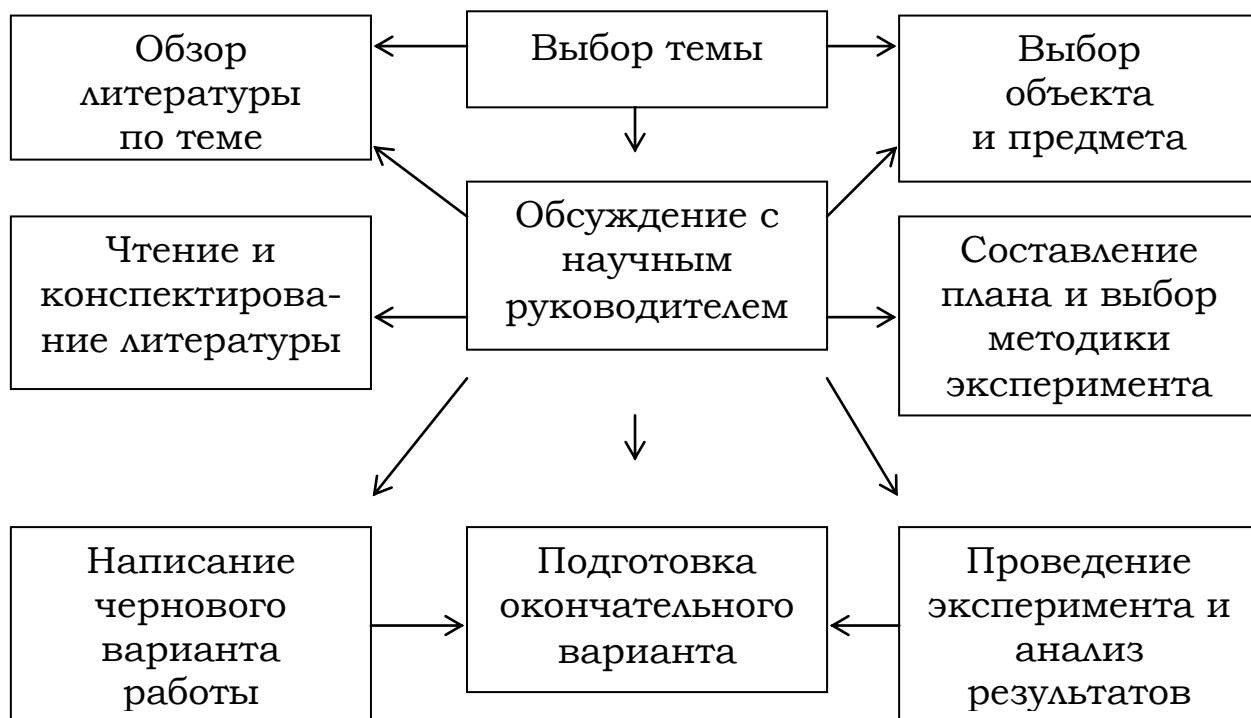
Как организовать научно-исследовательскую работу?

- Выполнять любую научно-исследовательскую работу в следующей последовательности:
 - сбор и организация материала.
 - чтение конспектов, планирование работы, обдумывание. принятие решения по поводу раскрытия темы и решения проблемы исследования.
 - подготовка рукописи (оформление).
- Осуществлять следующую последовательность действий при выполнении научно-исследовательской работы (см. схему):



- Выбрать тему и уяснить цель.
- Составить ориентировочный план реферата.

- Подобрать литературу.
- Проработать литературу.
- Составить окончательный план реферата.
- Фиксировать на листке мысли по исследуемой проблеме, которые приходят в голову.
- Выполнять дипломное исследование по следующей схеме:





Как написать научно-исследовательскую работу?

- Писать работу по схеме:
 - *введение (цель, задачи, степень изученности проблемы, краткая историография, значимость);*
 - *основная часть (освещение изученности проблемы);*
 - *заключение (выводы и собственное отношение к проблеме);*
 - *список использованной литературы;*
 - *приложения (если необходимо).*
- Учесть следующие требования:
 - *степень владения фактическим материалом;*
 - *логика подачи материала;*
 - *аргументированность суждений;*
 - *согласованность (а не противопоставление и противоречие) введения и заключения;*
 - *обоснованность заключения;*
 - *преобладание анализа над репродукцией;*
 - *подчинение всего содержания теме;*
 - *стилистическая корректность (отсутствие разговорных выражений, сленга);*
 - *отсутствие тавтологии, неоправданных повторов;*
 - *отсутствие личного местоимения «я».*
- Придерживаться принципа «одна мысль – один абзац»
- Следовать логической модели изложения проблемы (вопроса):

- *приведение довода в пользу или против какого-либо положения и подведение итога (вывода, заключения);*
 - *сравнение и противопоставление различных теорий и событий;*
 - *комментирование положения, цитаты;*
 - *объяснение определенных фактов и предвосхищение развития ситуации (моделирование).*
- **Высказывать собственное мнение, учитывая, что:**
 - *нельзя доверять только своему опыту;*
 - *убеждает истинность трактовки;*
 - *от многократных повторений утверждение не становится истинным;*
 - *превосходящее число приверженцев какой-либо теории не означает автоматически ее истинности;*
 - *наиболее современная информация не обязательно является истинной;*
 - *лучший способ найти истину – проверить теоретические положения фактами, экспериментом.*
 - **Помнить, что плагиат недопустим, цитируя, корректно ссылаться на литературу.**
 - **Указать практическую значимость исследования.**
 - **Использовать схемы, графики, строить диаграммы.**
 - **Написав работу, отложить ее на сутки, затем перечитать, внести поправки и уточнения.**





Как представить результаты научно-исследовательской работы при ее защите?

- Заранее предусмотреть возможные вопросы, спроектировать ответы на них.
- Заготовить раздаточный материал (схемы, таблицы, стендовый доклад, диаграммы и т.д.).
- Продумать систему сигналов-ориентиров для слушателей, позволяющие им четко представить переход от одной части выступления к другой:
 - *вербальные сигналы, например, «Следующая задача решалась ...»;*
 - *нумерация, например, «Первая причина, вторая причина...»;*
 - *паузы.*
- Провести «генеральную репетицию»: накануне несколько раз прочитать доклад вслух, обращая внимание на:
 - *затрачиваемое время;*
 - *выразительность речи;*
 - *контакт со слушающим(и);*
 - *использование жестов;*
 - *способы привлечения внимания.*
- Обратиться за рекомендациями-советами к научному руководителю, консультанту, задать вопросы по презентации выступления.
- Маркировать в тексте выступления наиболее значимые, опорные сигналы (слова, выражения, формулировки), чтобы при необходимости опереться на них при его воспроизведении.

- Довести подготовленное сообщение до совершенства, то есть быть готовым к воспроизведению его при обязательном соблюдении контакта со слушающими (не глядя в текст, а лишь бросая изредка взгляд на «заготовку»).
- Раздать заготовленный для облегчения задачи слушателей материал.
- Говорить четко, громко, контролируя и модулируя свой голос.
- Применять (при необходимости) средства привлечения внимания, варьируя мелодику, используя паузацию и т.д.
- Повторять, акцентировать важные моменты.
- Завершая сказанное, подытожить основное содержание.





Овладеваю иностранным языком рационально

«Задача, которую вы решаете, может быть скромной, но если она бросает вызов вашей любознательности и заставляет вас быть изобретательными и если вы решаете ее собственными силами, то вы сможете испытать ведущее к открытию напряжение ума и насладиться радостью победы».

Д. Пойя



Хорошо известно, что при изучении иностранного языка наибольшие усилия должны быть приложены при самостоятельной работе, без непосредственного руководства со стороны преподавателя.

Самостоятельная работа предполагает максимальную активность в усвоении языковых знаний, организации деятельности по употреблению этих знаний в собственных речевых высказываниях. Самостоятельная работа над языком способствует самосовершенствованию по данному предмету.

Известно, что для овладения иностранным языком особую значимость приобретает поддержание постоянного интереса, возникновение потребности в открытии нового в языке, стремление к удовлетворению этих потребностей. При этом интерес к языку не должен гаснуть при столкновении с неизбежно возникающими трудностями.

Основное средство поддержания постоянного интереса к овладению иностранным языком заключается в организации этого процесса. Речь идет об организации труда, времени, материала.

Есть люди, которые рождены с умением правильно организовывать свой труд при овладении иностранным языком. Большинство же изучающих язык таким даром не обладают, но они могут научиться этому, если у них имеется представление о рациональной организации труда, вера в себя, упорство в самостоятельной работе.

Стратегия самостоятельной работы над иностранным языком предполагает нацеленность на целый ряд объектов, к которым относятся:

- языковой материал (фонетика, грамматика, лексика);
- языковые и речевые действия;
- самоконтроль и самооценка;
- работа на аудиторном занятии;
- работа в парах;
- выполнение специфичных для иностранного языка упражнений.

От рациональности учебных действий, направленных на данные объекты, в значительной степени зависит общая успешность в овладении иноязычным общением, они ускоряют процесс обучения, делают его более интересным, способствуют сокращению умственных и физических усилий.



Воспользуйтесь приводимыми ниже рекомендациями-советами по рациональной организации работы над иностранным языком. Апробируйте их при самостоятельной работе и сделайте вывод об их эффективности. Активно пополняйте свою «Копилку рациональных способов учебной деятельности».



Как рационально запоминать языковой материал?

- Уточнить по словарю значение и транскрипцию новой лексической единицы.
- Запомнить ситуацию, в которой данное слово встретилось.
- Употребить данную языковую единицу в речи в нужном значении.
- Подумать, в каких других ситуациях общения можно ее употребить.
- Периодически сознательно возвращаться к данной языковой единице и стараться правильно ее использовать в речи.
- Вести индивидуальный словарь языковых единиц и постоянно возвращаться к нему в процессе работы над языком.
- Использовать приемы логического (осмысленного) запоминания:
 - анализировать внутреннюю форму слова, соотносить его значение со значением составляющих его элементов;
 - находить ассоциативную связь между новым словом (звуком, грамматическим явлением) и аналогичным ему в родном языке, в другом иностранном языке;
 - осуществлять межъязыковое сопоставление, сравнение, противопоставление с целью выявления сходства и различия значений слов;
 - искать словообразовательные ассоциации: определять знакомое слово в новой словообразовательной «упаковке»;

- *искать смысловые ассоциации: определять тематический ряд, к которому относится незнакомое слово;*
- *создать матрицу для логического запоминания слова: его образ «нанизывается» на имеющуюся схему. Например, представьте образ хорошо знакомой вам улицы, по маршруту которой мысленно «расставьте» запоминаемые объекты;*
- *искать рифмованные ассоциации: подбирать рифму для иноязычного явления.*
- **Использовать различного рода вспомогательные способы для запоминания нового слова:**

если у вас хорошая зрительная память,

- *создать карточки с написанием слова (на обороте указывается перевод) для пользования ими в любое свободное время (в транспорте, при просмотре телепередач в рекламное время и т.д.);*
- *вывесить на видное место (куда «глаз падает») плакаты с языковыми явлениями, над которыми вы сейчас трудитесь;*
- *изобразить в виде рисунка, схемы, таблицы языковой (лексический, грамматический, фонетический) материал.*

если у вас хорошая слуховая память,

- *многократно произносить слово, записывать себя на диктофон;*
- *слушать иноязычную речь (теле- и радиопередачи, музыку) во время различных видов деятельности.*

если у вас хорошо развита моторная (двигательная) память:

- многократно фиксировать на письме изучаемое явление;
- подключив воображение и фантазию, представить в виде рисунка, схемы, таблицы изучаемое явление.

если у вас хорошо развиты разные виды памяти,

- использовать многоканальность восприятия / воспроизведения: одно и то же явление читается, проговаривается, прослушивается и фиксируется письменно.





Как анализировать языковые трудности?

- Быть чутким при восприятии нового материала, «чувствительным» к лингвистическим трудностям.
- При запоминании иноязычного явления фиксировать внимание на трудностях, связанных с его употреблением (активизацией) и формировать у себя:
 - произносительную восприимчивость;
 - грамматическую зоркость;
 - орфографическую зоркость;
 - стилистическую чувствительность.

- Подчеркнуть (выделить маркером, цветом и т.д.) языковую трудность.
- Сознательно зафиксировать на трудности внимание с целью осознания ее, оценки степени сложности и запоминания.
- Найти в справочной литературе объяснение происхождения (наличия) данной трудности.
- В случае отсутствия соответствующих пояснений найти самостоятельное логическое объяснение данной трудности.
- При необходимости использования того или иного явления восстановить в памяти трудности, связанные с его употреблением.





Как обнаружить языковые закономерности?

- Творчески и вдумчиво оценивать лингвистические явления по критериям «изучали / не изучали», «объясняли / не объясняли» и определить их субъективную новизну.

- Постоянно накапливать собственный лингвистический «багаж»: языковые и речевые «открытия», обнаруженные при домашнем (индивидуальном) чтении, при восприятии иноязычной речи на слух (от носителя языка, преподавателя, одногруппников и т.д.).
- Фиксировать лингвистические особенности в письменном виде в собственных «Записках лингвиста».
- Искать объяснение незнакомому явлению в справочниках, учебниках, спрашивать об этом носителя языка, преподавателя.
- Определять ситуационные особенности, стилистический контекст употребления языковой закономерности.
- В случае отсутствия объяснения в справочной литературе убедиться в достоверности выявленной закономерности.
- Формулировать собственные выводы и заключения по поводу данной закономерности.
- Сравнить собственные умозаключения с мнением одногруппников, преподавателя, внести необходимые коррективы либо убедиться в своей правоте.





Как самостоятельно понимать значение иностранного слова?

- Уметь выделить незнакомое слово из текстового массива (письменного или устного).
- Попытаться догадаться о значении слова, исходя из:
 - словообразовательных элементов;
 - контекста, в котором слово функционирует.
- Если имеется догадка о значении слова, проконтролировать её правильность, пользуясь:
 - словарем, справочником и т.д.;
 - подсказкой преподавателя, одногруппников;
 - консультацией носителя языка.
- Если догадка оказалась неверна, подумать, почему не произошло (произошло неправильно) прогнозирование значения слова, сделать выводы на будущее.





Как овладевать национально-маркированной лексикой?

- Быть чувствительным к инокультурной специфике, выявляемой из письменного, устного текста посредством понимания слов, выражений.
- При чтении, восприятии устного текста фиксировать внимание на словах, несущих национальный колорит, отражающих специфику культуры другой страны.
- Адекватно определять значение национально-маркированной лексики путем:
 - предварительного прогнозирования значения слова;
 - консультации с толковым словарем, лингвострановедческим справочником;
 - анализа страноведческого контекста, в котором употреблено слово;
 - консультации с преподавателем, носителем языка.
- Сравнить реалию, обозначаемую национально-маркированным словом, с реалией своей страны, определить меру их совпадения, то есть установить:
 - совпадение;
 - частичное совпадение;
 - полное несовпадение.
- Закрепить специфику национально-маркированного слова путем:
 - проговаривания;
 - фиксации в словаре-гlossарии национально-маркированной лексики;
 - обсуждения с одноклассниками, преподавателем, носителем языка;
 - изображения значения в виде рисунка, схемы и т.д.

- Представить путем воображения «социокультурный образ (облик)» слова, установить жесткую связь значения слова с этим обликом.
- Бережно относиться к словам с национально-культурной спецификой, накапливать их, делиться с друзьями знаниями о культурных реалиях и их словесном обозначении, помнить, что такие слова, как правило, заимствуются в родной язык, где, подстраиваясь под иной знаковый код, как правило, не меняются произносительно.
- Следить за тем, каким образом то или иное национально-маркированное слово пополняет образ страны изучаемого языка:
 - *в какую область страноведения оно вписывается;*
 - *что конкретизирует;*
 - *на какие вопросы о специфике народа и его культуры позволяет ответить;*
 - *что меняет в вашем сознании и мировосприятии.*





Как извлекать и запоминать страноведческую информацию?

- Осознавать, что источником страноведческой информации может быть любой текстовый материал, а именно:
 - *художественный текст;*

- публицистический текст;
 - видеоматериал;
 - аудиоматериал;
 - изобразительный материал и т.д..
- Определять принадлежность той или иной информации к страноведческой, то есть присущей только стране изучаемого языка. для этого:
 - искать соответствия/несоответствия в обычаях, традициях и т.д. родной культуры;
 - сравнивать два культурных факта, определять дистанцию между ними.
 - обнаруживать и констатировать уникальность того или иного культурного контекста (в искусстве, экономике, политике и т.д.).
 - Фиксировать (в памяти, письменно) страноведческую реалию, определяя подходящее для нее место в страноведческом тезаурусе (словаре).
 - Избегать нагромождения страноведческих знаний, классифицировать их.
 - Стремиться воспринимать культурный факт глазами носителя языка, понимать его истоки, значимость для народа, быть терпимым к «чужому».
 - Понимать уместность употребления (актуализации) культурного факта при организации межкультурного общения.
 - Воспроизводить страноведческую информацию в различных ситуациях общения (с носителями и неносителями языка), демонстрировать свою эрудицию.
 - Оценивать расширение собственного страноведческого кругозора, стремиться к его пополнению.





Как активизировать языковой материал?



- Сознательно использовать языковой материал (фонемы, интонаемы, графемы, лексические единицы, грамматические структуры и т.д.) в контексте, максимально приближенном к реальной жизнедеятельности: быту, профессии, сфере интереса.
- Сознательно использовать языковой материал в нереальной (воображаемой) ситуации.
- Сознательно активизировать языковой материал во внешней / внутренней речи.
- Сознательно активизировать языковой материал в виде монологического или диалогического высказывания, письменной или устной речи.
- Инициировать разговор с одноклассником, преподавателем, носителем языка для активизации языкового материала.
- Самостоятельно объяснить языковой материал партнеру по общению, однокласснику.





Как развивать фонематический слух?



- При восприятии речи на слух постоянно следить за понижением/повышением тона, за изменением интонационной кривой.
- Изображать письменно или умозрительно интонационный рисунок фразы.
- Сопровождать мелодику как воспринимаемой речи, так и собственных высказываний движением рук (метод дирижирования).
- Воспринимая зрительно фразу, воспроизвести (пропеть) лишь ее интонационный рисунок, без вербального оформления.
- Изобразить интонационный контур фразы и лишь затем «наполнить» его словесным содержанием.
- Под один и тот же интонационный рисунок подбирать разные по содержанию фразы.

- Воспроизводить контрастные интонационные модели родного и иностранного языков, осуществлять их сравнение, осознавать различия.





Как формировать орфографическую зоркость?



- Накапливать (в папке, тетради, «Словаре ошибок», в компьютерном файле и т.д.) слова и выражения, создавшие наибольшие трудности в отношении правописания. Просматривать их периодически.
- Делать заметки для памяти при усвоении сложной орфографии иноязычного слова, самостоятельно объясняя трудности:

Например:

англ. яз: accommodation – пишем с двумя «с» и «т», а произносим с одним.

франц. яз.: cahier – пишем с «h», чтобы разделить «а» и «i» и не произносить их как буквосочетание «ai»

- Формулировать для себя правила-запреты на самые «любимые», постоянно повторяющиеся ошибки.
- Выписать сложное с орфографической точки зрения слово, выделяя наибольшую трудность:

- прописными буквами;
 - подчеркиванием;
 - маркированием;
 - устным проговариванием и т.д.
- В процессе написания слова вслух (про себя) проговорить орфографическую трудность, которая может вызвать ошибку в написании.





Как рационально пользоваться словарем?

- Выбрать словарь, необходимый для достижения той или иной цели:
 - переводной (с иностранного языка на родной) – для определения значения лексической единицы;
 - переводной (с родного языка на иностранный) – для поиска переводных соответствий, установления сочетаемости лексической единицы с другими языковыми элементами и т.д.;
 - толковый словарь – для определения расширенного смыслового значения лексической единицы;
 - словарь синонимов – для нахождения близких по значению языковых единиц;

- энциклопедический – для обнаружения фактологической, культурологической, социологической и иной информации по интересующему вопросу и т.д.
- Ориентироваться в словаре на основе имеющейся инструкции, объясняющей значение используемых в словаре помет, символов, знаков, а также структуры словарной статьи.
- Привести встретившуюся в тексте словоформу к исходной форме.
- Быстро найти слово по алфавиту.
- Найти нужное значение слова из представленных в словарной статье вариантов.
- Извлечь лингвистическую (грамматическую, стилистическую) и экстралингвистическую (страноведческую) информацию из словарной статьи.





Как оценить языковые и речевые действия?

- Распознать критерии самооценки собственного языкового, речевого действий.
- Найти образец (эталон) для сравнения с ним собственного языкового, речевого действия.

- Выявить ориентиры самооценки собственного языкового, речевого действия.
- Поэлементно сравнить с образцом свое языковое, речевое действие в процессе его совершения.
- Сравнить результат своей работы над языком с заданным образцом.
- Правильно определить меру своего знания / незнания по сравнению с эталоном.
- Сопоставить собственное языковое, речевое действие с антиэталонным методом «от противного» (если антиэталон предъявляется).
- Сравнить результат самооценки (внутренней) речевого действия с оценкой преподавателя, партнера по паре, одноклассников (внешней).





Как проследить межпредметные связи?

- намеренно искать связи, устанавливаемые между иностранным языком и содержанием других дисциплин лингвистического цикла:
 - латинский язык;
 - русский язык;

- *стилистика русского языка и культура речи;*
 - *древние языки и культуры;*
 - *история и культура страны изучаемого языка;*
 - *введение в языкознание;*
 - *общее языкознание;*
 - *теория межкультурной коммуникации и т.д.*
- Объяснять себе межпредметные зависимости, связи и отношения для наилучшего понимания особенностей иностранного языка.
 - В качестве примера для закрепления теоретических знаний приводить языковые явления изучаемого языка.
 - Формировать общефилологическую компетентность.
 - Способствовать интеграции теории и языковой практики.





**Как извлечь максимальную пользу
из аудиторного занятия?**



- Если преподаватель работает с группой,
 - *слушать объяснения и установки преподавателя;*
 - *активно подключаться к работе хором;*

- *когда отвечает одноклассник, слушать его реплики и шепотом / про себя повторять свой вариант ответа, мысленно исправлять ошибки товарища.*
- Если преподаватель работает индивидуально с кем-то из группы,
 - *если вы еще не отчитались индивидуально о выполненном задании, проговаривать его снова и снова, распределять внимание так, чтобы слышать ответ товарища и замечания преподавателя;*
 - *если вы ответили, но ваш ответ не был удачным, продолжить работу над заданием, учитывая замечания преподавателя, добиться правильного ответа;*
 - *если ваш ответ был хорошим, приступить к выполнению индивидуальных заданий преподавателя, работать самостоятельно или в паре с товарищем;*
 - *если вы выполнили все индивидуальные задания, включиться в работу преподавателя с другим студентом (проговаривать свои реплики шепотом, помогать своему товарищу преодолеть трудности, исправить ошибки).*





Как работать в парах, группе?

- Поочередно выполнять задание и контролировать качество деятельности напарника.
- Совместно выполнять задание преподавателя:
 - объяснять друг другу изученный материал;
 - консультировать друг друга;
 - подбирать необходимый материал;
 - составлять диалоги по теме;
 - разыгрывать ситуации иноязычного общения;
 - сообща повторять пройденный материал;
 - совместно выполнять проекты по иностранному языку;
 - совместно готовиться к экзамену по иностранному языку.
- Выполнять «роль» преподавателя:
 - руководить работой партнера: указывать на начало, конец действия, фиксировать время выполнения задания и т.д.;
 - внимательно слушать собеседника;
 - сверять его ответ с образцом (ключом, текстом) и с собственным вариантом ответа;
 - корректировать ошибки;
 - оценивать ответ партнера.





Как выполнять письменное домашнее задание?

- Изучить внимательно задание к упражнению, понять, что требуется выполнить.
- Вспомнить и повторить необходимые правила или объяснения преподавателя, касающиеся данного материала.
- Внимательно прочитать предложение, понять его содержание.
- Выполнить задание устно.
- При выполнении задания постоянно осуществлять поэлементное сопоставление выполненного действия с правилом, образцом.
- Прочитать вслух все предложение в новом виде и убедиться в правильности выполнения задания.
- Записать предложение по памяти.
- Проверить все упражнение от начала до конца, подчеркнуть в нем материал, над которым вы работали.





Как выполнять упражнения в аудиозаписи?

- Распределять внимание между звукозаписью и зрительно воспринимаемым текстом.
- Укладываться в отведенную в звукозаписи паузу для выполнения заданного в упражнении действия.
- Критически оценить свое действие, сравнив его со звуковым образцом.
- Опередить (прогнозировать) продолжение упражнения, убедиться в правильности / неправильности прогноза.





Подвожу итоги

*"Лучше узнать истину наполовину, но собственными силами,
чем узнать ее целиком, но узнать с чужих слов и выучить,
как попугай".
Р. Роллан*

Итак, книга прочитана, информация проанализирована, апробированы многочисленные способы рационального осуществления учебной деятельности. Что нового вы для себя нашли? Какие открытия сделали? Как изменилась ваша учеба в вузе?



Проанализируйте для себя изменения, которые произошли в стиле вашей учебной деятельности.

Проверьте прочность усвоения рациональных приемов учебной деятельности, тратите ли вы произвольное внимание на актуализацию?

Вернитесь к разделу «Познаю самого себя» и, выполнив тесты, проанализируйте изменения, которые произошли в вашем стиле учебной деятельности.

Не забывайте по мере необходимости обращаться к советам-рекомендациям по развитию у себя различных сторон саморегуляции и самоорганизации.

Усвоенные вами рациональные приемы учебной работы могут быть успешно перенесены на другие виды деятельности,

в частности, на вашу будущую профессиональную реализацию.

Активно совершенствуйте ваш стиль рациональной деятельности, привнося в него дополнения, детализируя его отдельные стороны и аспекты.

Анализируйте стиль деятельности других людей, оценивайте его с точки зрения рациональности/нерациональности. Сравнивайте со своим стилем и делайте выводы.

Активно помогайте вашим близким советами, рекомендациями для улучшения, развития их стиля деятельности, для придания ему рационального характера.

Полезная литература

1. Бакнолл К. Как учиться в университете. Руководство по курсу академического образования. – Челябинск, 1999.
2. Гарунов М.Г., Александров Е.М. Как слушать, конспектировать и прорабатывать лекции. – Иваново, 1979.
3. Гарунов М.Г., Пидкасистый П.И. Самостоятельная работа студентов. – М., 1978.
4. Микк Я.А. Оптимизация сложности учебного текста. – М., 1981.
5. Прихотько П.Т. Азбука исследовательского труда. – Новосибирск, 1979.
6. Пунский В.О. Азбука учебного труда. – М., 1988.
7. Технологии самообразования: Учебно-методическое пособие. – Махачкала, 1999.
Ч. 1. – 1999. – 43 с.
Ч.2. – 1999. – 34 с.
8. Тутышкин Н.К. Основы самоуправления учебной деятельностью. Учебное пособие. – Казань, 1984.
9. Учимся учиться [Научная организация учебы]. – Л., 1990.
10. Учись учиться: Рабочая тетрадь для учащихся. – М, 2000.
11. <http://synderesis.ru/2009/10/kak-effektivno-uchitsya-v-universitete-chast-1/>
12. <http://synderesis.ru/2009/10/kak-effektivno-uchitsya-v-universitete-chast-2/>
13. <http://synderesis.ru/2009/10/kak-effektivno-uchitsya-v-universitete-chast-3/>
14. http://www.almamater.tsu.ru/show_story.phtml?nom=2329&s=653

Тарева Елена Генриховна

КАК УЧИТЬСЯ В УНИВЕРСИТЕТЕ
Практические советы для студентов

Компьютерная верстка – Тарева Е.Г.